



**HAL**  
open science

## Etude AIDA FEL : Les fruits et légumes des “ jardins de la méditerranée ” dans le circuit de l’aide alimentaire

Hind Gaigi, P Bonnefille, N Cabot, Nicole Darmon

### ► To cite this version:

Hind Gaigi, P Bonnefille, N Cabot, Nicole Darmon. Etude AIDA FEL : Les fruits et légumes des “ jardins de la méditerranée ” dans le circuit de l’aide alimentaire. Rapport remis à la Direction Générale de la Santé (DGS). 2010, 38 p. hal-04093837

**HAL Id: hal-04093837**

**<https://hal.inrae.fr/hal-04093837>**

Submitted on 10 May 2023

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L’archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d’enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

**Etude AIDA FEL : Les fruits et légumes des « jardins de la méditerranée » dans le circuit de l'aide alimentaire**



Rapport remis à la DGS (Direction Générale de la Santé)  
Septembre 2010

Hind GAIGI – Nicole DARMON

INSERM 476/ INRA 1260 – Faculté de Médecine de la Timone, Marseille

## Résumé

### **Etude AIDA FEL : Les fruits et légumes des « jardins de la méditerranée » dans le circuit de l'aide alimentaire**

H. Gaigi<sup>1,\*</sup>, P. Bonnefille<sup>2</sup>, N. Cabot<sup>2</sup>, N. Darmon<sup>1</sup>

<sup>1</sup>INRA 1260, Faculté de médecine, Campus Santé la Timone, Marseille Cedex 05, <sup>2</sup>Imagine 84, Les Jardins de la méditerranée, Avignon, France

*Introduction et but de l'étude* : L'enquête ABENA (Bellin, 2004-2005) a permis de mettre en évidence chez les bénéficiaires de l'aide alimentaire une faible consommation de fruits et de légumes (F&L). L'enquête E3A (Darmon, 2008) a montré qu'il était difficile pour les associations de procurer une aide alimentaire équilibrée à leurs bénéficiaires.

Depuis 2008, le Ministère de la Santé soutient l'atelier des « jardins de la méditerranée » portée par l'association Imagine 84 à Avignon. Cette action repose sur le don de F&L qui seraient jetés car « déclassés » ou « hors calibre ». Ces produits sont triés et conditionnés pour être ensuite livrés aux banques alimentaires pour une contribution de 0,25€/kg transport compris. Ces banques fournissent des associations de distributions. En 2009, l'atelier a fourni 520 tonnes de F&L à 20 banques alimentaires en France.

L'étude AIDA FEL a eu pour objectifs de déterminer l'impact de l'atelier sur la consommation de F&L par les bénéficiaires de ces produits et les facteurs favorables à la consommation des F&L distribués par ce canal.

*Matériel et Méthodes*: Une étude qualitative par entretiens a été menée de novembre 2009 à mai 2010 auprès de 5 banques alimentaires en lien avec l'atelier, 11 associations qui dépendent de ces banques et 42 bénéficiaires des produits distribués par ces associations.

**Résultats: Les F&L distribués par les associations sont globalement très bien accueillis par les personnes en « bout de chaîne ».**

Les bénéficiaires ont une opinion globalement positive sur les F&L. Ils les préparent, ils les cuisinent et ils en consomment.

Une grande partie ne pourrait pas en obtenir si il n'y en avait pas eu sur les distributions : *“J'aurais rien mangé d'autre, j'aurais attendu jusqu'au 31, que ma paye tombe. J'aurais mangé du muesli et du café au lait”. “Non j'en aurais pas acheté car on est en fin de mois. S'il y en avait pas eu je me serais rabattue sur les compotes, voilà les boites de compotes”.*

Pour les autres cet apport permet de disposer d'une part plus importante et plus variée de F&L : *« Dans les F&L, si je trouve d'autres légumes différents de la distribution j'en achèterai ».*

**Les associations mettent en place des actions formelles et informelles qui ont un impact favorable sur l'appropriation des F&L par les bénéficiaires.**

Les activités formelles comme les ateliers cuisine ont une place et un rôle importants dans le changement des comportements des bénéficiaires, mais des actions plus modestes et informelles (dégustation de produits méconnus, recettes, incitations/propositions), fonctionnent et permettent également des modifications dans les comportements d'un nombre de bénéficiaires plus important :

Une association : *« Lorsque les F&L sont méconnus ou que les personnes n'en prennent pas naturellement, on donne une poignée avec une recette. On s'est aperçu que ça fonctionne car un tiers de ces personnes en prennent à la distribution suivante ».*

*Conclusion*: Notre étude suggère que l'introduction d'un apport régulier de F&L de bonne qualité dans le circuit de l'aide alimentaire contribue à inciter les personnes utilisatrices de cette aide à consommer plus de F&L. Un cadre de délivrance permettant le choix et la responsabilisation des bénéficiaires (ce que proposent les épicerie et les distributions de colis avec choix) favorise sans aucun doute la consommation des F&L.

I. Contexte .....	4
II. Présentation de l'action d'Imagine 84 « Les jardins de la méditerranée » .....	4
1. Description .....	4
2. Développement et orientations .....	5
III. Présentation de l'étude AIDA FEL .....	6
1. Objectifs et format .....	6
2. Méthodologie .....	7
a) Les questions évaluatives .....	7
b) Outils de recueils .....	7
c) Critères de sélection .....	10
d) Sources de données .....	11
e) Méthode d'analyse .....	11
IV. Résultats .....	12
1. Lieux d'entretiens et contacts .....	12
a) Les banques alimentaires et les associations .....	12
b) Les bénéficiaires .....	13
c) Autres sources de données .....	13
2. Description des structures .....	13
a) Les banques alimentaires .....	13
b) Les associations .....	14
3. Description des bénéficiaires .....	16
a) Profil des personnes interviewées .....	16
b) La place de l'aide alimentaire par rapport aux autres formes d'approvisionnement .....	17
4. La consommation et l'utilisation des F&L par les bénéficiaires .....	18
a) Les F&L distribués sont-ils consommés, cuisinés, échangés, jetés ? .....	18
b) Que peut-on dire des modes d'appropriation de ces F&L au sein des familles ? .....	22
c) L'apprentissage et l'appropriation des F&L se perdent-ils au fil des générations, entre personnes jeunes et personnes âgées ? .....	23
5. Quelle plus value offrent les F&L conditionnés par rapport aux autres produits ? .....	25
6. Quelles sont les interventions formelles ou informelles mises en place par les associations pour favoriser l'appropriation des F&L par les bénéficiaires .....	27
a) Implication des associations sur la place des F&L dans l'alimentation .....	28
b) Mesures d'accompagnement : ateliers cuisine, informations, autres. ....	28
V. Synthèse et conclusions .....	31
VI. Annexes .....	35
1. Coordination et pilotage .....	35
2. Liste des personnes interviewées .....	35
3. Références .....	36
4. ABENA : résultats sur la place de l'aide alimentaire en fonction du type de structures .....	37
5. Verbatim concernant les occurrences de réponses sur les liens entre F&L et santé .....	38

## **I. Contexte**

Plusieurs constats ont pu être mis en évidence à partir des études ABENA (Castetbon et al., 2004-2005) et E3A (Bellin et al., 2005) :

- L'enquête ABENA (enquête auprès des bénéficiaires de l'aide alimentaire) a montré que les bénéficiaires de l'aide alimentaire présentent des carences, en vitamine C et acide folique notamment, traduisant une consommation très insuffisante de fruits et de légumes. Parmi les bénéficiaires de l'aide alimentaire, la consommation de fruits et légumes était extrêmement faible et le pourcentage de personnes consommant au moins 5 fruits et légumes par jour était négligeable (1% seulement).
- L'enquête E3A (enquête auprès des associations d'aide alimentaire) a révélé les difficultés que rencontrent les associations pour procurer une aide alimentaire équilibrée à leurs bénéficiaires. L'aide comprend une part importante de produits dit "d'épicerie" et manque souvent cruellement de fruits et de légumes. D'une façon générale, on retrouve souvent dans les colis ou paniers distribués les mêmes déséquilibres alimentaires que ceux observés chez les personnes utilisatrices de cette aide. Ceci s'explique en partie par le fait que les associations rencontrent les mêmes difficultés financières que leurs bénéficiaires en termes de budget, transport, locaux et stockage.

## **II. Présentation de l'action d'Imagine 84 « Les jardins de la méditerranée »**

### **1. Description**

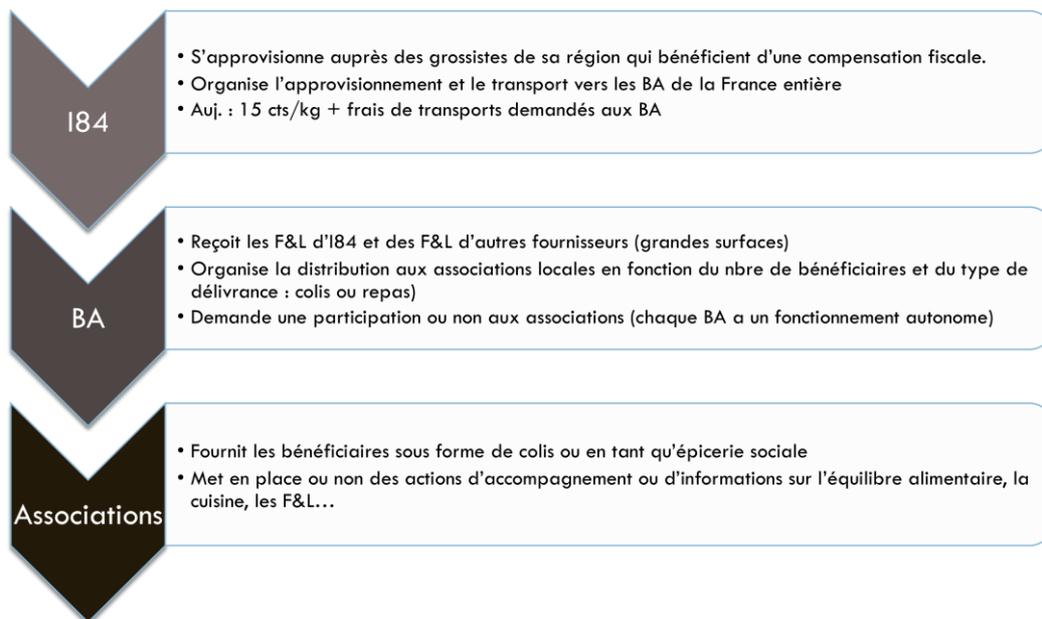
Fort de ce constat, l'association Imagine 84 développe depuis février 2009 une action intitulée « les jardins de la méditerranée ». Cette action remplit deux finalités :

- améliorer l'accessibilité aux fruits et légumes dans le circuit de l'aide alimentaire et, indirectement, pour les familles qui fréquentent les centres de distribution alimentaire que l'on nommera « bout de chaîne »
- former des personnes en insertion aux techniques de tri et de conditionnement de fruits et légumes.

L'action des « jardins de la méditerranée » repose sur le don de fruits et légumes qui, localement, chaque jour, seraient jetés par les producteurs, transporteurs, grossistes..., car « déclassés » ou « hors calibre ». Ces denrées récupérées par l'atelier, sont triées et reconditionnées pour être distribuées dans le circuit de l'aide alimentaire. En contrepartie, les donateurs reçoivent un certificat leur permettant de bénéficier d'un avantage fiscal.

L'atelier peut fournir toutes les « têtes de réseaux », qui elles-mêmes diffusent ces produits vers leur réseau de structures en lien avec le public défavorisé (voir schéma page suivante).

## Schéma de description du circuit de distribution des F&L de l'Atelier vers les associations au 30 novembre 2009



### **2. Développement et orientations**

En 2009, l'atelier a fourni entre 18 et 20 banques alimentaires (BA) réparties dans la France entière et deux structures approvisionnant le réseau ANDES (Association Nationale de Développement des Épiceries Solidaires). Un peu plus de 600 tonnes ont ainsi été distribuées par l'atelier en 2009. A ce jour, en juin 2010, le nombre de structures est resté stable tandis que le tonnage a eu tendance à augmenter (365 tonnes en 5 mois de janvier à mai 2010).

Environ ¼ des quantités conditionnées sont distribuées dans des structures situées en région PACA (28% en 2009, 23% en 2010).

