

Accès à une alimentation saine dans les populations urbaines fragiles

*Comment faciliter l'accès à une alimentation saine pour tous ?
Quels moyens peut-on mettre en oeuvre ?*

Avril 2024





Sommaire

Qu'est-ce qu'une alimentation saine ?	04.
Quels risques et enjeux ?	06.
Quelle population cible ?	08.
L'analyse du thème	10.
Présentation des fiches initiative	16.

01.

Qu'est-ce qu'une alimentation saine ?



Manger varié

*Limitier les
aliments ultra-
transformés ...*

Risquer une ingestion d'aliments toxiques, cette préoccupation encore très présente chez nos ascendants proches, est désormais éloignée grâce au **respect des mesures d'hygiène mises en place et à leur contrôle**.

Aussi, se nourrir sainement aujourd'hui, revient à respecter deux principes de base : **Manger varié**, et **Limitier au maximum** dans sa ration alimentaire, **la part d'aliments ultra-transformés**.

Pour distinguer de façon simple la catégorie d'aliments, dits « ultra-transformés », c'est la **classification NOVA** qui est désormais utilisée [1] .

Elle considère 4 groupes d'aliments facilement identifiables :

Groupe 01. **Aliments bruts** (fruit cru, lait, oeuf) ou **faiblement transformés** (farine).

Groupe 02. Tous les **ingrédients culinaires** (corps gras, sucre, sels, aromates, ...) utilisés en cuisine ou au restaurant.

Ils ne sont pas consommés pour eux-mêmes mais servent à préparer les plats à partir des aliments du groupe 1. En conséquence, les quantités ingérées d'aliments du groupe 2 sont toujours ingérées en petite quantité.

Groupe 03. **Les plats cuisinés à partir des aliments du groupe 1 et d'un nombre relativement limité d'ingrédients, soit d'aliments du groupe 2** (tarte aux pommes maison).

Groupe 04. **Plats préparés surgelés, biscuits industriels, bonbons à la gélatine, sodas, ... sont les aliments dits ultra-transformés.**

Avant leur mise en rayon, ils ont subi diverses modifications lors de leur fabrication (traitements physiques, ajout d'additifs spécifiques comme des conservateurs, des colorants, des exhausteurs de goût, ...) pour aboutir à un produit séduisant par son goût, sa couleur, sa palabilité, dans le but d'être rendu le plus addictif possible. Qui dit « addiction » dit « risque d'ingestion compulsive » et surtout « ré-achat assuré » pense le fabricant.

[1] Monteiro C A, Cannon G et al, 2017, Public Health Nutrition, The UN decade of nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing,

02.

Quels risques et enjeux ?



*Réduire la
proportion
d'aliments dits
« NOVA 4 » dans
l'apport
alimentaire*

L'enjeu revient donc à chercher à réduire la proportion d'aliments dits « NOVA 4 » dans l'apport alimentaire.



L'objectif est justifié : les études s'accumulent [2] en effet pour venir conforter l'existence d'une **association forte entre consommation d'aliments ultra-transformés et prévalence de pathologies cardio-métaboliques** (diabète, obésité) **et oncologiques** (cancer du colon, ...).

Cet **objectif est perçu comme majeur en termes de santé publique** : la prévalence élevée de ces pathologies précitées dites « non transmissibles » prend une ampleur alarmante, aussi bien en France qu'à l'échelle internationale.

Si certains pays sont davantage touchés (Etats Unis, Mexique, Brésil, Arabie saoudite, ...) **aucun pays n'est réellement épargné par cette vague.**

Une notion de temporalité, voire d'urgence vient s'ajouter à cet enjeu. Ceci est en rapport avec les **pratiques croissantes des jeunes générations dans la blogosphère.** Certes, les associations qui luttent contre la grossophobie ambiante exercent un soutien bénéfique mais certaines influenceuses en arrivent à encourager les rondeurs chez les jeunes filles, sous prétexte de féminité accrue.

Si notre objectif est simple à énoncer, les moyens d'y parvenir sont en revanche très compliqués.

Personne n'y est à ce jour réellement parvenu, comme le laisse supposer la **constitution récente d'un groupe de travail international visant à réfléchir à cet enjeu** [3].

[2] Schnabel L, Kesse-Guyot E, et al, 2019, JAMA Intern Med ; RomeroFerreiro C, et al, 2021, Public Health Nutr ; Svour B , Kordahi MC et al 2022 Lancet Gastroenterol Hepatol ; Juul F, Deierlein AI, 2022, Curr Atheroscler ; ...

[3] O Connor L E , et al 14 , 2023, Advances in Nutrition , 1255-1269

03.

Quelle population cible ?



*Le caractère
“bon marché”
des produits ultra-
transformés*

Dans un premier, tâchons de définir la population de consommateurs à cibler car susceptible d'être la plus « à risque ».

