

**« Personne ne sait  
si tu as faim, tout le monde  
sait quand tu sens bon. »**

Un groupe du Secours Catholique



**Vous êtes...**

Un producteur, un militant d'AMAP,  
un animateur d'un réseau de développement  
agricole...

**Vous avez besoin de...**

À la demande d'un centre social ou d'une orga-  
nisation d'aide alimentaire, vous allez intervenir  
devant un public en « situation de précarité ».

# COMPRENDRE LA PRÉCARITÉ POUR ALLER À LA RENCONTRE DES PUBLICS CONCERNÉS

**LE CONTEXTE**

De plus en plus de structures de solidarité alimentaire sont soucieuses de l'origine des produits qu'elles rendent accessibles à leurs publics. Elles souhaitent à la fois améliorer la qualité de l'alimentation disponible pour les plus précaires et soutenir un changement de modèle agricole. Ainsi elles cherchent à construire des partenariats avec le monde agricole et à mieux informer leurs publics pour leur permettre de participer à la définition de notre avenir alimentaire. L'initiative peut aussi venir d'une collectivité ou d'un groupement de producteurs.

## LA PRÉCARITÉ ALIMENTAIRE : QU'EST-CE QUE ÇA VEUT DIRE ?

La précarité n'est pas étrangère au monde paysan. Pour autant il n'y a pas une mais des précarités et il nous semble indispensable de donner quelques éléments de compréhension sur l'ampleur de ce que l'on appelle précarité alimentaire en France.

Selon l'INSEE, en France, en 2021, 9,2 millions de personnes vivent sous le seuil de pauvreté monétaire. 2 à 4 millions de personnes auraient eu recours à l'aide alimentaire (repas, colis, épiceries sociales). Ce chiffre ne prend pas en compte l'action des CCAS ou les aides financières directes. Il ne dit rien non plus des personnes qui ne recourent à aucun dispositif d'aide, mais ont néanmoins des difficultés à ce nourrir. Il est donc très difficile de quantifier la précarité alimentaire, qui n'est par ailleurs pas que monétaire.

La précarité alimentaire est une des dimensions de la précarité<sup>1</sup>, qui se caractérise par un état d'instabilité. Elle est multidimensionnelle : aux difficultés (ou à l'impossibilité) d'achat de denrées, s'ajoutent

1. « La précarité est l'absence d'une ou plusieurs des sécurités, notamment celle de l'emploi, permettant aux personnes et familles d'assumer leurs obligations professionnelles, familiales et sociales et de jouir de leurs droits fondamentaux. » (Conseil économique et social en 1987)

QUI SOMMES-NOUS ?

**Les CIVAM**

Les CIVAM sont des groupes d'agriculteurs et de ruraux qui travaillent de manière collective à la transition agro-écologique. Ils constituent un réseau de près de 130 associations et 10 000 adhérents qui œuvrent depuis 60 ans pour des campagnes vivantes et solidaires.

→ [civam.org](http://civam.org)

**Inpact**

Créé en 2001, le Pôle InPact est une plateforme associative réunissant dix des principaux réseaux et structures d'initiatives solidaires de développement agricole et rural (Réseau Civam, Terre de Liens, Solidarité Paysan, Accueil Paysan, la FADEAR, Sol, l'Atelier Paysan, le MRJC, l'InterAfocg et le MIRAMAP).

→ [pole-inpact.fr](http://pole-inpact.fr)

**Le Secours Catholique  
Caritas France (SCCF)**

Le SCCF est une association service de l'Église Catholique, créée en 1946 qui a pour mission de soutenir les plus fragiles. Il réunit plus de 60 000 bénévoles et près de 900 salariés. Le Secours Catholique s'attaque à toutes les causes de pauvreté, d'inégalités et d'exclusion.