Jusqu'au 31 mars 2010, l'atelier demandait aux BA une contribution de 0,15 €/kg qui venaient s'ajouter aux frais de transport. Cette somme, si faible soit-elle, représentait un frein pour beaucoup de « têtes de réseau » fonctionnant jusqu'alors sur le principe du don, de la récupération ou en contrepartie de faibles contributions. Depuis le 1 avril 2010 et après un an de fonctionnement, la contribution demandée par l'atelier est passée à 0,25 €/kg frais de transport compris, ce qui a simplifié la procédure et l'a harmonisée sur l'ensemble du territoire.

Depuis fin 2009, l'atelier réfléchit à diversifier ses activités. En effet en 2009, 30% des denrées données se sont révélées non conditionnables du fait de leur mauvais état. Sur ces 30%, une partie aurait pu être transformée en compotes ou en soupes, réduisant ainsi le volume de produits jetés. Cette transformation permettrait également le stockage des produits sur une durée plus longue et notamment pendant l'été, une période problématique pour l'écoulement des F&L frais collectés par l'atelier. En effet, en été l'atelier reçoit beaucoup de dons car c'est la saison où la production bat son plein mais c'est également la saison à laquelle une partie des BA ferment leur porte.

Après presque 18 mois de fonctionnement, l'atelier, en régime de croisière, est confronté à l'incapacité de projeter son activité à plus d'une année, car :

- les BA ne peuvent pas assurer des commandes fixes et régulières du fait de leur incertitude sur leur propre financement,
- la contribution demandée reste un frein financier pour de nouvelles BA ou pour d'autres têtes de réseau, pourtant convaincus de la nécessité de fournir des F&L à leurs associations.

### **III. Présentation de l'étude AIDA FEL**

#### **1. Objectifs et format**

Le projet porté par l'association Imagine 84, « Les jardins de la méditerranée » est soutenu financièrement par Direction Générale de la Santé (DGS). Celle-ci a souhaité connaître l'impact de cette initiative pour les bénéficiaires de l'aide alimentaire, ou plus précisément :

- l'impact de l'atelier sur la consommation de F&L par les bénéficiaires de ces produits.
- les facteurs favorables (ou éventuellement défavorables) à la consommation des F&L distribués par ce canal.

Compte tenu de la jeunesse de l'atelier, de son stade de développement et du caractère innovant de cette activité, l'évaluation de son impact requiert une méthodologie et une approche spécifique. La mise en place d'une telle action et des mesures qui l'accompagnent prennent souvent du temps avant qu'un possible changement dans les comportements puisse s'opérer, et à plus forte raison s'observer.

A ce stade, il est néanmoins possible d'obtenir des informations sur le « bout de chaîne » : quel est l'impact de cette initiative sur les bénéficiaires et les modes d'utilisation de ces produits ? Les données sur l'utilisation ou sur la consommation ne peuvent pas être uniquement appréciées de façon binaire (oui/non) mais en tant que processus complexe. Ainsi, en complément de la mesure d'une consommation déclarée, les données sur les intentions de consommation, sur les perceptions, sur la satisfaction perçue sont aussi éclairantes que le seul fait d'utiliser ou de consommer ces F&L.

Les F&L fournis en « bout de chaîne » par l'atelier viennent compléter probablement d'autres formes d'approvisionnement en F&L. Pour évaluer la plus value des F&L de l'atelier pour les bénéficiaires, il sera important d'étudier en quoi ces produits peuvent s'insérer dans la stratégie de gestion des achats des ménages.

#### **Objectifs de l'étude AidA FeL**

L'étude se propose :

- d'éclairer en quoi l'activité de l'atelier influence la consommation et l'utilisation de F&L par les bénéficiaires ;
- d'identifier les facteurs favorables à cette utilisation tout au long du circuit de distribution de ces produits, de l'Atelier vers les bénéficiaires en passant par les associations :
  - du point de vue des bénéficiaires
  - au sein des associations et des banques alimentaires qui ont pu mettre en place des actions ou des mesures d'accompagnement (ateliers, informations, dispositifs...)

## **2. Méthodologie**

### **a) Les questions évaluatives**

**Afin de répondre aux objectifs, 5 questions évaluatives ont été définies avec le comité d'orientation en novembre 2009 (voir liste des membres du comité en annexe) :**

1. Comment les bénéficiaires de l'aide alimentaire s'approprient-ils les F&L distribués ? Ces F&L sont-ils consommés, stockés, cuisinés, échangés, jetés ?
  - a. Consommation et modes de consommation, préférences
  - b. Utilisations indirectes : échanges, revente...
  - c. Perceptions et connaissances sur les fruits & légumes
  - d. Autres modes d'accès aux F&L
2. Que peut-on dire des modes d'appropriation de ces F&L au sein des familles ? Comment les parents parviennent-ils à faire manger des F&L aux enfants ?
3. L'apprentissage et l'appropriation des F&L (la cuisine en particulier) se perdent-ils au fil des générations, entre personnes jeunes et personnes âgées ? les jeunes savent-ils cuisiner, préparer ou transformer ces produits bruts ?
4. Quelle plus value offrent les F&L conditionnés par rapport aux autres formes de F&L ? Sont-ils plus attrayants, plus pratiques, plus faciles à utiliser, à cuisiner, à consommer ?
5. Quelles sont les interventions formelles ou informelles mises en place par les associations et les bénévoles pour favoriser l'appropriation des F&L par les bénéficiaires ?
  - a. Quels sont les moyens humains et matériels
  - b. Appropriation de la démarche par l'association elle-même, freins
  - c. Mesures d'accompagnement : existence d'ateliers, cuisine mobile, informations, autres.

### **b) Outils de recueils**

Pour répondre à ces questions, 3 grilles d'entretiens et 1 guide d'observation ont été élaborés.

#### La grille d'entretien des bénéficiaires :

- *De façon générale quels aliments consommez-vous ou avez-vous l'habitude de consommer en ce moment (par exemple cette dernière semaine) ?*
  - a. *Enfant, comment mangiez vous ? Où viviez vous ?*
- *Comment et où faites vous vos courses et/ou vous approvisionnez-vous ?*
  - a. *Comment se situe l'aide alimentaire que vous recevez par rapport à vos courses ?*
- *Concernant les fruits et des légumes, en mangez vous ? et à quelle occasion (été/hiver, cuisinés/crus) ? Les cuisinez-vous ? comment ?*
  - a. *Consommation et modes de consommation, préférences*
  - b. *Utilisations indirectes : échanges, revente...*
  - c. *Perceptions et connaissances sur les fruits & légumes*
  - d. *Autres modes d'accès aux F&L*

- (pour les familles) Qui mange des F&L dans votre famille ?
  - a. quels sont vos produits préférés ?
  - b. ceux de vos enfants ? ceux des autres membres de votre foyer ?
  - c. approfondissement des étapes de la diversification de l'alimentation pour les enfants (allaitement, petit pots tout faits ou faits maison...)
- Concernant la distribution de ce jour (ou la dernière distribution), avez-vous été satisfait des produits proposés ? quelle note donneriez vous ? (1 : pas satisfait ; 9 : très satisfait)
  - EN QUALITE ?
  - EN DIVERSITE ?

---

1                      3                      5                      7                      9

- Manque t'il des produits selon vous ? Utilisez-vous ou utiliserez vous toute la distribution ?
- Concernant les fruits et légumes de la distribution quels sont vos préférés ? préférence de conditionnement
  - frais,
  - en vrac,
  - en conserve,
  - en soupe,
  - en compote
  - en surgelés
- Qu'auriez vous fait si vous n'aviez pas eu de fruits et légumes à cette distribution ? En auriez vous acheté ?
- De façon générale, vous diriez des fruits et légumes ?
  - C'est important
  - C'est inutile
  - C'est cher
  - Il en faudrait plus à la distribution
  - Ce n'est pas bon
  - C'est bon
  - C'est dur à cuisiner
  - C'est dur à conserver
  - Autre
- Autres remarques :
- mode de vie, équipement de cuisine, âge, ancienneté association, ancienneté de recours à ces produits...

### La grille d'entretien des banques alimentaires

- Projet associatif, engagement et positionnement de la structure à s'approvisionner en F&L et spécifiquement en F&L de l'Atelier
  - o Le conditionnement/produits en vrac
- Processus et conditions de distribution des produits aux associations
- Nombre et type d'associations qui se fournissent en F&L conditionnés par l'Atelier
  - o Répartition associations faisant des repas / associations colis
  - o Informations sur les publics
- Ressources humaines et matérielles disponibles pour la distribution, sensibilisation des équipes sur les F&L.
- "Camembert" des distributions sur une semaine (c'est-à-dire les contributions pondérales respectives des différents groupes d'aliments distribués au panier moyen), lorsque cela est faisable.
- Concernant les fruits et légumes fournis par l'Atelier : Total en kg d'approvisionnement sur un mois en moyenne.
- Autres remarques

### Le guide d'entretien des associations

- Projet associatif
- Nombre de personnes ou familles bénéficiaires
- Processus et conditions de distribution des produits aux bénéficiaires
- Ressources humaines et matérielles disponibles pour la distribution,
- Implication éventuelle des bénévoles/salariés sur le sujet des F&L,
- Existence de mesures d'accompagnement formelles ou informelles (ateliers, cuisine mobiles, informations, échanges de recettes...) pour la consommation de F&L par leurs bénéficiaires.
- freins concernant l'approvisionnement de la structure,
- opinion sur les obstacles rencontrés par les bénéficiaires à la consommation de F&L.

Concernant les fruits et légumes fournis par l'Atelier :  
Total en kg d'approvisionnement sur une semaine (ou deux)

## Le guide d'observation des actions d'accompagnement

Lorsque des actions d'accompagnement, d'informations ou des mesures matérielles ont été mises en place dans l'association, un entretien sera mené avec le (ou les) responsable(s) de ces activités et portera sur :

- les objectifs
- le déroulement
- le mode de recrutement
- le public participant
- les résultats connus de ces actions

### Test

Nous avons testé les grilles d'entretiens (bénéficiaires et associations/banques alimentaires) avec les 3 premiers bénéficiaires et les 2 premières structures interviewées en novembre 2009.

### ***c) Critères de sélection***

L'étude a pour but de déterminer si l'apport en F&L favorise une consommation de ces produits par les bénéficiaires. Nous avons identifié des critères pouvant conduire à des réponses différentes sur la consommation, la perception et sur l'utilisation des F&L, ce sont ces critères qui ont été utilisés pour sélectionner les bénéficiaires.

#### **Des profils de consommation et de perception peuvent être différents selon :**

- Le statut familial :
  - Sélection de personnes vivant seules et de personnes vivant en famille,
  - sélection de personnes vivant avec des enfants.
- La génération
  - Sélection de personnes jeunes (moins de 30 ans),
  - sélection de personnes plus âgées (+ de 50 ans).

#### **L'accès aux F&L peut être différent selon que l'on est ou non dans une région de production de F&L.**

- Sélection de personnes vivant dans une région de production
- Sélection de personnes vivant dans une région de faible production

#### **Des différences de contribution monétaire à l'aide alimentaire procurée peuvent influencer l'utilisation des F&L :**

- Sélection de personnes recevant des colis gratuits ou avec une participation forfaitaire
- Sélection de personnes qui contribuent financièrement dans des épiceries sociales

### Contact avec les structures et les bénéficiaires

Les **banques alimentaires** ont été informées de l'étude par téléphone et par mail. Un entretien d'une heure minimum avec le président et/ou avec la personne en charge des approvisionnements a été systématiquement proposé.

Les **associations** ont été repérées grâce à plusieurs sources :

- les fichiers DRAAF (Direction Régionale de l'Alimentation de l'Agriculture et de la Forêt) existants sur la liste des associations délivrant de l'aide alimentaire sur le territoire,
- les fichiers de la BA,
- les informations orales dont disposent les BA sur le profil de leurs associations,
- une liste d'associations pré-sélectionnées par les BA en fonction des critères énoncés.

Une quinzaine d'associations ont été contactées au téléphone et par mail afin de participer à l'étude, certaines ont fait l'objet d'une visite programmée par les BA lors de la prise de contact avec ces dernières.

Les **bénéficiaires** ont été contactés directement sur les lieux de distribution en fonction de l'avancement de l'étude et de la satisfaction aux critères de sélection : les premiers entretiens (début 2010) ont permis de recruter un nombre conséquent de personnes âgées sur les premiers lieux de distribution. Ensuite la passation de l'enquête auprès de personnes jeunes ou auprès de familles a été privilégiée afin de respecter les critères de l'étude. La même démarche – par élimination - a été effectuée pour les autres critères de sélection.