Le critère “ faible niveau de revenus ”

Sachant que **les produits ultra-transformés apportent des calories « bon marché »**, [4] le critère « **faible niveau de revenu** » figure logiquement parmi les caractéristiques des **consommateurs les plus concernés par ce type de comportement.**

Le lieu d’habitation

Le lieu d’habitation est également à considérer.

La répartition géographique des populations ayant une plus forte propension à consommer des aliments ultra-transformés a été étudiée :

- Par **méconnaissance des produits disponibles** (déracinement)
- Par **défaut de mobilité** (budget)
- Par **manque de moyens** (matériel de cuisine)

ce sont les populations urbaines qui sont les plus concernées [5].



[4] Matthieu Maillot, Florent Vieux, Fabien Delaere, Anne LLUCH, Nicole Darmon, 2017, PlosOne 12(3),0174679

[5] PAO - 2013

04.

L'analyse du thème



RESOLIS Observatoire Thématique Publications Programmes Actualités RESOLIS

Repérer, capitaliser et valoriser les savoir-faire de terrain

Depuis sa création en 2010, RESOLIS, association d'intérêt général, applique aux initiatives et actions de terrain à visée sociale et/ou environnementale une méthode d'observation et d'évaluation s'inspirant de la démarche scientifique.

EN SAVOIR PLUS



Observatoire Thématique

Laissez vous guider par un parcours thématique interactif.



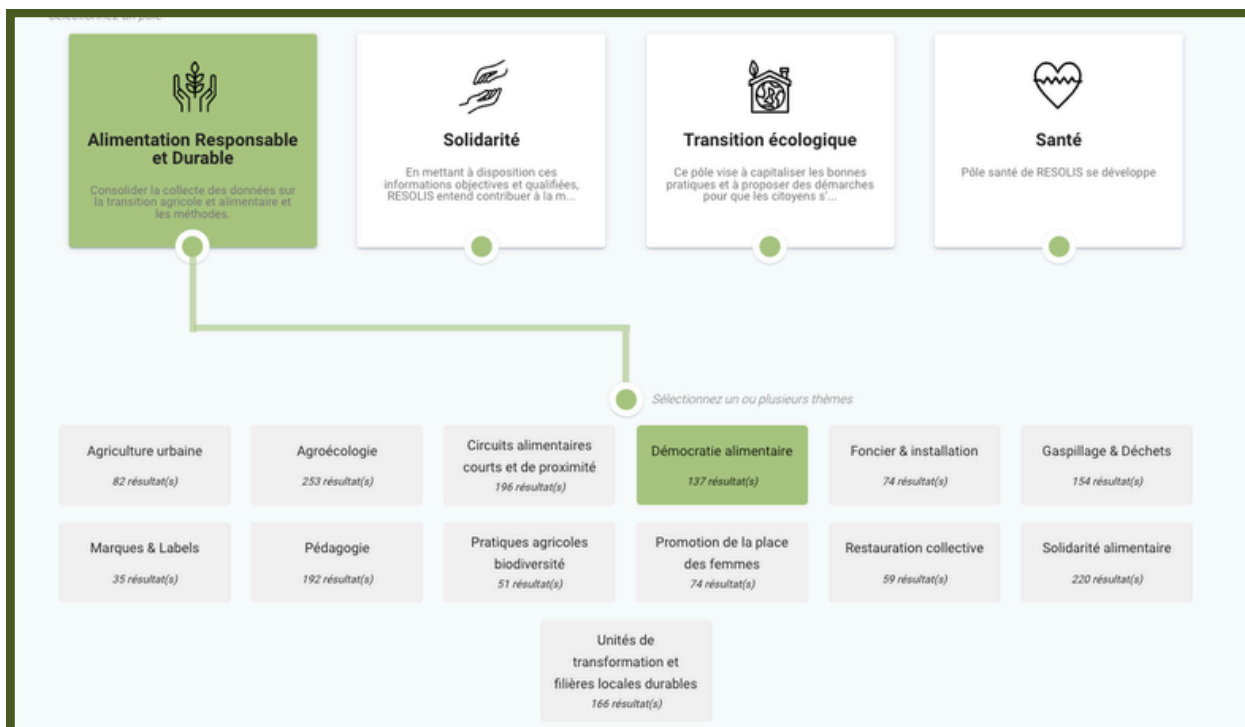
Observatoire Cartographique

Quelles sont les initiatives de transition près de chez moi ?



www.resolis.org

***“Pas d'action sans savoir ...
Pas de savoir sans action”***



L'association RESOLIS gère depuis 2013 une **volumineuse base de données** où figurent **plus de 1800 fiches initiative** enregistrées dans le seul domaine de **l'Alimentation Responsable et Durable**.

Ces **initiatives innovantes** sont regroupées sous la forme d'un **Observatoire d'accès libre et gratuit**.