→ [secours-catholique.org](http://secours-catholique.org)

souvent des problèmes de santé (mobilité physique...), de transport (éloignement des commerces...), de logement (absence d'équipement de cuisine, coût de l'énergie...), de temps (horaires décalés...), de ruptures familiales et sociales (manger seul...), etc. La précarité alimentaire se traduit par l'absence d'accès à une alimentation adéquate, c'est-à-dire suffisante, saine, nutritive et conforme à la culture alimentaire, aux traditions de la personne. La précarité alimentaire met à mal l'estime de soi, le plaisir à manger, mais aussi les fonctions sociales (inviter, manger ensemble...), familiales (transmettre sa culture alimentaire, nourrir ses enfants...), et l'on peut ajouter politiques (faire des choix de consommation, oser s'exprimer...) de l'alimentation.

## L'ALIMENTATION : BIEN SOUVENT UN NON-CHOIX POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE PRÉCARITÉ

Si l'alimentation est une variable d'ajustement dans le budget des ménages, il faut relativiser la notion de choix.

On peut parfois encore entendre que les personnes ne font pas « le choix » de privilégier une alimentation de qualité par rapport à d'autres dépenses, qui peuvent être hâtivement jugées de « futiles ». Il faut d'abord comprendre que la précarité est multidimensionnelle et que les difficultés d'accès à l'alimentation se combinent avec des difficultés d'accès aux soins, au logement, au numérique, à l'éducation... Les « choix » sont donc extrêmement contraints. Ensuite, la précarité isole socialement : rompre ou atténuer cet isolement est parfois aussi vital que manger. C'est le sens que peut prendre une part de dépenses « pour faire comme les autres ».

Aussi faut-il être vigilant face aux discours sur les changements de comportements, qui pourraient sonner comme des injonctions moralisatrices, voire violentes. La première posture à adopter est celle de l'écoute, celle de vouloir comprendre et partir de ce que les personnes vivent. Et cela même si l'alimentation de qualité n'est pas leur priorité du moment, ou pour reprendre les propos de Marie dans le film *La part des autres*, même lorsque « *prendre soin de soi ne passe pas en premier par l'alimentation* ».

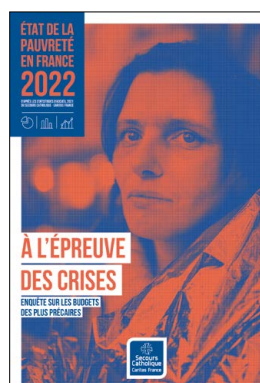
Enfin, il est nécessaire de rappeler qu'il existe différentes situations de précarités (passagère, revendiquée, subite suite à un malheur soudain, transmise en héritage...) : écouter et comprendre les vécus de chacun et le rapport qu'il peut avoir avec son alimentation est d'autant plus nécessaire pour prendre en compte la diversité des situations de vie, pouvoir ainsi entrer en dialogue et proposer des réponses adaptées.



### Se nourrir lorsqu'on est pauvre

Ce livre rassemble l'ensemble des réflexions et des analyses élaborées au sein du Réseau santé Wresinski, avec des militants Quart Monde, sur ce que représente l'acte de se nourrir et de nourrir les siens en situation de précarité.

→ **ATD Quart Monde**  
**Se nourrir lorsqu'on est pauvre, 2016**



### État de la pauvreté en France 2022

Chaque année, le Secours Catholique propose une image de l'état de la pauvreté en France à travers le prisme des personnes qu'il accueille.

→ **Secours Catholique**  
**État de la pauvreté en France 2022**



### Plateform PrecAlim

Créée par la Chaire Unesco Alimentations du monde et la Fondation Daniel & Nina Carasso, la plateforme PrecAlim a pour objectif de centraliser des ressources-clés sur la question de la précarité alimentaire et de l'accès à l'alimentation..

→ **chezlestics.fr/wikis/PrecAlim**

## S'INTÉRESSER À L'AUTRE AVANT QU'IL NE S'INTÉRESSE À CE QUE L'ON SOUHAITE PRÉSENTER

C'est une règle d'or pour organiser une rencontre, elle est encore plus importante à mettre en avant lorsqu'il s'agit de discuter avec des personnes qui n'ont pas (ou *a priori* pas) les mêmes repères sociaux et culturels que ceux du/des intervenant(s) !