#### **d) Sources de données**

Afin de répondre aux 5 questions évaluatives et comprendre les niveaux d'appréciation des bénéficiaires sur les F&L en fonction des différents contextes de délivrance, une enquête qualitative par entretiens a été menée de nov 2010 à juin 2010. Le matériau recueilli est constitué :

- d'entretiens avec des bénéficiaires,
- d'entretiens avec les responsables d'approvisionnements des BA,
- d'entretiens avec les responsables d'associations délivrant une aide alimentaire,
- d'observations des distributions et d'ateliers cuisine,
- d'entretiens avec des responsables de « têtes de réseau » distribuant de l'aide alimentaire.

#### **e) Méthode d'analyse**

Plusieurs types d'analyses ont été menées :

- La description du circuit de distribution des F&L et ses spécificités a été analysé à partir des entretiens avec les BA et des entretiens avec les associations.
- Les facteurs favorisant ont été analysés à travers les entretiens menés auprès des associations et des BA et par le biais de l'observation des distributions et des ateliers.

Le matériau recueilli au cours des entretiens des bénéficiaires a fait l'objet :

- d'une analyse sémantique des propos. Nous avons procédé à un classement lexical par catégories :
  - Des catégories découlent des réponses naturellement attendues aux questions de la grille d'entretien (exemple : pour savoir si les F&L sont consommés, nous attendions des catégories de type « je mange des fruits », « je mange de tout » ; ...)
  - Des catégories ont été ajoutées au fil de l'analyse. Ce sont des catégories qui ont été spontanément et fréquemment citées hors du cadre directif de la grille d'entretien.
- Une analyse quantitative des réponses aux questions fermées.

Le logiciel Modalisa a été utilisé pour l'analyse des questions fermées et pour l'analyse sémantique du texte.

## **IV. Résultats**

### **1. Lieux d'entretiens et contacts**

Plusieurs visites et contacts avec des banques alimentaires et des associations ont été nécessaires afin de pouvoir instaurer un climat de confiance permettant :

- d'observer les distributions ;
- d'interroger les bénévoles qui distribuent,
- de prendre contact avec les bénéficiaires.

Ce processus a permis de respecter du mieux possible nos critères de sélection.

#### **a) Les banques alimentaires et les associations**

6 banques alimentaires ont été interviewées (5 prévues) :

- BA des Bouches du Rhône
- BA du Vaucluse
- BA du Gard
- BA de Haute Normandie à Rouen
- BA de Haute Normandie au Havre
- BA de Meurthe et Moselle

La BA de Haute Normandie de Rouen ne prenait pas de F&L à l'atelier au moment de l'enquête. Nous avons souhaité néanmoins l'interroger : le département possède deux BA agissant sur le même territoire – donc avec le même contexte (peu de F&L disponibles sur le territoire) - mais toutes deux ont choisi deux options différentes quant à leur approvisionnement en F&L :

- La BA de Rouen souhaiterait se fournir en F&L de l'atelier mais ne peut pas assurer cette dépense, elle a choisi de récupérer les F&L donnés par une grande surface et par une plate forme d'achat pour la grande distribution.
- La BA du Havre a fait le choix de se fournir à l'atelier dès le début 2009 parce qu'elle pouvait assurer cette dépense. Elle a fait ce choix dans l'optique d'augmenter la part trop faible des F&L dans sa distribution aux associations.

Sur les 16 associations contactées et ayant donné leur accord pour l'étude, 12 ont été retenues et ont fait l'objet d'un entretien avec les responsables. Néanmoins, l'une d'entre elles n'a pas donné suite et il n'a pas été possible d'interroger ses bénéficiaires. Nous ne l'avons pas inclus dans les résultats.

Au final, 11 associations ont été interviewées et nous ont autorisé à faire passer un entretien à leurs bénéficiaires :

- 3 associations situées à Marseille,
- 2 associations du Havre et 1 à Fauville-en-Caux (40 kms du Havre),
- 1 association de Nîmes et 1 d'Alès,
- 1 association d'Avignon,
- 1 association de Champigneulle et 1 d'Essey-lès-Nancy (petite couronne de Nancy).

Les banques alimentaires et les associations ont été contactées et interviewées de novembre 2009 à fin mai 2010.

## **b) Les bénéficiaires**

Les entretiens avec les bénéficiaires se sont déroulés du 11 février 2010 au 28 mai 2010. Les bénéficiaires se sont vu proposer un entretien anonymisé de 10-15 minutes environ après la distribution du jour, généralement dans un espace clos ou retiré (bureau ou jardin). L'objectif de l'étude a été présenté comme tel : « Je m'intéresse à ce que mangent les personnes qui ont peu de moyens. Vos stratégies et trucs pour faire vos courses et pour manger de tout m'intéressent ».

Peu de bénéficiaires ont refusé l'entretien (6 refus et au final). Les raisons de refus invoquées ont été surtout le manque de disponibilité « je n'ai pas le temps » et pour quelques uns « je ne souhaite pas répondre ».

48 entretiens (4 par structures) étaient prévus, 42 bénéficiaires ont finalement pu être interviewés. Nous avons pris la décision de stopper l'étude après les 42 entretiens pour deux raisons :

- l'échantillon représentant tous les profils sélectionnés était suffisant,
- le matériau nécessaire à l'analyse de toutes les questions de l'étude avait été récolté.

## **c) Autres sources de données**

Des entretiens complémentaires ont été menés auprès de responsables de deux « têtes de réseau » distribuant de l'aide alimentaire entre août et septembre 2010 : l'ANDES (Association Nationale de Développement des Epicerie Solidaires) et la FFBA (Fédération Française des Banques Alimentaires). Ces entretiens nous ont permis de compléter la photographie des différentes sources d'approvisionnement de fruits et en légumes dans le circuit de l'aide alimentaire.

## **2. Description des structures**

### **a) Les banques alimentaires**

Tab. 1. Description des BA rencontrées

	<b>BA 13</b>	<b>BA 30</b>	<b>BA 57</b>	<b>BA 76 – Le Havre</b>	<b>BA 76 - Rouen</b>	<b>BA 84</b>
<b>Département</b>	<i>Bouches du Rhône</i>	<i>Gard</i>	<i>Meurthe et Moselle</i>	<i>Haute Normandie</i>	<i>Haute Normandie</i>	<i>Vaucluse</i>
<b>Date recueil d'informations</b>	<b>Octobre 2009</b>	<b>Décembre 2009</b>	<b>Février 2010</b>	<b>Avril 2010</b>	<b>Février 2010</b>	<b>Octobre 2009</b>
<b>Nbre d'associations approvisionnées</b>	150	65	49	29	63	30
<b>Origine des appro. en F&amp;L</b>	GMS et I84	GMS et I84	GMS, I84 et PFA	GMS et I84	PFA et GMS	GMS, GR, PFA et I84
<b>Camembert : part des F&amp;L distribués (vs 33% recommandés)</b>	En 2009 : 9%	En 2008 : 15%	En 2009 : 21%	En 2010 : 11%	En 2010 : 23 %	En 2009 : 19%
<b>Volume F&amp;L commandé à I84 (au moment de l'étude)</b>	3,6 tonnes/mois	6 tonnes/mois	3,1 tonnes/mois (2009)	3,5 tonnes/mois	Pas de F&L I84	8,4 tonnes/mois
<b>Estimation du volume des F&amp;L d'I84 par association/ semaine</b>	Env. 6 kgs	Env. 21 kgs	Env. 15 kgs	Env. 27 kgs		Env. 62 kgs

Légende : Origine des approvisionnements : GMS : grandes et moyennes surfaces – I84 : Imagine 84 – PFA : plate forme d'achat (généralement pour un réseau de GMS) – GR : grossistes en F&L ; ND : information non disponible.

Chacune des BA rencontrées est autonome sur les conditions de délivrance des différents produits aux associations :

- certaines demandent une contribution financière par kg de denrées distribuées,
- certaines demandent une contribution financière seulement sur certains produits (les F&L de l'atelier par exemple),
- certaines demandent une contribution financière forfaitaire comptée par colis (ou par foyer),
- enfin, certaines ne demandent aucune contribution financière.

Pour la plupart, ce sont les associations qui viennent chercher les denrées dans les locaux de la banque alimentaire (une fois par semaine, une fois par quinzaine ou quand elles le souhaitent). Seule une BA livre elle-même les produits aux associations.

### **Les sources d'approvisionnements en fruits et légumes**

Mis à part les F&L conditionnés par l'atelier, les BA rencontrées dans l'étude se fournissent en F&L auprès de différentes sources :

- Auprès des grandes et moyennes surfaces (GMS) : les F&L donnés par les GMS sont généralement des produits invendus et retirés des rayonnages après la vente en magasin, ils sont jugés de mauvaise qualité par les banques alimentaires et nécessitent systématiquement un tri avant la redistribution.
- Auprès des plate formes d'achat des magasins de la grande distribution (PFA) : les F&L donnés par ce circuit sont des produits venant des surplus de commande de ces plate formes. Ces produits sont jugés de bonne qualité car leur état est le même que les produits mis en rayon par les GMS.
- Auprès des grossistes (GR) : les F&L donnés par ce circuit sont des produits venant des surplus de commande de ces grossistes. Leur qualité peut varier selon les situations.

Ces sources d'approvisionnement sont majoritairement celles de l'ensemble des 79 banques alimentaires en France. Certaines peuvent également compléter leur apport en F&L auprès des dons des producteurs locaux ou des coopératives, mais ces sources sont irrégulières et de faibles quantités.

De façon générale, aucune des 79 banques alimentaires ne dispose actuellement d'un volume assez conséquent pour atteindre la proportion de 33% de F&L recommandés dans la distribution aux associations et aucune, parmi celles interrogées, ne juge le volume actuel suffisant pour fournir toutes leurs associations.<sup>1</sup>

## **b) Les associations**

Tab. 2. Description des 11 associations interviewées

	Jane Panier	Coll. Chom.	Cx Rouge	CC Margos Vekilian	Conf. St Vincent	Bout. Alim. Soc.	"La ruche"	Appel	Cx Rouge	Cx Rouge Danton	Centre des Neiges
<b>Ville</b>	Marseille	Ales	Marseille	Marseille	Nîmes	Avignon	Champigneulles	Essey-lès-Nancy	Fauville-en-Caux	Le Havre	Le Havre
<b>Type</b>		CSC	ES	CSC	CSC	ES	ES	CAC	CSC	CSC	CAC
<b>Prix</b>	0	2€	3€	3€	0	10%	10%	2 à 5 €	2€	2€	2€

<sup>1</sup> Informations recueillies auprès de la FFBA (Fédération Française des banques Alimentaires).

Public	PS	F et PS	PA et F	F et PS	F	F et PS	F et PS	F et PS	F et PS	PS	F et PS
Freq. par mois		4	4	1	4	4	8	4	2	4	2
Nbre bénéficiaires (F ou P)	45 P	45 F	73 P	250 P	80 P	80 P	76 F	480 P	220 P	200 F	156 F
Ress. humaines.	2 S	2 B	5 B	8/10 B	4 B	1 S et 4 B	1 S et 11 B	1 B	1 S et 6 B	1 S et 4 B	9 B

**Légende : Type de distributions – ES : épicerie sociale choix des F&L – CAC : colis avec une possibilité de choix à l'intérieur des catégories de produits - CSC : colis sans possibilité de choix.**

**Public majoritairement observé sur les distributions – PS : personnes seules – F : familles – PA : personnes âgées**

**Bénéficiaires – P : Personnes - F : Familles (2 personnes et plus)**

**Ressources humaines distribution – S : salariés – B : bénévoles**

La majorité des associations rencontrées distribuent des colis (7 sur 11). Nous avons fait la distinction entre trois formes de distribution :

- Dans le premier cas, les bénéficiaires reçoivent un colis déjà préparé à l'avance tout ou en partie. Ils n'ont pas possibilité de choisir les F&L qu'ils reçoivent<sup>2</sup>.
- Dans le second cas, les bénéficiaires reçoivent un colis où le choix de certains produits est possible. Ils ont la possibilité de choix au sein de chaque grande famille (conserves, surgelés, produits laitiers, fruits et légumes, pains...). C'est ce que nous avons appelé les colis avec possibilité de choix.
- Dans le cas des épiceries, les bénéficiaires disposent d'une somme à dépenser<sup>3</sup> (généralement 10% de la valeur supposée réelle des produits) et peuvent choisir les produits dans les rayonnages. L'association Jane Panier est différente des autres associations rencontrées. C'est un CHRS (Centre d'Hébergement et de Réinsertion Social) qui héberge des femmes seules. Ce centre s'approvisionne à la banque alimentaire toutes les semaines. Bien que différente des autres, nous avons inclus cette association car elle met à disposition gratuitement les produits de la BA (dont des F&L) pour les femmes hébergées qui ont la possibilité de cuisiner ces produits grâce à un espace cuisine et repas en commun.