RESOLIS applique aux initiatives et actions de terrain à visée sociale et/ou environnementale une **méthode d'observation et d'évaluation s'inspirant de la démarche scientifique**.

« La science au service des expériences terrain pour les rendre répliquables et interopérables* »



Le **Dr Brigitte Picandet, médecin nutritionniste**, bénévole RESOLIS nous propose une analyse de 5 fiches initiative en lien avec la thématique de cette publication :

- Cartographie des paysages alimentaires
- Courte échelle, l'épicerie solidaire
- AMAPOLA, pour le maintien d'une agriculture paysanne en banlieue parisienne
- Opticourses, mieux composer son panier alimentaire
- Les Maisons d'Espoir, une cuisine partagée à Vitry sur seine

5 fiches initiative inspirantes

Cartographie des paysages alimentaires



Une **enquête** très poussée a été menée dans le territoire péri-urbain de Montpellier **pour déterminer les zones les plus éloignées d'une offre de produits frais.**

Cette enquête est destinée à **orienter les élus locaux dans leur décision d'implantation de marchés alimentaires.**

Des enquêtes de ce type mériteraient d'être reproduites dans d'autres territoires.

Notre population cible se trouve fréquenter, régulièrement et par nécessité, **les épiceries solidaires de leur quartier.**

Si **l'approvisionnement en produits frais** est relativement facile dans certaines d'entre elles, **à la condition d'une forte motivation de leurs animateurs**, cela s'avère plus compliqué pour d'autres.

Dans ce dernier cas, ce n'est pas la motivation qui manque chez les bénévoles mais essentiellement la disponibilité des fruits/légumes.

Courte échelle, l'épicerie solidaire de Paris 19ème

AMAPOLA, pour le maintien d'une agriculture paysanne



De ce fait, une responsabilité supplémentaire incombe à ces animateurs bénévoles : celle de **rechercher une certaine équité dans la répartition des quantités "étriquées" de produits frais dont ils disposent.**

Ils témoignent de leur souci dans ce **nouveau rôle, en sus de celui, majeur, de réconfort et d'accueil** auprès de leurs bénéficiaires.

Dans ce contexte, il paraît anormal que – dans le même temps et sur des territoires proches - **des AMAP se retrouvent avec des stocks non écoulés, en voie de compostage, faute de distribution suffisamment rapide des paniers solidaires.**

A leur contact, il nous est apparu qu'**un souhait émergeait de la part de ces bénévoles impliqués dans la distribution de biens alimentaires auprès des populations fragiles :**

- **Être mieux formés** (idéalement être épaulés par un nutritionniste) de façon à **mieux sélectionner les aliments** quant à leur impact nutritionnel et à **mieux guider les bénéficiaires/clients dans leur choix.**

Une initiative répond indirectement à ce souci de **mieux guider les populations à faible revenu dans leur acte d'achat alimentaire** : c'est l'expérience qui a été menée à Marseille.

Elle nécessite l'établissement d'un **partenariat entre une supérette et les travailleurs sociaux du quartier** : ceux-ci reçoivent une formation très pratique, puis transmettent leurs connaissances aux familles intéressées par le biais d'analyse des tickets de caisse et de groupe de discussion.

Cette sensibilisation a été évaluée avec des résultats tout à fait encourageants :

- **Pour le même budget, la qualité nutritionnelle du panier alimentaire était significativement améliorée.**

La démarche a pris maintenant une envergure de service proposé aux professionnels.

**Opticourses,
mieux
composer son
panier
alimentaire**



**les Maisons
d'Espoir,
une cuisine
partagée à
Vitry sur
Seine**



Par ailleurs, **une demande émerge clairement chez les bénéficiaires/clients de ces centres/épiceries :**

- **Mieux connaître** les fruits/légumes proposés,
- **Mieux savoir les préparer**, voire chercher à adapter certaines de leurs recettes exotiques avec les produits locaux disponibles.

Une initiative intéressante dans cette démarche mérite d'être signalée. Il s'agit ici de **mettre à disposition des populations en attente d'hébergement, un espace d'accueil et une cuisine :**

- Ce qui permet notamment d'éviter une restauration reposant sur l'achat de plats préparés à passer au four micro-onde.





Conclusion

Au vu des différentes initiatives décrites, on constate que, **pour réduire la consommation de produits ultra-transformés dans les populations fragiles, une kyrielle de petites mesures locales sont possibles.**

La **prise de conscience** de l'enjeu est là, la **volonté d'agir** également, mais la **mise en œuvre se manifeste en revanche généralement avec une certaine inertie.**

L'observatoire RESOLIS répertorie ces initiatives et contribue à les faire connaître, afin d'encourager à les imiter, s'en inspirer.