Avant de parler et de présenter l'activité de production, les choix de modèles agricoles ou encore les conditions de travail du milieu agricole aujourd'hui, et surtout les choix alimentaires qui peuvent être faits pour soutenir cette agriculture, il nous semble pertinent de permettre l'expression de l'insatisfaction alimentaire que vivent et ressentent des personnes en situation de précarité.

Animer un temps d'échange entre les participants sur la place qu'ils donnent à l'alimentation, leur satisfaction vis-à-vis de ce qu'ils mangent ou ne mangent pas, et enfin leur avis sur ce qu'est la qualité d'un produit et celle des produits auxquels ils ont accès est un moyen d'accroche pour entrer dans un dialogue basé sur la confiance et le respect mutuel.

En effet, cela permet de connaître et d'accueillir leurs alimentations sans juger, d'entendre la colère ou l'insatisfaction, et d'introduire la question de la qualité alimentaire à partir des vécus. Seulement ensuite, présentez et partagez ce qui est fait par le « côté production » pour aller vers des aliments de qualité ou dans un projet collectif alternatif.

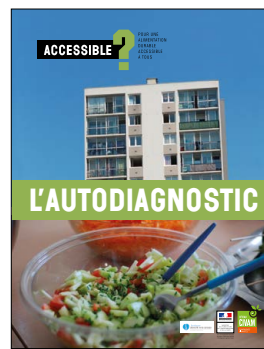
Ce type d'échanges se prépare en amont. Vous pouvez vous rapprocher de structures qui travaillent autour de la participation des publics, comme le Secours Catholique, ATD Quart Monde, la Fédération des acteurs sociaux.

Pour faciliter l'expression, il est possible d'animer des débats mouvants sur la question de la qualité, avec par exemple des phrases tirées de l'autodiagnostic du projet Accessible : « *Les aliments étaient bien meilleurs il y a 50 ans* », « *J'ai l'impression que beaucoup de contraintes pèsent sur moi en matière d'alimentation* », « *Savoir ce qu'on mange, c'est moins important que de savoir avec qui on le mange* », « *Nous sommes ce que nous mangeons* ».

## PRIVILÉGIER LA RENCONTRE AVANT TOUT

L'erreur à éviter à tout prix est de venir avec un discours formaté sur l'importance de soutenir, par la consommation, la production d'une alimentation de qualité. Un bon moyen pour s'en prémunir est de se dire à chaque moment que c'est d'abord la rencontre, la curiosité de connaître l'autre et ses conditions de vie qui doivent stimuler et motiver la présence de producteurs.

L'envie de partager son travail, ses conditions de vie et les choix forts que cela implique pour les producteurs est bien sûr présente, mais elle ne peut être la seule motivation à ce type d'échanges !



### L'autodiagnostic « Accessible »

Produit par Réseau CIVAM, Il est pensé pour permettre d'animer le débat multi-acteurs et croiser les regards au sein d'une initiative d'accès à l'alimentation. Le document comporte des questions, des idées d'animation ainsi que de nombreuses ressources pour appuyer les débats.

➔ **L'AUTODIAGNOSTIC (disponible en téléchargement gratuit ou en version papier)**

**« Nous anticipons tout :  
Un sou, c'est un sou. C'est tout  
le temps, c'est pour tout. Cela  
fait partie de notre quotidien.  
Nous sommes aux aguets. »**

*Un groupe du Secours Catholique*

## EN CONCLUSION

Pour finir, militer pour le droit à l'alimentation, pour l'accès à une alimentation choisie, c'est d'abord dire que les personnes sont légitimes à choisir leur alimentation, c'est avoir la certitude que personne ne cherche à s'empoisonner quand il se lève le matin, que ces pratiques sont le fruit de contraintes qui pèsent sur chacun, et qu'il s'agit donc de travailler ensemble l'analyse de ces contraintes et les voies possibles pour s'en émanciper !