Presque toutes les associations rencontrées fonctionnent avec un système d'accès à l'aide alimentaire, généralement il s'agit d'un dossier à établir soit auprès de l'association elle-même soit dans les cas les plus fréquents, auprès d'une assistante sociale de secteur.

La plupart des associations ont une distribution hebdomadaire (une seule sur les 11 permet aux bénéficiaires de venir 2 fois dans la semaine), certaines ont une distribution par quinzaine et une association distribue ses colis une fois par mois.

<sup>2</sup> Néanmoins une attention peut être apportée par certaines associations à prendre en compte des publics particuliers (familles nombreuses, personnes ne mangeant pas de porc...).

<sup>3</sup> Alors qu'il fonctionne avec une contribution fixe (3 €), nous avons considéré le centre de distribution de la Croix Rouge Marseille comme une épicerie pour plusieurs raisons :

- les bénéficiaires peuvent choisir leurs produits dans les rayonnages,
- le centre est affilié au réseau des épiceries sociales d'ANDES.

## Photos 1 et 2. Exemple de deux types de distribution



Distribution de colis déjà préparés



Rayonnages d'une épicerie sociale

### 3. Description des bénéficiaires

#### a) Profil des personnes interviewées

42 personnes ont été interviewées, ce sont 12 hommes, 28 femmes et 2 couples.

Parmi ces 42 personnes, 17 personnes vivent seules et 25 vivent en famille : 19 familles ont des enfants (moins de 18 ans) et parmi ces 19, 8 d'entre elles sont des familles nombreuses (plus de 3 enfants au foyer).

6 personnes ont moins de 29 ans, 23 personnes ont entre 29 et 50 ans, et 13 ont plus de 50 ans.

La majorité des répondants vit en ville (37), 5 en milieu rural.

Le public rencontré dans les différents lieux de distribution se répartit comme tel :

- 11 personnes ont été interviewées sur des épiceries sociales,
- 19 personnes ont été interrogées sur des lieux de délivrance de colis sans choix,
- 9 sur des lieux de délivrance de colis avec possibilité de choix,
- 3 femmes ont été interviewées dans un CHRS

Tab. 3. Ancienneté de recours à l'aide alimentaire (sur le lieu de l'enquête ou sur d'autres distributions)

	Effectifs
Moins de 6 mois	9
Moins d'un an	7
Moins de 2 ans	9
2 ans et +	16
<b>Total</b>	<b>41</b>

Plus de la moitié des personnes interviewées fréquentent les lieux de distribution depuis plus d'un an et plus d'un tiers depuis plus de deux ans (médiane : 12 mois ; maximum : 11 ans).

Pour la plupart, les bénéficiaires disposent d'un moyen de conserver les aliments : 40 foyers ont un réfrigérateur, 30 foyers ont un congélateur<sup>4</sup>.

Pour la plupart, les bénéficiaires disposent de matériel pour cuisiner : 39 foyers possèdent des plaques de cuisson, 32 foyers ont un four<sup>5</sup>.

De façon générale, nous remarquons que le public interrogé peut être qualifié de public « intermédiaire » : tous les bénéficiaires interviewés sont certes en difficulté, puisque le montant total de leurs revenus ne leur suffit pas et qu'ils ont besoin d'une aide sociale<sup>6</sup>, mais tous ont un domicile fixe (foyer ou leur propre domicile).

Les observations des distributions et les entretiens menés avec les associations nous amènent à noter néanmoins une différence entre les publics qui se rendent au sein des épiceries sociales et ceux bénéficiant de colis. Les seconds semblent plus précarisés et moins « insérés ». C'est notamment sur les lieux de distribution de colis que l'on rencontre des personnes sans papiers, des personnes venant d'arriver sur le territoire français et souvent des personnes ayant recours à l'aide alimentaire depuis plus longtemps. Ceci confirme ce qui a été montré dans le rapport ABENA sur le profil des bénéficiaires des différents lieux de distribution d'aide alimentaire.

### ***b) La place de l'aide alimentaire par rapport aux autres formes d'approvisionnement***

Les associations situent l'aide alimentaire fournie comme un soutien à l'alimentation et un complément par rapport à d'autres formes d'approvisionnements. Ces structures envisagent cette aide comme ponctuelle et généralement pour une durée donnée (pouvant être renouvelée).

#### **• L'aide alimentaire dans l'approvisionnement des bénéficiaires**

La réponse des bénéficiaires sur leurs modes d'approvisionnement autres que l'aide alimentaire montre que, pour eux, la réalité est différente. Parmi les 42 personnes interviewées (40 répondants) :

- 23 personnes déclarent que l'aide alimentaire constitue leur approvisionnement principal et qu'elles complètent leurs courses en fonction de la distribution.
- 6 personnes déclarent que l'aide alimentaire constitue la totalité de leur approvisionnement.
- Seules 11 personnes considèrent l'aide alimentaire comme un complément à leurs propres courses.

Pour la majorité, les bénéficiaires rencontrés font leurs courses dans des magasins de type « Hard discount »<sup>7</sup>.

---

<sup>4</sup> Ce qui est sensiblement supérieur aux chiffres de l'étude ABENA (2004-2005) dans la quelle 70% des sujets ont un réfrigérateur et 51,5% un congélateur.

<sup>5</sup> Seulement 69,5% des sujets ont des plaques de cuisson dans l'étude ABENA.

<sup>6</sup> Toutes les associations - sauf une – se basent sur les revenus du foyer pour autoriser une aide, soit par l'établissement d'un dossier auprès d'une assistante sociale soit directement auprès du demandeur.

<sup>7</sup> Dans l'étude ABENA, l'aide alimentaire était citée comme 1<sup>ère</sup> source d'approvisionnement pour l'essentiel des produits alimentaires (conserves, lait, produits laitiers, fromage, viande et charcuterie, poisson, F&L frais, produits surgelés, farine, céréales, pâtes, riz, sucre) – 71% pour les fruits et légumes frais.

- **Les accès aux F&L autres que ceux de l'aide alimentaire**

Tab. 4. Recours à d'autres approvisionnements en F&L (question ouverte : *Qu'auriez vous fait si vous n'aviez pas eu de fruits et légumes à cette distribution ?*)

Attendues	Occurrences
Pas de recours	16
achats	15
recours autres assoc.	7
dépannage amis/famille	3

L'intérêt des F&L pour les bénéficiaires peut être évalué en fonction de ce qu'ils déclarent qu'ils auraient fait s'il n'y avait pas eu de F&L dans leur colis. Une grande partie n'aurait pas eu d'autre recours que la distribution.

Certains ont la possibilité d'acheter des F&L pour compléter la distribution. Parmi eux, certains disent qu'ils auraient acheté des F&L de toute façon : « *Oui j'en aurais acheté, des tomates là par exemple* » ; « *Dans les F&L, si je trouve d'autres légumes différents de la distribution j'en achèterai* ».

D'autres n'ont pas ou peu de recours à d'autres types d'approvisionnements en dehors de la distribution proposée. Les personnes qui n'auraient eu aucun recours déclarent en majorité, des personnes qu'ils n'auraient pas pu acheter des F&L du fait de leur situation financière : « *J'aurais rien mangé d'autre, j'aurais attendu jusqu'au 31, que ma paye tombe. J'aurais mangé du muesli et du café au lait* ». « *Non j'en aurais pas acheté car on est en fin de mois. S'il y en avait pas eu je me serais rabattue sur les compotes, voilà les boites de compotes* ».

Tab. 5. Autres lieux d'approvisionnements en F&L

Attendues	Occurrences
hard discount	19
marché/maraîcher	11
GMS traditionnelles	8
jardin/ramassage nature	4
dons	3

Une grande partie des bénéficiaires a recours aux enseignes de type « Hard discount » pour effectuer l'ensemble de leurs achats et ceux en F&L. Certains font leurs achats sur le marché<sup>8</sup> ou chez le maraîcher. Une petite partie fréquente les grandes et moyennes surfaces traditionnelles, certains s'organisent avec les produits du jardin (le leur ou celui des proches) et/ou des dons : « *Je fais la cuisine par exemple j'ai fait une ratatouille avec des aubergines et des poivrons que ma belle fille m'a amenées et des légumes de la distribution* » ; « *On a les beaux parents qui ont un jardin et qui habitent à coté et qui cultivent, des salades des tomates* » ; « *Ben moi j'ai 200 m2 de terrain, j'ai une serre, là cet après midi, je vais passer mon temps à repiquer. Les jardins c'est des jardins ouvriers...* »

#### 4. **La consommation et l'utilisation des F&L par les bénéficiaires**

##### a) **Les F&L distribués sont-ils consommés, cuisinés, échangés, jetés ?**

- **Consommation et modes de consommation, préférences**

<sup>8</sup> Ce type de réponse a été cité fréquemment à Marseille, les marchés du centre ville proposant des produits et en particulier des F&L, relativement « bon marché ».

Tab. 6. Consommation et les habitudes de consommation

Attendues	Occurrences
mange des légumes	34
je cuisine/je prépare	31
mange des fruits	24
j'en achète	22
difficulté à cuisiner	4
Spontanées	
alimentation peu variée	22
je transforme	11
alimentation variée	10
1 ou 2 repas jour en ce moment	8

Pour la plupart, les bénéficiaires interviewés déclarent manger des légumes ou des fruits, les légumes étant plus consommés que les fruits. Beaucoup également ont déclaré les préparer, les cuisiner, c'est le cas surtout pour les légumes : « *Je mange des légumes, très peu de viande, des fruits. Pour le midi je me fais à manger et le soir des salades, peu de viande, je cuisine des légumes.* » ; « *J'en mange l'hiver, je fais des soupes, et en ce moment avec le temps je recommence à manger des crudités* ».

La moitié déclare en acheter : « *A la plaine ou au marché à Noailles, car c'est moins cher.* » « *Demain sur le marché là on va prendre des ananas, des pêches, du melon, des fraises* ».

Une partie des personnes parlent de transformation des produits (F&L et autres) : Ce terme va au delà de la simple cuisine, certains créent de nouveaux plats à partir des produits donnés et achetés, certains accommodent les fruits pour en faire des desserts, des compotes... « *Je me débrouille avec ce qui reste, des morceaux de jambon, une béchamel, du fromage je fais un gratin et ils sont contents. Il suffit d'avoir des petites astuces. Faut avoir de l'idée, faut être créatif.* » ; « *Même quand les fruits sont un peu murs je me débrouille, je les mixe, je fais des compotes et je mets au congélateur* » ; « *Je cuisine quotidiennement, je fais des préparations pour 2-3 jours, je fais une base avec de la viande du riz ou des pâtes. Je vais varier, des salades, des gâteaux, un cake ça va me faire pendant des jours* ».

Plus rares sont les bénéficiaires (4) qui ont des difficultés à cuisiner soit pour des raisons matérielles (pas d'électricité), soit parce qu'ils déclarent qu'ils n'aiment pas cela : « *Je cuisine pas c'est pas mon truc, je suis simple vous savez, et je mange pas beaucoup. J'ai essayé une fois de faire une gamelle, oh ça a pas donné grand chose.* » ; « *Je cuisine peu sauf quand il y a du monde à manger sinon c'est micro ondes* ».

Concernant les repas pris ces derniers jours (cette dernière semaine), un nombre non négligeable de personnes (10) a spontanément cité des repas dans lesquels la variété est recherchée et la place des F&L importante : « *Des légumes, des pâtes, viandes ou poissons, une salade, une salade verte. J'essaie de faire à chaque fois une entrée, un plat et un dessert.* » ; « *C'est important pour la santé d'abord mais aussi pour la variété des repas* ». En revanche, pour une autre moitié (22), les derniers repas ont été peu variés.

Pour certaines personnes, les derniers repas ont été limités à 1 ou 2 repas par jour : certains, pour des raisons financières (« *Ce midi j'ai pas mangé, parce que les fins de mois c'est difficile, y a pas de viande.* ») ou pour d'autres raisons : « *Ce midi j'ai fait un taboulé, sinon hier le midi mon fils est à la cantine et le soir j'avais pas faim et mon fils s'est fait une choucroute en boîte, facile* ».

- **Perceptions et connaissances sur les fruits & légumes**

Tab. 7. Perceptions et les connaissances sur les F&L

Attendues	Occurrences
j'aime	15
c'est cher	14
je n'aime pas	3
ce n'est pas cher	3
Spontanées	
liens avec la santé	21
F et L de saison	7
5 F&L	6

De façon générale, la grande majorité déclare aimer soit les fruits soit les légumes.