Cela semble d'autant plus simple à instituer que **les populations bénéficiaires concernées sont plutôt ouvertes et prêtes à participer.**

A l'évidence, **l'effort qui porte au plus près du consommateur final a toutes les chances d'être efficace.**

- **Un contact direct, souple et adapté, permet d'orienter son choix alimentaire**, en l'éloignant, plus facilement, de la puissance envahissante des messages publicitaires.
- Ainsi, c'est à chacun des acteurs motivés : **travailleurs sociaux, bénévoles, élus locaux, gérants d'entreprise, professionnels de la santé, de se concerter pour agir ensemble dans ce sens.**

Le plaisir de manger, de partager un repas, demeure un moteur universel et représente un levier évident dans toutes ces démarches.

05.

Présentation des fiches initiative



**Observatoire
Thématique**

Laissez vous
guider par un
parcours
thématique
interactif.



**Observatoire
Cartographique**

Quelles sont les
initiatives de transition
près de chez moi ?



www.resolis.org

1. **Cartographie des paysages alimentaires**
2. **Courte échelle, l'épicerie solidaire**
3. **AMAPOLA, pour le maintien d'une agriculture paysanne**
4. **Opticourses, mieux composer son panier alimentaire**
5. **Les Maisons d'Espoir, une cuisine partagée à Vitry sur Seine**

1. Cartographie des paysages alimentaires



Observatoire Thématique Publications Programmes Actualités RESOLIS Contact



Observatoire Cartographie des paysages alimentaires



Chaire UNESCO
Alimentations
du monde

Il est désormais admis que les comportements alimentaires des consommateurs sont déterminés, non seulement par les caractéristiques de ceux-ci, mais aussi par la configuration géographique de l'offre alimentaire (magasins, marchés, etc ...). Ce projet de recherche pluridisciplinaire part du constat que les informations sur le paysage alimentaire de la métropole de Montpellier sont insuffisantes pour guider les politiques d'aménagement urbain. Il consiste en l'établissement d'une cartographie des paysages alimentaires du territoire considéré, à l'aide de différents outils, dont des enquêtes de terrain. Grâce à cet outil, des quartiers faiblement pourvus en offre alimentaire de qualité ont été diagnostiqués. Des leviers pour faire évoluer la situation ont été identifiés. L'outil est conçu pour être replicable sur d'autres collectivités. Il incite à une réflexion interservice.

AUTEUR(S)

SIMON VONTHRON 
simon.vonthron@supagro.fr
Fiche rédigée par **Camille Caron**

PROGRAMME

Lieu de réalisation: Métropole de Montpellier

ORGANISME(S)

MONTPELLIER SUPAGRO
Chaire Unesco Alimentations du Monde,
Métropole de Montpellier, INRAE, CIRAD,
UMR MoISA et innovation2TROPO
Montpellier - 34000
Place Pierre Viala

[SITE INTERNET](#)

COMITÉ DE LECTURE

 Date de lecture de la fiche

04/12/2023

 Localisation

France
Occitanie
Hérault

Appréciation(s) du comité

Innovant ! Source d'inspiration !

Domaine

Alimentation
Participation, gouvernance

Type de structure

Collectivité territoriale, État
Collectivité territoriale, Etat

Envergure du programme

Locale

Bénéficiaires

Population précaire
Population urbaine

Outil d'intervention

Outil de planification Révision
de documents
d'aménagement du territoire /
urbanisme

Type d'acteur

Services d'accompagnement

Type d'action

Services d'accompagnement Formation, gestion, aide technique,
juridique...

Type d'objectif

Sociaux Amélioration de la santé par une alimentation saine

Champ d'action

Agir en faveur de l'accès à l'alimentation

1. Cartographie des paysages alimentaires

ORIGINE ET CONTEXTE

En 2014, Isabelle Touzard rejoint la Métropole de Montpellier en tant que Vice Présidente déléguée à l'agro-écologie et de l'alimentation. Avec elle, se renforce une ambition politique liée à l'alimentation durable. L'institut national de la recherche agronomique, en partenariat avec le Cirad et Montpellier SupAgro, entame alors un accompagnement des élus pour construire ce projet en réalisant une synthèse agricole et alimentaire sur le territoire en co-construction avec élus et techniciens. Le constat d'un manque d'informations territoriales sur la précarité alimentaire fait naître un besoin de lancer des études et faire émerger des données (alors que seules des données nationales sont disponibles). Un consortium de recherche (cf. acteurs impliqués), Surfood Foodscapes, est ainsi construit avec la vocation d'étudier le lien entre environnement et pratiques alimentaires.