Pour la moitié, les bénéficiaires ont spontanément évoqué les liens entre F&L et santé :

- Certains ont un discours très précis et « savant » sur le lien entre les F&L et les conséquences directes ou indirectes sur la santé : « *C'est important car cela amène de la vitamine C, c'est important pour l'équilibre alimentaire, le transit intestinal.* » ; ou plus simplement lié à des messages entendus dans le domaine public : « *C'est utile, c'est la santé les F&L.* » ; « *Il en faut tout le temps. C'est essentiel pour varier la nutrition et les repas, c'est essentiel pour la santé si on savait comment, quelle quantité, a quel fréquence permet de ne pas tomber malade. Moi je suis un miracle vivant. Bon on n'apprend pas ça à l'école, mais moi j'ai géré ma diététique.* »

- Certaines personnes se sentent personnellement concernées car ils ont une pathologie particulière et doivent surveiller leur alimentation : « *Moi faut que j'en mange beaucoup des fruits, car j'ai un cancer de la gorge et les rayons ont bousillé mes glandes salivaires, alors des oranges j'en mange 4-5 la journée* ».

Le message de prévention sur la consommation quotidienne des 5 F&L par jour est également cité spontanément ; soit en temps que référence positive : « *Moi j'en mange quand il y en a, j'essaye de manger 5 F&L par jour mais j'y arrive pas tout le temps* » ; soit en tant que norme difficile à atteindre : « *Moi déjà faut que je vous dise, ça m'énerve leur truc des 5 F&L, c'est culpabilisant quand on peut pas faire. Pour les enfants, moi je suis pas bien je me dis qu'est ce qui va leur arriver ? Comment on fait pour manger 5 F&L par jour, moi je suis en maladie* » ; « *Parce que quand on voit à la télé qu'ils nous disent de manger 5 fruits et légumes par jour, ils sont fous, s'ils les donnent on les mange mais sinon la salade à 2 € c'est fou non ?* ».

Manger des F&L de saison a été cité spontanément par certaines personnes associant cela à une question de goût, d'autres ayant pris l'habitude d'en manger dans l'enfance.

Tab. 8. Réponses à la question : « De façon générale vous diriez des F&L... ? » (plusieurs réponses possibles à une question fermée)

	Effectifs
C'est important	32
C'est bon	25
C'est cher	22
Il en faudrait plus à la distribution	16
C'est dur à conserver	7
C'est dur à cuisiner	4
Ce n'est pas bon	0
C'est inutile	0
<b>Total répondants</b>	<b>42</b>

La plupart des personnes ayant répondu à cette question estime que les F&L, "c'est important", et

que "c'est bon". Un tiers estime qu'"il en faudrait plus à la distribution". Rares sont les personnes qui considèrent que les F&L, "c'est dur à conserver" ou "dur à cuisiner". Aucune n'a considéré que les F&L, "ce n'est pas bon" ou "c'est inutile". Parmi les items négatifs, le seul largement qui soit répandu est que les F&L, "c'est cher" (plus de la moitié (22) ont coché cette case).

- **Le gaspillage**

L'étude ne peut pas nous permettre de savoir directement si les F&L distribués sont jetés par les bénéficiaires car il ne nous est pas apparu pertinent de demander directement aux bénéficiaires s'ils allaient jeter, échanger ou donner les F&L qu'ils venaient de recevoir, l'entretien se déroulant sur le lieu de distribution. Nous avons donc cherché à recouper certaines informations provenant des associations et des bénéficiaires. Nous avons recueilli certaines informations auprès des associations sur le sujet du gaspillage des F&L, et certains bénéficiaires se sont exprimés spontanément sur ce sujet.

### **Le point de vue des associations**

Le phénomène de gaspillage des F&L après la distribution a uniquement été relaté sur des lieux de distribution de colis sans possibilité de choix<sup>9</sup>. Quatre associations délivrant des colis nous ont relaté ces faits ; « *Les gens ne veulent plus cuisiner, ils veulent des choses toutes faites. Par exemple les petites pommes de terre c'est trop compliqué à éplucher ou à faire. On a déjà retrouvé des F&L à la poubelle.* »

Les 2 associations distribuant des colis avec choix ont modifié d'ailleurs leur mode de distribution des F&L pour éviter le gaspillage : « *Avant je donnais sans demander et je me suis rendue compte que certains jetaient, maintenant je demande* » ; « *Les gens en prennent souvent et de tout. Lorsqu'ils n'aiment pas ou ne veulent ou ne savent pas cuisiner tel ou tel produits ils le disent.* »

### **Les bénéficiaires et l'utilisation faite des F&L distribués : échange, don, gaspillage...**

A la question « *Utilisez-vous ou utiliserez vous toute la distribution ?* » la plupart répondent qu'ils vont tout utiliser. En approfondissant l'entretien, des réponses autour du don et de l'échange sont apparues.

Tab. 9. Echanges, don, gaspillage

Spontanées	Occurrences
je ne jette rien	11
j'échange	2
je donne	2

Aucune personne interrogée n'a spontanément évoqué le gaspillage et personne n'a déclaré avoir déjà jeté les produits distribués. Cela ne signifie pas pour autant que les bénéficiaires utilisent tous les produits de la distribution.

Certains déclarent spontanément qu'ils ne jettent rien ; ils se débrouillent pour utiliser les produits distribués ; ils les échangent ou les donnent : « *Quand j'en ai trop par exemple, quand j'achète des pommes et qu'on en a à la distribution je les échange ou je les donne, à ma sœur qui est sur une autre distribution.* » ; « *Oui on utilise tout, je me débrouille car je prends le panier d'un vieux monsieur aussi. Je sais qu'il va pas faire ça ou ci, donc on échange des produits de temps en temps.* ».

<sup>9</sup> Ce qui ne veut pas dire que ce phénomène n'arrive pas également dans les autres lieux.

Pour certains c'est un principe de ne pas gaspiller : « Non, tout ce que ne je ne peux pas cuisiner (les poireaux par exemple), je les offre, un poulet par exemple ; l'autre fois je l'ai donné à ma voisine. Je ne jette pratiquement rien sauf les choses abimées que je ne peux même pas offrir. » ; « Et je mange très peu, ça sert à rien que je prenne des choses et que je jette après » ; « Oui je ne jette rien, je rentre à la maison je trie, et des fois quand il y a des choses « moyens » je donne aux chiens. »

**b) Que peut-on dire des modes d'appropriation de ces F&L au sein des familles ?**

- **Consommations des F&L dans les familles**

Une bonne partie des parents (17) déclare n'avoir pas trop de difficultés pour faire manger des F&L à leurs enfants, mais tous n'en consomment pas naturellement. Dans la plupart des cas, c'est l'obligation de manger de tout et « ce qu'il y a » qui fait loi : « Ils en mangent car ils se débrouillent avec ce qu'il y a, il faut qu'ils s'habituent » ; « Avant les enfants, ils étaient difficiles mais maintenant ça va ils ont pas le choix alors ils mangent de tout, comme le budget est limité on fait avec ce qu'on a. »

Dans certaines familles (5), il est difficile de faire consommer des F&L aux enfants : « La petite, non, sauf des petits filous, des desserts au chocolat. » ; « Moi j'en mange mais les frères et sœurs (plus jeunes) pas trop, ils trouvent que c'est pas bon ils préfèrent les pâtes les frites. »

- **Comment les mères (et pères) parviennent-ils à faire manger des F&L aux enfants ?**

Certains ont recours à des trucs ou des astuces pour que leurs enfants mangent des F&L : mixer les fruits, les accommoder en dessert, intégrer les légumes dans un gratin... : « Je me débrouille avec ce qui reste, des morceaux de jambon, une béchamel, du fromage je fais un gratin et ils sont contents. Il suffit d'avoir des petites astuces ».

Lorsqu'on explore avec les familles, les étapes de la diversification de l'alimentation, c'est entre 3 et 7 mois que le passage se fait entre l'alimentation liquide et une alimentation plus dense (petits pots, compotes) à une alimentation « comme pour nous » : « On leur a fait goûter depuis tout petits. A l'âge de 4-5 mois on leur faisait manger, goûter ce qu'on mangeait, les plats arabes ils ont l'habitude. »

Certaines mères remarquent qu'elles n'arrivent pas aujourd'hui à imposer certaines règles alimentaires alors qu'elles mêmes, en avaient petites : « Enfant je mangeais de tout. En Algérie, y avait pas de cantine. On mangeait à la maison, c'était des légumes frais, c'était pas comme maintenant nos enfants. ». D'autres parents ne laissent pas de choix : « Moi quand je suis à la maison j'exige une fois par semaine des haricots verts, des épinards. Ah ça c'est obligé pour les enfants. »

Pour certaines mères interviewées, c'est au moment du passage entre alimentation liquide et solide que l'on peut asseoir une alimentation variée, sans caprices et avec des F&L : « Les enfants

on les a habitués tout petits, on leur a donné de tout, des compotes, un peu de légumes à 4-5 mois. Aujourd'hui ils en mangent naturellement, de la salade, non y a pas besoin de faire des astuces. »

**c) L'apprentissage et l'appropriation des F&L se perdent-ils au fil des générations, entre personnes jeunes et personnes âgées ?**

• **Les jeunes savent-ils cuisiner, préparer ou transformer ces produits bruts ?**

Les jeunes interviewés cuisinent, savent cuisiner et ont le goût de cuisiner. Certains ont appris enfant : « *Enfant, je mangeais de tout. J'ai grandi dans une famille adoptive, mon père était bon cuisinier, il faisait des daubes, des plats en sauces, c'était très bon, mais gras, avec de la sauce. En grandissant, j'aimais faire la cuisine, j'ai appris. On prenait une recette que l'on voulait faire, tout, par exemple un plat chinois et on le faisait.* » ; « *On cuisinait, en fait c'est moi qui ait appris à 7 ans et je cuisinais pour ma mère car ma mère était malade alors j'ai du me débrouiller très rapidement, après j'étais en foyer* ».

L'avis des associations : « *Je pense qu'il n'y a pas vraiment de problème de générations, chez certains jeunes, le fait de faire la cuisine n'est pas un problème et peut être très bien vécu (responsabilisation). Mais ce n'est pas la même cuisine que les plus âgés.* » ; « *Les gens en prennent naturellement, même les jeunes. Il y a les grandes familles et ce n'est pas réellement un problème (les F&L)* ».

• **Les habitudes alimentaires dans l'enfance**

Tab. 10. Habitudes alimentaires et contextes de vie dans l'enfance

Attendues	Occurrences
enfant : mangeait de tout	21
enfant : mangeait des F&L	15
Vivait à la ville	11
Vivait à la campagne	8
mangeait produits saison/jardin	7
pas/peu de légumes enfant	4

Afin d'appréhender la question des différences de comportements entre générations, nous avons questionné les bénéficiaires sur leurs habitudes alimentaires et leur contexte de vie dans l'enfance. La plupart des personnes que nous avons interviewées ont spontanément répondu qu'ils mangeaient de tout enfant (jeunes comme personnes plus âgées), la consommation des F&L était fréquente pour une bonne partie d'entre eux. Peu de personnes ont déclaré qu'elles n'en mangeaient pas, ou essentiellement parce qu'elles n'aimaient pas cela : « *Petit, les légumes on n'était pas trop habitués, c'est depuis que je suis marié, c'est ma femme qui m'a convaincu* » ; « *Tout petit, ma mère a essayé de me faire manger des F&L mais je ne peux pas les voir* ».

• **Y a t'il des différences entre générations ?**

Dans notre étude, les personnes âgées interviewées se distinguent des autres par le fait qu'elles ont été habituées à gérer des produits frais, habituées à faire des courses quotidiennes : « *Il y avait pas les grandes surfaces, Par contre il n'y avait pas de réfrigérateur, on faisait les courses tous les jours, on avait l'habitude du frais et de cuisiner tous les jours. J'ai eu du mal à m'habituer au congélateur et faire des courses en grande quantité.* ».

La différence entre générations est observable sur la capacité qu'ont les personnes plus âgées interviewées d'avoir l'habitude de récupérer et de transformer : c'est dans cette tranche d'âge (plus de 50 ans) que ces pratiques ont été les plus citées (citations de type « je transforme » et « je ne jette rien ») : *« Oui j'en mange (des F&L), les gens ils disent ah c'est pas bon mais il faut les accommoder, si on fait ça c'est bon, les gens ils ne savent pas les accommoder. Si le plat n'est pas bon je mets de la sauce tomate, des herbes de Provence au four. J'améliore ; une boîte de petits pois comme ça c'est pas bon. »*

*« Je cuisine du pot au feu, les ragouts, de la daube, du sauté de porc, avec des olives des pommes de terre. J'aime bien, je cuisine au jour le jour, car quand on fait surgeler ça n'a plus le même goût. J'ai toujours mangé des F&L et même quand il y avait mes enfants je le faisais aussi. La cuisine c'est une question de créer quelque chose, les goûts et mélanger les couleurs aussi. »*

## ***5. Quelle plus value offrent les F&L conditionnés par rapport aux autres produits ?***

La question du conditionnement a été traitée en fonction de plusieurs aspects ; le conditionnement, la qualité et la diversité des produits et selon deux points de vue :

- celui des banques alimentaire et des associations avec la question principale de l'utilité pour ces structures de recevoir des produits conditionnés (en caquettes ou empaquetés en filets ou en sacs) ;
- celui des bénéficiaires.

- **Le point de vue des structures**

### **Les banques alimentaires**

Dans la plupart des cas, les banques alimentaires interviewées sont favorables au conditionnement proposé par l'atelier :

- il permet de répartir les F&L de façon égale dans les distributions aux associations : les banques prennent en compte le nombre et le type de personnes bénéficiaires (familles, personnes seules...) pour préparer les distributions.

*« Je pense que c'est un plus. Car avant nous avions des pommes de terre en sachet de 10 ou 20 kg, avec parfois des produits abimés. Les associations les prenaient mais étaient obligées de relier après, et ce n'est pas pratique pour les colis. Le conditionnement de l'Atelier en 2,5 Kg c'est très pratique ».*

- Les produits n'ont pas besoin d'être triés, au contraire des F&L donnés par les GMS dont une partie est parfois jetée du fait d'une médiocre qualité. Ce travail de tri fait gagner du temps aux bénévoles des banques alimentaires.

*« C'est un plus !! Nous recevons beaucoup de F&L de la grande distribution en vrac. Ces produits il faut les trier donc c'est du travail en plus pour nos bénévoles. L'avantage avec les F&L de l'Atelier c'est qu'ils sont déjà conditionnés pour faciliter les colis. »*

Pour la plupart des BA rencontrées, l'adhésion au projet d'Imagine 84 est venue d'une prise de conscience du volume trop faible de F&L distribué aux associations, de la difficulté de s'approvisionner en F&L de bonne qualité et de disposer d'un approvisionnement régulier :

*« Moi j'ai vu le « camembert » et on était réellement en déficit d'équilibre alimentaire sur les F&L. Fin décembre 2008, j'ai pris contact avec la BA 84 pour échanger du poisson contre des F&L. Ca s'est pas fait, transport trop cher mais ils m'ont parlé que Imagine 84 ouvrait un atelier en 2009. Donc on a pris dès le début, 5 palettes par mois en 2009 » ; « Les associations les prenaient (les F&L de la grande distribution) mais étaient obligées de relier après (...) Avec les produits en vrac (F&L des GMS), on sait qu'on a environ 20% de pertes, on l'a mesuré ».*

Selon une BA qui demande une contribution pour les F&L de l'atelier mais pas pour ceux provenant d'autres sources (GMS) : « (Les F&L de l'atelier) C'est un plus, car de meilleure qualité. La preuve étant, les fruits de l'atelier sont à 0,30 €/kg pour les associations et les autres F&L sont gratuits. Les F&L d'Avignon partent sans problème, les associations sont très demandeuses ».

Enfin peu d'associations connaissent la provenance des F&L distribués par les BA (GMS, atelier Imagine 84 ou autres) : une BA dit, « Sur le fait que l'atelier soit un atelier d'insertion : c'est

*important, mais les associations ne sont pas vraiment au courant. C'est plutôt le fait de récupérer et éviter la décharge qui a du sens. »*

### **Les associations**

La qualité des F&L et le travail de tri sont également appréciés par les associations : *« on n'a pas besoin de trier, les produits sont de meilleure qualité ». « Cela permet d'éviter le gaspillage. Car les F&L venant des grandes surfaces ne peuvent être gardés très longtemps, c'est parfois 80% qui partent à la poubelle ».*

Le conditionnement n'est pas toujours un plus pour les associations: d'une part, les produits conditionnés sont souvent déconditionnés pour les répartir en colis ou les mettre à disposition en libre service (pour les épiceries).

- **Les freins**

Du point de vue des BA, le principal frein reste la contribution financière : *« Il y a des réticences en interne à cause des 15 cts /kg. Historiquement, les banques alimentaires n'achètent pas et ne vendent pas, l'approvisionnement est basé sur les dons. » ; « Cela nous intéresserait d'avoir des F&L d'Avignon mais pour le moment c'est trop cher pour nous seuls. (...) Aujourd'hui les associations contribuent à 45 cts/ panier (panier à environ 5 kg donc environ 8 cts/kg). Donc on ne peut pas se permettre de payer les (F&L) 15 cts du kg. »*

- **Les bénéficiaires**

Tout comme les associations, les bénéficiaires n'ont pas d'informations sur la provenance des F&L distribués, il est alors difficile de les questionner directement sur les F&L venant de l'atelier. Nous les avons donc questionnés sur plusieurs aspects : leur préférences de conditionnement et leur satisfaction des produits distribués ce jour (sur la qualité et la diversité).

Tab. 11. Réponses à la question fermée : « Concernant les F&L de la distribution, quels sont vos préférences de conditionnement ? » (plusieurs réponses possibles). La question a été posée en fonction des préférences de goût et du côté pratique du conditionnement.

	<b>Effectifs</b>
Frais	33
Conserves	14
En surgelés	6
<b>Total répondants</b>	<b>42</b>

Les F&L « frais » sont privilégiés par rapport aux conserves et aux produits surgelés qui sont souvent cités pour leur bon compromis entre goût et praticité<sup>10</sup>. Le frais a été cité également par des générations moins habituées à ce type de produits (les jeunes) et par des personnes seules (bien que celles-ci citent souvent le conditionnement en conserve qu'elles considèrent comme pratique).

---

<sup>10</sup> Les compotes et les soupes étaient des items également proposés dans la question.

Satisfaction de la qualité des produits (recodage des réponses « Concernant la distribution de ce jour (ou la dernière distribution), avez-vous été satisfait des produits proposés ? quelle note donneriez vous ? (1 : pas satisfait ; 9 : très satisfait) »

	Effectifs
Non réponse	2
Moyen	13
Bonne	20
Très satisfait	6
Ne veut pas se prononcer	1
<b>Total</b>	<b>42</b>

Tab. 12. Satisfaction de la diversité des produits (recodage des réponses)

	Effectifs
Non réponse	4
Mauvais	1
Moyen	12
Bonne	19
Satisfait	1
Très satisfait	3
Ne veut pas se prononcer	2
<b>Total</b>	<b>42</b>

La plupart des bénéficiaires estime la qualité et la diversité des F&L distribués bonne à très bonne. Ces résultats sont à prendre avec précaution : une partie des bénéficiaires semblaient gênés par cette question, certains ont déclaré qu'ils n'avaient pas à donner leur avis sur des produits qui leur étaient donnés.

## 6. Quelles sont les interventions formelles ou informelles mises en place par les associations pour favoriser l'appropriation des F&L par les bénéficiaires

Tab. 13. Actions et implications des associations rencontrées sur la place des F&L dans l'alimentation.

	Jane Panier	Coll. Chom.	Cx Rouge	CC Margos Vekilian	Conf. St Vincent	Bout. Alim. Soc.	« La Ruche »	Appel	Cx Rouge	Cx Rouge Danton	Centre des Neiges
<b>Ville</b>	Marseille	Ales	Marseille	Marseille	Nîmes	Avignon	Champigneulles	Essey-lès-Nancy	Fauville-en-Caux	Le Havre	Le Havre
<b>Ress. humaines. sur distribution (S : salariés B : bénévoles)</b>	2 S	2 B	5 B	8/10 B	4 B	1 S et 4 B	1 S et 11 B	1 B	1 S et 6 B	1 S et 4 B	9 B
<b>Implication assoc. sur place F&amp;L dans l'alimentation.</b>	Forte	Forte	Moyen	Faible	Moyen	Forte	Moyen	Moyen	Moyen	Faible	Moyen
<b>Actions formelles/informelles sur les F&amp;L</b>			Recettes PAI	/	Recettes perso. Recettes PAI	Recettes perso. Recettes PAI	Recettes perso.	Recettes BA	Recettes perso.	/	Recettes perso.
	Ateliers cuisine	Atelier cuisine					Atelier cuisine				
	Jardin					Dégustation					
						Don produits nouveaux					

PAI : Programme alimentation Insertion

### **a) Implication des associations sur la place des F&L dans l'alimentation**

La plupart des associations fonctionnent avec l'apport de bénévoles pour la distribution de colis, certaines disposent d'une personne salariée qui coordonne cette action. Cela n'implique pas nécessairement un intérêt plus important sur la place des F&L dans l'alimentation mais cela y concourt. Le salariat permet généralement une continuité et une pérennité dans l'action, lorsque l'association a décidé de s'emparer de ces questions.

Nous avons classé le niveau d'implication des associations sur ce sujet en fonction des critères suivants :

- l'existence d'actions formelles ou informelles sur le sujet (atelier cuisine, recettes),
- la prise en compte individuelle ou collective du sujet par la ou les personne(s) assurant la distribution,
- la possibilité dont disposent les bénéficiaires de choisir les F&L sur le lieu de distribution.

Un niveau d'implication faible ou moyen ne signifie pas pour autant un manque d'intérêt pour le sujet mais dénote parfois d'un manque de moyens matériel ou humain pour que l'association puisse mettre en place des initiatives.

L'implication des associations passe systématiquement par une phase de questionnement et d'observation avant la mise en place de mesures : *« On a remarqué que les personnes âgées ne mangent pas certains fruits, les pommes par exemple. On se demande si ce n'est pas parce qu'elles ne peuvent pas croquer. On réfléchit à donner des conseils de transformation, faire chauffer les pommes par exemple afin de faire des compotes. »* ; *« Les familles migrantes prennent des F&L naturellement, mais ce sont généralement toujours les mêmes produits. Chez ces personnes, c'est plus facile pourtant de leur faire découvrir de nouveaux produits ».*

Cette implication peut également passer par le fait de goûter les produits : *« Nous on goûte ce qui est donné par la banque, savoir quel goût ça a. C'est important de ne pas donner n'importe quoi aux gens sous prétexte que c'est de l'aide alimentaire. »*

Certaines associations ont intégré l'alimentation dans une démarche globale d'accompagnement : *« On inscrit l'alimentation dans un global d'accompagnement social. C'est de la gestion du budget l'alimentation, qu'est ce qu'on consacre à l'alimentation, à la santé et aux autres postes. Mais évidemment tout est lié, donc c'est un travail de plusieurs mois. »* ; *« L'Alimentation a une grande place dans la structure. Elle est souvent révélatrice de fractures dans le parcours des personnes. Par exemple les personnes qui ont passé beaucoup de temps en structure hospitalière sont complètement incapables de se nourrir seules, là l'alimentation a une fonction de réinsertion sociale. Ou bien pour les jeunes qui ont été placés, il y a deux types de comportements. Soit les jeunes se placent comme avant, en position d'assistés, dans le sens où ils n'avaient pas en charge de cuisiner, soit au contraire, le fait de cuisiner leur permet d'acquérir un statut d'adulte et se responsabiliser. »*

### **b) Mesures d'accompagnement : ateliers cuisine, informations, autres.**

L'accompagnement à l'appropriation des F&L dans leur alimentation par les bénéficiaires peut s'opérer de plusieurs manières :

- il y a les actions formelles, les ateliers cuisine, les séances d'informations, la culture d'un jardin partagé. Ces actions sont souvent inscrites dans la durée et bénéficient de ressources humaines et matérielles dont toutes les associations ne disposent pas.

- Les actions ou mesures informelles : Ce sont des initiatives parfois prises par une ou plusieurs personnes de l'association qui ont pour but de favoriser la consommation des F&L par les bénéficiaires. Ces mesures nous ont semblé avoir une place importante dans l'identification des facteurs favorables à l'appropriation des F&L par les bénéficiaires. Elles peuvent avoir de réels effets sur le comportement des bénéficiaires et requièrent souvent pas ou peu de ressources.

- **Les actions formelles**

3 associations mènent ou menaient des ateliers cuisine (deux ateliers étaient stoppés pendant la période de l'étude).

Une association a mis en place une activité de jardinage avec un espace jardin mis à sa disposition et plusieurs associations ont soit déjà tenté ce type de projet ou soit y réfléchissent.

L'observation d'un des ateliers cuisine repose sur des objectifs simples : le partage et la convivialité, l'acquisition de savoirs et de savoirs faire, le plaisir de manger... permet indirectement d'aborder la question des F&L et l'équilibre alimentaire.