OBJECTIFS

Ce projet interroge le rôle des paysages alimentaires sur les inégalités d'accès à l'alimentation. En analysant le lien entre les pratiques d'approvisionnement des ménages et l'organisation spatiale de l'offre alimentaire, il vise à éclairer les politiques d'aménagements urbains et informer les acteurs publics locaux sur les leviers d'action dont ils disposent en matière d'alimentation durable. Par cette démarche, les collectivités territoriales peuvent renforcer leur compréhension et leur prise en compte des effets de leurs politiques foncières dans l'aménagement des espaces publics et dans leurs stratégies d'urbanisme commercial sur l'alimentation des habitants de leurs territoires (ex. : agriculture urbaine, aménagement de jardins collectifs - implantations de marchés et commerces).

1. Cartographie des paysages alimentaires

ACTIONS MISES EN OEUVRE

Ce projet de recherche pluridisciplinaire - incluant sociologues, nutritionnistes, géographes, et économistes - analyse les effets des paysages alimentaires urbains (commerces alimentaires, marchés, jardins, etc.) sur les styles alimentaires des individus (consommations, pratiques et représentations). Il se compose en 5 volets : 1) une étude sociologique sur les rapports des individus à l'alimentation et leurs perceptions des paysages alimentaires, 2) **une étude géographique multiscalaire sur le lien entre pratiques d'approvisionnement alimentaire et l'environnement alimentaire commercial des individus – cette partie constitue l'objet de cette fiche**, 3) une étude sur l'impact des jardins partagés sur les pratiques alimentaire et, plus globalement, sur la durabilité des modes de vie, 4) une étude sociologique sur les effets des pratiques d'achats alimentaires en ligne, 5) une enquête collective (Mont'Panier) réalisée sur la métropole de Montpellier, à travers laquelle des ménages ont collecté leurs tickets de caisse pendant un mois, et sur laquelle se basent les différentes analyses de ce projet (1, 2, 3, 4).

Dans cette étude multidimensionnelle, une partie est ainsi dédiée à la cartographie du paysage alimentaire du Grand Montpellier. Grâce à des outils cartographiques, ont été diagnostiqués des quartiers faiblement pourvus en offre alimentaire de qualité.

La cartographie des paysages alimentaires sur la métropole de Montpellier regroupe restaurants et commerces alimentaires. Le système d'information géographique (SIG) constitué pour ce projet a été établi à partir du répertoire des entreprises SIRENE. La base de données a été corrigée (suppression des points de vente excédentaires, ajout et correction de données de localisation, etc.) avec des observations de terrain, OpenStreetMap, Google Street View, les sites internet de communes et d'enseignes commerciales. Des enquêtes terrains ont par la suite permis de vérifier la fiabilité des données issues de la base de données constituée.

Cet outil cartographique a été construit de manière à ce qu'il soit répliquable sur d'autres collectivités : un chargé de mission au sein d'une collectivité territoriale sans formation géographique doit être en mesure de réaliser un tel travail avec les données locales disponibles. Simon Vonthron, doctorant en géographie sur la « géographie des paysages alimentaires urbains », accompagne aujourd'hui d'autres collectivités dans ce même travail de cartographie et aide dans la sélection de sources de données à utiliser.

1. Cartographie des paysages alimentaires

RÉSULTATS ET IMPACTS, QUANTITATIFS ET QUALITATIFS

5-1 attendus

Le projet est officiellement terminé. D'autres analyses sont à venir du fait de la richesse des données issues de l'enquête collective (5).

5-2 observés : définitifs ou provisoires,

La cartographie proposée permet un premier repérage des déserts alimentaires de fruits et légumes. Elle permet aussi de calculer la part de population métropolitaine ayant accès à de tels commerces à proximité de leur domicile comme l'évolution de cette part de population selon la distance au centre-ville et le niveau de revenus des quartiers.

Ce projet de recherche identifie des relations complexes entre environnement alimentaire et pratiques individuelles en mettant en avant le fait que les paysages alimentaires sont socialement construits. Nombreux facteurs environnementaux et sociaux influencent les pratiques d'approvisionnement alimentaire. Ainsi, en plus de la réalisation de cette cartographie, une approche concertée avec habitants et commerçants est essentielle pour cibler les besoins et donner le la aux politiques d'aménagement du territoire. La cartographie réalisée constitue un outil sur lequel se baser pour consulter les habitants du quartier ou de la commune, une base de travail, un support pour animer la concertation. Les recherches issues de Surfood Foodscapes soulignent aussi le besoin de collaboration : d'éviter le travail en silos en collectivités territoriales dans la gestion de ces questions d'alimentation durable. La question alimentaire est transversale et croise des services au sein des entités publiques : les politiques d'aménagement commercial sont à articuler avec les politiques de mobilité, de santé... L'outil cartographique incite ainsi à une réflexion interservices.

1. Cartographie des paysages alimentaires

Etude de cas : A l'échelle de la métropole de Montpellier

- Les résultats de l'étude montrent de grandes différences d'accessibilité aux commerces alimentaires selon la distance des quartiers au centre ville. Les déserts alimentaires semblent ainsi plus propices à apparaître dans l'espace périurbain et les quartiers aisés de la ville.
- Dans les quartiers les moins aisés de la métropole, l'étude souligne l'existence de « borbiers alimentaires » : ces quartiers présentent certes des commerces alimentaires de fruits et légumes mais ces derniers sont noyés dans une offre alimentaire largement constituée de fast-foods, à la qualité nutritionnelle plus faible.