*« Au commencement du projet de l'atelier cuisine, l'infirmière leur faisait un topo de type cours magistral : cela ne fonctionnait pas ; pas d'attention et dispersion des discussions. Aujourd'hui on a modifié, on fait l'atelier cuisine puis ce sont les filles qui proposent des sujets sur la santé, et ces sujets sont traités d'une semaine sur l'autre, indépendamment, ça marche mieux. »*

Photos 3 et 4 : Atelier cuisine au sein d'un CHRS (préparation d'un poulet « alloco » (bananes plantain) et d'un gâteau au chocolat.



- **Les actions informelles**

Pour la plupart, les associations ont recours à la distribution et à l'explication de recettes : recettes du PAI, recettes faites par la BA ou bien des recettes distillées par les bénévoles et les salariés eux mêmes.

La distribution de recettes avec une explication orale suffit parfois à faire découvrir des F&L inconnus des bénéficiaires. Un bénéficiaire ; *« Par exemple, la dernière fois on a eu des kakis on savait pas ce que c'était ; en fait c'était bon. Des fois on voit des qu'on connaît pas. Le kaki, l'avocat par exemple comme ça, mes enfants ils n'aiment pas ça. J'ai mixé l'autre fois, j'ai mis un peu de sucre, des pailles et mon fils il a aimé il m'a dit que c'était facile à avaler ; et jamais de sa vie il avait mangé de l'avocat. »*

Certaines associations de type épicerie sociale ont recours à des mesures qui motivent les bénéficiaires à « acheter » des F&L :

*« Lorsque les F&L sont méconnus ou que les personnes n'en prennent pas naturellement, on donne une poignée avec une recette. On s'est aperçu que ça fonctionne car un tiers de ces personnes en prennent à la distribution suivante. »*

Dans une épicerie sociale de la banlieue de Nancy<sup>11</sup> : *« On cherche à avoir des produits variés, au moins 6 F&L différents, et attractifs. Cette année on amis en place un jardin. On a mis en place un système de quota minimum de 30% de F&L par achat non reportable. Au départ les gens ne prenaient qu'une petite partie, aujourd'hui cela monte à 80-90 % du quota. C'est long, ça a pris du temps mais ça marche. »*

---

<sup>11</sup> Cette association n'a pas été incluse dans l'étude mais a été rencontrée dans le cadre de visites programmées par la BA de Meurthe et Moselle.

## V. Synthèse et conclusions

Notre étude confirme un certain nombre d'observations issues d'études précédentes, l'étude ABENA en particulier. Ainsi, concernant les conditions d'accès à l'alimentation des populations fréquentant les lieux de distribution d'aide alimentaire, notre étude montre que :

- l'aide alimentaire est la source principale d'approvisionnement des personnes bénéficiaires, suivie des magasins hard-discount,
- une partie des personnes utilisatrices de l'aide alimentaire ne font qu'un ou deux repas par jour.
- les personnes qui fréquentent les lieux de distribution de colis sont plus précaires, et ont recours à l'aide alimentaire depuis plus longtemps, que celles fréquentant les épiceries sociales.

Moins en marge, le public rencontré dans notre étude est légèrement moins en précarité que celui rencontré sur l'étude ABENA : Les foyers qui disposent de quoi cuisiner ou de conserver (plaques, four, réfrigérateur et congélateurs) sont plus nombreux.

### **Les F&L conditionnés par l'atelier apportent une réelle plus value dans le circuit de l'aide alimentaire**

Les F&L conditionnés par l'atelier se distinguent des autres F&L récupérés par les BA :

- Ils sont de meilleure qualité que ceux donnés par les GMS.
- Le travail de tri effectué par l'atelier permet aux bénévoles des BA de se concentrer sur d'autres tâches que celle de tri.
- Ils permettent aux BA de disposer d'un approvisionnement régulier et de maîtriser un tant soit peu, cette régularité puisque ce sont elles qui sont décisionnaires des commandes.

Plus généralement, l'atelier permet de fournir des F&L en quantité et qualité et de façon régulière dans le circuit de l'aide alimentaire qui, à ce jour, ne dispose pas d'autres alternatives du même ordre.

L'ANDES est confrontée aux mêmes problématiques que les banques alimentaires et observe le même déficit de quantité disponible de F&L pour fournir le réseau de ses épiceries solidaires. Néanmoins et à la différence des banques, elle a la possibilité d'acheter des produits dans le circuit des GMS, ce qui permet au réseau de compléter le volume de F&L et de fournir des produits plus diversifiés et de bonne qualité<sup>12</sup>.

Le conditionnement en sachets et en caquettes est également un plus pour les BA qui peuvent plus facilement préparer des distributions équitables entre les associations.

Le conditionnement en sachet est en revanche parfois inutile pour de nombreuses associations qui déconditionnent les F&L empaquetés.

---

<sup>12</sup> Entretien avec le directeur de l'ANDES.

### **Les personnes utilisatrices de l'aide alimentaire consomment les F&L distribués et ont une opinion globalement positive sur ces produits**

De manière générale, cette étude, menée après une année de fonctionnement de l'atelier d'Imagine 84, indique que les F&L dans le circuit de l'aide alimentaire sont globalement très bien accueillis par les personnes en « bout de chaîne ». Les bénéficiaires ont une opinion globalement positive sur les F&L. Ils les préparent, ils les cuisinent et ils en consomment.

Les bénéficiaires en voient l'utilité, certains ont recours à d'autres moyens que la distribution pour en obtenir (recours à d'autres associations, dépannage), certains complètent la distribution en achetant. Il est donc possible d'affirmer que cet apport en F&L permet d'augmenter la part des F&L dont disposent les bénéficiaires. Une grande partie ne pourrait pas en obtenir si il n'y en avait pas eu sur les distributions, pour les autres cet apport permet de disposer d'une part plus importante et plus variée de F&L. De ce fait, l'atelier permet de fournir dans ce système un apport régulier de F&L qui offre une certaine sécurité pour bénéficiaires et les gestionnaires.

Ces résultats viennent corroborer ceux de l'étude qui a été menée par l'ANDES en 2009 (Birlouez E., 2009) dont les conclusions montraient que l'apport de F&L dans les épiceries et dans les colis augmentait de façon significative la consommation de ces produits par les bénéficiaires.

Comment expliquer alors que certaines personnes n'en mangent pas ou peu ? Est ce le manque d'information, le manque de goût pour ces produits, le prix élevé ?

Les bénéficiaires interrogés ne semblent pas manquer d'information sur le rôle des F&L. La moitié cite spontanément et parfois de façon très savante les liens entre les F&L et la santé (voir verbatim en annexe). La majorité en souligne l'importance et la plupart des bénéficiaires déclarent qu'ils aiment les F&L. Beaucoup les cuisinent et font en sorte de ne pas les gaspiller.

L'accessibilité financière reste alors un frein majeur, le « hard discount » demeure le moyen le plus répandu d'obtenir des F&L. Le prix élevé des F&L reste certainement l'obstacle principal. Une étude faite en 2008 sur les barrières de consommation des F&L parmi des personnes qui n'en mangent pas notait que le prix était largement cité comme frein, devant des éléments comme le goût ou le temps de préparation des légumes (Guillaumie L., 2009).

- **Des différences d'utilisation entre bénéficiaires**

Les différences observées selon le statut des bénéficiaires ne se font pas sur la consommation de F&L : les jeunes, les enfants, les personnes seules en mangent aussi. La différence la plus notable apparaît être la capacité qu'ont les personnes âgées à utiliser différemment les produits : l'habitude des produits frais, les courses quotidiennes et les façons d'accommoder les produits sont des éléments familiers d'une génération qui n'a connu ni le congélateur, ni les grandes surfaces. Comme le dit un responsable rencontré dans une association : *« Je pense qu'il n'y a pas vraiment de problèmes de générations, chez certains jeunes le fait de faire la cuisine n'est pas un problème et peut être très bien vécu. Ce n'est sûrement pas la même cuisine ».*

- **Le gaspillage**

Dans notre étude, nous avons noté que le gaspillage était plus un fait lié à un type de distribution (les colis sans choix) qu'à des comportements individuels. Notons que ces comportements existent

bien puisqu'ils ont été notés par certaines associations. Ces associations ont d'ailleurs changé leur modes de distribution pour éviter ce phénomène.

Dans l'étude d'ANDES, également, la grande majorité des personnes (9 sur 10) affirmait manger en totalité les F&L qui leur étaient remis (seule une minorité déclarait n'en consommer qu'une partie et échanger et donner le reste).

Afin d'éviter le gaspillage, il faut donner aux bénéficiaires la possibilité de choisir au sein des F&L proposés, comme c'est le cas non seulement dans les épiceries sociales mais aussi dans les associations qui distribuent des colis avec choix. Les distributions de colis sans possibilité de choix semblent au contraire être un facteur pouvant conduire certains de ces bénéficiaires à jeter ou ne pas utiliser certains des produits distribués.

### **Les associations mettent en place des actions informelles qui ont un impact favorable sur l'appropriation des F&L par les bénéficiaires**

L'intérêt des associations pour l'équilibre alimentaire est importante pour favoriser la consommation et l'appropriation des F&L par les bénéficiaires. Les associations sont souvent tributaires de moyens matériel, financiers et de moyens humain réduits. Elles fonctionnent en grande majorité avec des personnes bénévoles et dans des locaux parfois exigus. C'est à travers l'implication de certaines personnes bénévoles ou salariées que des actions peuvent se mettre en place, être efficaces, et avoir des chances de perdurer.

#### **Les actions formelles**

Lorsque c'est possible, la mise en place d'ateliers cuisine est intéressante car la régularité et le cadre formel de ces actions permettent d'installer un contexte favorable aux changements de comportements. Les intervenants considèrent que ces actions doivent avoir des objectifs modestes. C'est en favorisant la convivialité et en donnant l'envie de préparer, de cuisiner et de manger que les associations parviennent à observer des changements. Ce sont également les conclusions de l'étude de l'ANDES sur le rôle des ateliers cuisine. Cette même étude (ANDES) remarque que les messages d'éducation nutritionnelle délivrés au cours de ces ateliers ont un faible impact sur les comportements.

#### **Les actions informelles**

D'autres actions sont possibles et ont un impact non négligeable sur les comportements : il s'agit d'actions informelles, ayant une faible visibilité. Elles sont souvent le fait d'un bénévole ou d'un salarié impliqué et requièrent peu de moyens. Les fiches recettes du PAI, les recettes personnelles, les incitations à goûter et à cuisiner des F&L inconnus, les dons de F&L dans les épiceries sont des démarches qui demandent peu de ressources et montrent une efficacité que les associations observent sur la durée.

Elles ont en outre l'avantage de concerner tous les bénéficiaires et pas seulement ceux qui s'inscrivent sur un atelier.

## Conclusions

Les F&L conditionnés par l'atelier contribuent de façon significative à un apport régulier et de qualité dans le circuit de l'aide alimentaire. Cet apport permet aux bénéficiaires d'une part, de consommer des F&L, auxquels certains n'auraient pas eu accès sans cela, et d'autre part, de disposer, au moins pendant un temps donné (celui de l'accès à la structure), à un apport régulier.

Du fait de la contribution de l'atelier à augmenter de façon régulière le volume de F&L dans le circuit, il est important que les BA puissent s'organiser pour s'approvisionner auprès de ce type d'atelier. La contribution de 0,25 €/kg correspond à un travail de tri et de conditionnement utile aux BA et aux associations. Ce tri permet notamment aux BA de se consacrer à d'autres tâches.

Certes les activités formelles comme les ateliers cuisine ont une place et un rôle importants dans le changement des comportements des bénéficiaires, mais ne négligeons pas des actions plus modestes et informelles (dégustation de produits méconnus, recettes, incitations/propositions), qui fonctionnent et qui permettent également des modifications dans les comportements d'un plus grand nombre de bénéficiaires.

Le système des épiceries sociales se rapproche le plus des conditions permettant la responsabilisation des bénéficiaires pouvant éviter le gaspillage de F&L. Mais rappelons que les épiceries sociales ne touchent pas tous les publics et qu'elles demandent un investissement en temps et en moyens humains que toutes les structures ne peuvent pas fournir actuellement.

Les distributions de colis avec possibilité de choix semblent être un bon compromis entre une volonté légitime de responsabilisation des bénéficiaires et la nécessité d'un fonctionnement aux moyens modestes.

Notre étude suggère que l'introduction d'un apport régulier de F&L de bonne qualité dans le circuit de l'aide alimentaire contribue à inciter les personnes utilisatrices de cette aide à consommer plus de F&L, même quand elles disposent de moyens matériels limités pour les transformer.

Un cadre de délivrance permettant le choix et la responsabilisation (ce que proposent les épiceries et les distributions de colis avec choix) favorise sans aucun doute la consommation des F&L.

## **VI. Annexes**

### **1. Coordination et pilotage**

#### **Chef de projet :**

Hind Gaigi - INRA 1260 / INSERM 476

#### **Comité d'Orientation :**

Pierre Bonnefille - Imagine 84

Michel Chauillac - DGS

Nicolas Cabot - Imagine 84

Christine César - INPES

Bénédicte Oberti - IAMM

Nicole Darmon - INRA 1260 / INSERM 476

#### **Comité de Pilotage**

Arlène Alpha - GRET

Marie-Jo Amiot Carlin - INRA 1260 / INSERM 476

Gaëlle Pion - DGAL

Hélène Portal – DRAAF PACA

Marie-Jo Rozières - FFBA

Marianne Storogenko - DGAS

(+ les membres du comité d'Orientation)

### **2. Liste des personnes interviewées**

#### **Liste des personnes interviewées au sein des banques alimentaires :**

Mr G. Baiotto, responsable des approvisionnements. Banque alimentaire des Bouches du Rhône.

Mr D. Descarrega responsable des approvisionnements. Banque alimentaire de Haute Normandie – Le Havre.

Mme M. Duboc, présidente ; Mr Legras, responsable des approvisionnements et Mr Varin responsable de secteur de plusieurs associations. Banque alimentaire de la Haute Normandie – Rouen et sa région.

Mr G. Ourmières, président. Banque alimentaire du Vaucluse.

Mr P. Roussel, responsable des approvisionnements. Banque alimentaire du Gard.

Mr S. Simon, président. Banque alimentaire de la Meurthe et Moselle.

#### **Liste des personnes interviewées au sein des associations :**

Mme Bonnafoux, responsable bénévole - Conférence St Vincent de Paul – Nîmes.

Mr A. Fougerouse, directeur de l'action sociale et Mme F. Barbier, adjointe aux affaires sociales - Epicerie sociale CCAS « La ruche » – Champigneulle.

Mr L. Franck, président, Mme M. Coste et Mr H. Royer responsables bénévoles - Collectif des chômeurs d'Alès – Alès.

Mr R. Hanguel, responsable de la distribution, Mr D. Lebas, président et Mme C. Lemarechal, secrétaire salariée - Croix Rouge - Fauville-en-Caux.

Mr Landes, directeur, Nadine et Claire, en charge des ateliers cuisine - Association Jane Panier – CHRS – Marseille.

Mme N. Lesteven, responsable Croix rouge Danton - Le Havre.

Mme M. F. Metzeldard, responsable bénévole de la distribution - Association APPEL - Essey-les-Nancy.

Mr Minassian, responsable bénévole - Centre Culturel Margos Vékilian – Marseille.

Mme V. Muller, responsable de la boutique et Mr E. Mandon, coordinateur des 7 Boutiques Alimentaire et Sociale – Avignon.

Mme Trebutien, responsable de la distribution. Centre des Neiges - Le Havre.

Mme C. Spitzer, responsable épicerie sociale Croix Rouge - Marseille 5<sup>ème</sup>.

### **Liste des personnes interrogées au sein des « têtes de réseau » :**

Guillaume Bapst, directeur de l'ANDES (Association Nationale de Développement des Epiceries Solidaires).

Maurice Lony, directeur fédéral des Banques Alimentaires, FFBA (Fédération Française des Banques Alimentaires).

Marie-Jo Rozières, responsable du service partenariats associatifs FFBA (Fédération Française des Banques Alimentaires).

### **3. Références**

Bellin C., Dauphin A-G., Castetbon K., Darmon N., E3A : Enquête auprès des Associations d'Aide Alimentaire, Rapport pour la Direction Générale de la Santé, Ministère de la Santé, Juillet 2005.

C. Bellin-Lestienne, V. Deschamps, A. Noukpoapé, S. Hercberg, K. Castetbon. Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire - Étude Abena, 2004–2005. Institut de veille sanitaire, Université de Paris 13, Conservatoire national des arts et métiers. Saint-Maurice, 2007. 74 pages. <http://lesrapports.ladocumentationfrancaise.fr/BRP/074000727/0000.pdf>

Birlouez E., Impacts de la mise à disposition de fruits et de légumes frais auprès de populations ayant recours à l'aide alimentaire, ANDES, Etude réalisée pour le Haut Commissariat aux solidarités actives contre la pauvreté dans le cadre de l'appel à projets « Expérimentations Sociales», 2009.

Caillavet F., Padilla M., ESCo « Les fruits et légumes dans l'alimentation – Chapitre 3 : Les déterminants de la consommation, les obstacles et les interventions, 2007.

Castetbon K., Méjean C., Deschamps V., Bellin-Lestienne C., Noukpoapé A., Darmon N., Hercberg S., Diet behaviours and nutritional status in underprivileged people using food aid in France ABENA (2004,2005), 2009 (soumis).

Darmon N, Andrieu E, Bellin-Lestienne C, Dauphin AG, Castetbon K. Enquête auprès des Associations d'Aide Alimentaire (E3A) : mode de fonctionnement des structures et valeur nutritionnelle des colis et repas distribués. *Cahiers de Nutrition et de Diététique*, 2008; 43 (5):243-250

Guillaumie L., Utilité des focus-groups pour l'identification des barrières à la consommation de fruits et légumes - Résultats du 1er volet du projet PASSALACT Université Laval, Université Franche-Comté, 2009.

Rychetnik L., Nutbeam D., Hawe P., lessons from a review of publications in three health promotion journals from 1989 to 1994, 1997.

Vandoorne C, Comment évaluer une action d'éducation pour la santé ? La santé de l'Homme, N°390, INPES 2007.

#### 4. ABENA : résultats sur la place de l'aide alimentaire en fonction du type de structures

Les personnes fréquentant les structures distribuant des colls avaient recours à l'aide alimentaire depuis plus longtemps que celles fréquentant les structures de repas et de libre-service ( $p<0,001$ ) (tableau 19). Un tiers des personnes interrogées déclarait utiliser plusieurs structures d'aide alimentaire de façon simultanée ou non, avec une forte variation

en fonction du type de structures. En effet, près des deux tiers des personnes fréquentant des structures de repas pouvaient avoir recours à plusieurs structures, alors que cette proportion était seulement de 10,7 % dans les structures de colls et de 19,1 % dans les structures de libre-service.

TABLEAU 19 PLACE DE L'AIDE ALIMENTAIRE EN FONCTION DU TYPE DE STRUCTURES (%) (N= 1164)				
	Repas	Colls	Libre-service	Total
N	281	396	487	1 164
Situation actuelle du foyer en terme d'accès à l'alimentation***				
Il vous arrive souvent/parfois de ne pas avoir assez à manger	55,5	48,7	39,0	49,6
Vous avez assez à manger mais pas toujours les aliments que vous souhaitez	39,2	47,6	56,7	46,0
Vous pouvez manger tous les aliments que vous souhaitez	5,4	3,7	4,3	4,4
Durée d'utilisation de l'aide alimentaire***				
0-6 mois	36,1	37,6	50,5	39,4
7-12 mois	14,1	3,8	11,3	9,2
13-24 mois	16,7	17,4	16,3	16,9
25 mois et plus	33,1	41,1	21,9	34,5
Utilisation de plusieurs structures d'aide alimentaire***				
	65,5	10,7	19,1	33,5

\*NSARafus=13; \*\*NSARafus=20; \*\*\*NSARafus=31. Utilisation simultanée et/ou successive; \*\*\* $p<0,001$ .

Les personnes interrogées dans les structures distribuant des repas utilisaient l'aide alimentaire depuis moins de 6 mois pour 36,1 % d'entre elles, de 7 à 12 mois pour 14,1 %, de 13 à 24 mois pour 16,7 %, ou plus de 2 ans pour 33,1 %. Elles avaient recours à plusieurs structures d'aide pour près des deux tiers (65,5 %). Les principaux changements souhaités dans l'aide alimentaire étaient une plus grande diversité dans les aliments proposés (70,3 %) et un accès facilité aux structures avec des heures d'ouverture plus importantes (58,2 %) (annexe 7.4).

Il arrivait parfois ou souvent aux personnes interrogées dans les structures distribuant des colls de ne pas avoir assez à manger (48,7 %). Elles déclaraient n'utiliser qu'une seule structure d'aide (89,3 %) et

souhaitaient en priorité que la diversité des aliments distribués soit améliorée (68,2 %) (annexe 7.4).

Dans les structures effectuant du libre-service, les personnes rencontrées avaient recours à l'aide depuis moins d'un an (61,8 %) et avaient assez à manger sans pouvoir manger tous les aliments souhaités (56,7 %). Elles souhaitent avoir plus de diversité dans les aliments proposés (77,2 %) avec notamment des aliments correspondant à leurs habitudes culturelles (58,3 %) (annexe 7.4). Il leur semblait aussi important de pouvoir choisir les aliments emportés chez soi (68,8 %) et d'avoir plus de temps entre la date de distribution et la date limite de consommation des aliments distribués (71,4 %).

## 5. Verbatim concernant les occurrences de réponses sur les liens entre F&L et santé

liens avec la santé	e3	Je mange de tout, je fais attention de ne pas faire une cuisine trop grasse, c'est pour ça que je ne prends pas de plats cuisinés à la distribution. Mais des petits pois carottes, des haricots. J'ai du cholestérol et il faut que je fasse attention.
liens avec la santé	e5	C'est bon pour la santé, les gens ne tombaient pas autant malades avant, maintenant ils mangent dehors, au « Quick ».
liens avec la santé	e6	C'est important (les F&L), des vitamines pour les enfants.
liens avec la santé	e7	J'aime ça, je mange les F&L de saison, car c'est meilleur en goût, je vais chez le maraicher, quand il y a pas je prends en congelés, c'est plein de vitamines, avec un peu d'eau.
liens avec la santé	e8	Les légumes j'ai compris que c'était bon pour la santé, ma femme elle a mis l'accent là dessus. La charcuterie, si je m'étais écouté, je mangerais ça.
liens avec la santé	e10	C'est important d'en manger pour la santé. Les médecins en Turquie disent que c'est bon pour la santé, c'est bon pour le cœur, c'est bon pour les articulations, c'est la viande grillée en revanche qui n'est pas bon pour la santé. J'en mange toute l'année quand je peux (des F&L).
liens avec la santé	e16	C'est important car cela amène de la vitamine C, c'est important pour l'équilibre alimentaire, le transit intestinal.
liens avec la santé	e18	C'est important pour la santé surtout pour les enfants, le fer, pour grandir, pour tout. Pour moi bon si il y a d'accord, mais c'est d'abord pour les enfants, c'est important qu'ils mangent de tout.
liens avec la santé	e19	Et oui les fruits, les kiwis c'est un concentré de vitamine C, les ananas.(aussi)
liens avec la santé	e21	C'est important pour la santé et pour mon mari oui c'est important.
liens avec la santé	e22	C'est utile c'est la santé les F&L.
liens avec la santé	e23	C'est important pour la santé, pour les vitamines, pour le transit car il y a des fibres.
liens avec la santé	e24	C'est important pour la santé, par habitude on sait ça, on a l'habitude depuis tout petit à en manger.
liens avec la santé	e25	C'est important car il y a des vitamines.
liens avec la santé	e26	C'est important c'est des fibres.
liens avec la santé	e27	Moi faut que j'en mange beaucoup des fruits, car j'ai un cancer de la gorge et les rayons ont bousillé mes glandes salivaires, alors des oranges j'en mange 4-5 la journée.
liens avec la santé	e31	C'est important, parce qu'on en a besoin, on entend les 5 F&L par jour. Un petit fruit de temps en temps ça fait du bien.
liens avec la santé	e34	C'est bon car c'est bon pour la santé, les fruits il y a des fibres et des vitamines.
liens avec la santé	e36	C'est important pour la santé d'abord mais aussi pour la variété des repas.
liens avec la santé	e37	Il en faut tout le temps. C'est essentiel pour varier la nutrition et les repas, c'est essentiel pour la santé si on savait comment, quelle quantité, a quel fréquence permet de ne pas tomber malade. Moi je suis un miracle vivant. Bon on n'apprend pas ça à l'école, mais moi j'ai géré ma diététique.
liens avec la santé	e41	C'est important parce qu'on en a besoin, pour la vitamine C, dans les légumes c'est bourré de fer de calcium.