Des difficultés d'accessibilité aux commerces « sains » et aux produits de bonne qualité nutritionnelle peut porter de plus graves conséquences pour des individus issus de milieux modestes du fait de leur moindre mobilité. Le projet souligne aussi le besoin davantage de recherches en milieu rural où les difficultés de mobilité sont accrues ainsi que des groupes de population spécifiques et notamment les personnes âgées et les étudiants.

L'analyse spécifique de différents quartiers a permis aux acteurs publics d'identifier des leviers, directs et indirects, par lesquels faire évoluer les paysages alimentaires. Plusieurs options s'offrent alors aux collectivités territoriales : orienter l'offre alimentaire en régulant l'occupation de l'espace public (en créant des marchés, en autorisant ou non les food-trucks ou les terrasses de restaurants, etc.), en acquérant puis conservant des locaux commerciaux pour préserver des commerces de bouche, voire favoriser leur implantation.

1. Cartographie des paysages alimentaires

ORIGINALITÉ

Première initiative de cartographie des paysages alimentaires sur le territoire français ayant vocation à être répliquée par les collectivités territoriales pour identifier l'offre alimentaire de leur territoire aussi bien en termes de quantité que de qualité.

PARTENARIAT(S)

Chaire Unesco Alimentations du Monde, Métropole de Montpellier, INRAE, Cirad, Montpellier SupAgro, UMR MoISA et Innovation

RETOUR D'EXPÉRIENCE

Difficultés et/ou obstacles rencontrés pendant la mise en œuvre :

Cartographier un désert alimentaire de façon précise est souvent impossible dû aux données disponibles en France.

La cartographie réalisée présente des limites :

- Pour des enjeux de répliquabilité au sein des collectivités territoriales, elle ne prend pas en compte la mobilité des individus pour accéder à l'offre alimentaire ; une finesse d'analyse qui nécessiterait des données GPS, des données issues d'enquêtes ainsi qu'un important temps de travail en interne pour les collectivités.
- Elle ne permet également pas de visualiser les différentes logiques d'approvisionnement des individus (qui peuvent suivre des logiques d'évitement, budgétaires, récréative, rechercher des produits spécifiques indisponibles à proximité, ou encore moduler leurs pratiques pour l'aspect social des courses alimentaires).

POUR EN SAVOIR PLUS

Site web : <https://www.foodscapes.fr/>

Et ressources documentaires dont synthèses vulgarisées *SO WHAT* : <https://www.foodscapes.fr/resources>

Vonthron, Simon 2021. Offre commerciale alimentaire et pratiques spatiales d'approvisionnement des ménages. Construire une géographie des paysages alimentaires. Thèse de doctorat en géographie, Montpellier: Université Paul Valéry - Montpellier 3. <https://hal.inrae.fr/tel-03560669v2>

2. Courte Échelle, l'épicerie solidaire



Observatoire Thématique Publications Programmes Actualités RESOLIS Contact

Observatoire Courte Echelle, l'épicerie solidaire

Cette épicerie solidaire se concentre sur la récupération de denrées saines en laissant aux travailleurs sociaux de l'arrondissement la tâche de sélectionner les bénéficiaires de leur accueil. L'accent est mis sur le choix des aliments, la sensibilisation des bénéficiaires aux menus sains, et sur le partage par une contribution bénévole à la bonne marche de l'épicerie. L'accès à cette épicerie est volontaire lité dans le temps pour augmenter le nombre de bénéficiaires et pour inciter chacun à la responsabilisation.

AUTEUR(S)

RAMEAU HERMINE 
courtechelle19eme@gmail.com
Fiche rédigée par **Brigitte Picandet**

PROGRAMME

Lieu de réalisation: Paris

ORGANISME(S)

LA COURTE ÉCHELLE
Paris - 75019
8 Rue Gaston Tessier
4 Salariés / 15 Bénévoles / 1000 Adherents

COMITÉ DE LECTURE

Date de lecture de la fiche

04/12/2022

Localisation

France Île-de-France
Paris

Appréciation(s) du comité

Source d'inspiration !

Domaine

Aide et accompagnement
Alimentation

Type de structure

Association, collectif, ONG
Association, collectif, ONG

Envergure du programme

Locale

Bénéficiaires

Elèves, étudiants
Population précaire
Population urbaine

Type d'action

Consommation Alimentation solidaire

Type d'objectif

Sociaux Création et renforcement du lien social
Sociaux Amélioration de l'accès à l'alimentation
Sociaux Amélioration de la santé par une alimentation saine

Champ d'action

Agir en faveur de l'accès à l'alimentation
Agir sur l'éducation à l'alimentation

2. Courte Échelle, l'épicerie solidaire

ORIGINE ET CONTEXTE

Une précarité alimentaire préoccupante, touchant aussi bien les familles que les célibataires à faible revenu, est enregistrée dans une proportion non négligeable de la population de l'est parisien. Le projet de cette association consiste non seulement à proposer aux bénéficiaires des aliments sains mais aussi à les sensibiliser à l'importance de la qualité nutritionnelle des plats. De plus, le travail de pédagogie est associé à un travail de responsabilisation des bénéficiaires qui sont invités à contribuer ; à titre bénévole, à la bonne marche de cette épicerie solidaire.

OBJECTIFS

L'objectif est double. Il consiste d'une partie à fournir aux bénéficiaires des aliments de bonne qualité nutritionnelle et d'une autre partie à faciliter leur insertion par l'accès au bénévolat.

ACTIONS MISES EN OEUVRE

« Créée en 2012, cette structure a deux spécificités

Tout d'abord, elle propose aux bénéficiaires de devenir bénévoles. Non seulement, il est important pour les familles de sentir qu'elles peuvent à leur tour rendre l'aide qu'on leur a apportée. De plus, cette mise en situation dans un univers professionnel leur permet de se réhabituer aux contraintes d'un travail en équipe, voire de les découvrir. La notion de ponctualité notamment est valorisée, ce qui facilitera la recherche d'emploi. Ensuite, cette épicerie n'achète aucune denrée, ce ne sont que des produits de récupération, ce qui permet de lutter contre le gaspillage, même s'il ne peut être totalement exclu, en fin de cycle lorsque certaines denrées demeurent invendues.

Par ailleurs, l'épicerie veille à ne proposer que des produits sains. Elle se fournit non seulement chez les grandes surfaces classiques mais aussi chez les magasins bio et chez une start up Bio du quartier « Rutabago », cette dernière apporte en circuit court des fruits et légumes et aussi des épices, très prisées par cette population. Elle vend également des panier-recette, élaborés par un diététicien et contenant les quantités adéquates et le livret recette. Rutabago fait bénéficier des panier recettes invendus à l'épicerie. Enfin, l'épicerie compte, parmi ses fournisseurs, la banque alimentaire, qui est le seul fournisseur à apporter des produits non issus de récupération.»

Pour accéder à l'aide de l'épicerie, il est nécessaire de passer par une assistante sociale. Les dossiers ne sont pas ré-étudiés. Les familles sont inscrites pour une durée de 3 mois, possiblement renouvelable. Elles viennent s'approvisionner une fois par semaine. Le panier moyen est d'environ 12 euros, ce qui représente une valeur marchande de l'ordre de 65 euros.

2. Courte Échelle, l'épicerie solidaire

RÉSULTATS ET IMPACTS, QUANTITATIFS ET QUALITATIFS

5-1 attendus : Nombre de bénéficiaires en rapport avec les capacités de distribution de l'établissement.

5-2 observés : L'épicerie accueille 320 familles par semaine, ce qui représente environ 1000 personnes. 700 familles sont enregistrées. Les résultats observés, en termes de nombre de bénéficiaires, sont conformes aux attentes

ORIGINALITÉ

Accent mis sur la nourriture saine, participation des anciens bénéficiaires au fonctionnement de la structure, dans une chaîne de solidarité, aide à la ré-insertion, ...

PARTENARIAT(S)

Avec Belenos, association spécialisée dans la production d'outils pédagogiques et dans l'animation d'ateliers centrés sur le « bien manger ».l

RETOUR D'EXPÉRIENCE

Difficultés et/ou obstacles rencontrés pendant la mise en œuvre :

Succès incontestable

Impossibilité de répondre à l'ensemble des demandes

3. AMAPOLA, pour le maintien d'une agriculture paysanne



Observatoire Thématique Publications Programmes Actualités RESOLIS Contact

Observatoire

Amapola, pour le maintien d'une agriculture paysanne



AMAPOLA est une Association Pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne (AMAP) située à Maison-Alfort. Le concept né au début des années 2000 est le suivant : les consommateurs financent en avance la production du paysan, en retour il partage toutes les semaines le fruit de sa récolte : des produits cultivés sans produits chimiques, frais, de saison dans un engagement mutuel qui va au-delà d'un simple panier.

AUTEUR(S)

SALLES FRANCK 
salles.franck@gmail.com
Fiche rédigée par Sarah TIRARD

PROGRAMME

Lieu de réalisation: Maisons-Alfort
Origine et spécificités du financement :
Cotisations

ORGANISME(S)

AMAPOLA
Maisons-Alfort - 94700
2 avenue Foch
/ 12 Bénévoles / 65 Adherents

COMITÉ DE LECTURE

 Date de lecture de la fiche

19/03/2024

 Localisation

France

Île-de-France

Val de Marne

Appréciation(s) du comité

A généraliser !

Domaine

Alimentation

Type de structure

Association, collectif, ONG

Association, collectif, ONG

Envergure du programme

Locale

Bénéficiaires

Agriculteurs

Population urbaine

Type d'action

Consommation Alimentation solidaire

Consommation Consommation alimentaire (Autre)

Type d'objectif

Sociaux Amélioration de la santé par une alimentation saine

Champ d'action

Agir sur l'éducation à l'alimentation

3. AMAPOLA, pour le maintien d'une agriculture paysanne

ORIGINE ET CONTEXTE

Depuis 2001, des partenariats directs apparaissent un peu partout en France entre agriculteurs et consommateurs qui veulent une autre agriculture et une autre alimentation.

En Ile de France, le premier groupe AMAP est apparu à Pantin en 2003 en partenariat avec un maraîcher en installation à Chaussy. Le réseau AMAP Ile de France a été créé un an plus tard pour l'accompagnement de ce mouvement. Aujourd'hui l'Ile de France compte près de 300 AMAP en Ile de France.

L'AMAP de Maison-Alfort a débuté en 2019 .

OBJECTIFS

L'objectif premier de l'AMAP est de soutenir l'agriculture paysanne : "Nous avons pour objectif de promouvoir une agriculture durable, socialement équitable et écologiquement saine à travers une information citoyenne et le soutien des agriculteurs de proximité s'engageant dans cette démarche". Grâce à l'AMAP, les producteurs peuvent vendre leurs produits en circuits courts et obtenir un financement en une fois au début de l'année, ce qui leur permet de se développer.

L'objectif de l'AMAP est aussi que les consommateurs bénéficient de produits sains, frais et de saison, cultivés à proximité de leur habitation.

Enfin, un des objectifs d'AMAPOLA est de sensibiliser les consommateurs à une alimentation saine et durable.

ACTIONS MISES EN OEUVRE

L'action principale de l'association est distribution de paniers en circuit local court A ce jour, il existe des contrats avec quatre producteurs différents : maraîcher, œufs, champignons, fruits. Les adhérents financent les agriculteurs.

Des formations sont également organisées sur le thème de l'alimentation dans un objectif global de promotion d'une alimentation saine.

Enfin, pour que les paniers soient accessibles à tous, AMAPOLA a monté, en parallèle, le principe des paniers solidaires : les adhérents qui en ont les moyens payent plus et les publics en difficulté choisissent le prix de leur panier (0 à 13 euros).

3. AMAPOLA, pour le maintien d'une agriculture paysanne

RÉSULTATS ET IMPACTS, QUANTITATIFS ET QUALITATIFS

Aujourd'hui, le programme bénéficie à une soixantaine « d'amapiens » dont majoritairement des familles avec enfants mais aussi des jeunes couples, étudiants et personnes seules. « Nous espérons augmenter ce chiffre à 100 ». L'association est parvenue à renforcer les liens intergénérationnels, la possibilité pour les consommateurs de faire connaissance avec les producteurs, ce qui stimule l'inventivité et la créativité culinaire et incite les adhérents à cuisiner et à préparer des plats maison. De manière générale, les adhésions sont réalisées d'une année sur l'autre.

ORIGINALITÉ

Bien qu'il y ait d'autres initiatives semblables comme la livraison de paniers sur internet, AMAPOLA est la seule AMAP présente à Maison-Alfort.

Introduction de la solidarité entre adhérents, par le notion de "panier solidaire" : prix variable selon budget.

PARTENARIAT(S)

AMAPOLA est hébergée par la mairie de Maison-Alfort et une convention est en cours avec la Maison de l'environnement. Un partenariat est en cours avec Les Restos du Coeur de Maison-Alfort qui récupère les paniers invendus. AMAPOLA est également soutenue par l'AMAP Ile-de-France.

RETOUR D'EXPÉRIENCE

Difficultés et/ou obstacles rencontrés pendant la mise en œuvre :

L'AMAP appartient à un réseau dont les membres sont très homogènes, les personnes ont les moyens de payer leurs adhésions. Pour que les paniers soient accessibles à tous, AMAPOLA a monté les paniers solidaires : les adhérents qui en ont les moyens payants plus et les publics en difficulté choisissent le prix de leur panier (0 à 13 euros). Cependant, il n'est pas évident de trouver et de convaincre les bénéficiaires en situation de précarité de financeur et d'aller chercher un panier de manière régulière.

Améliorations futures possibles :

Des partenariats pourraient être envisagés avec les écoles afin de leur fournir des produits bruts et de promouvoir une alimentation saine et respectueuse de l'environnement.

Les paniers solidaires pourraient être étendus à plus de bénéficiaires.

4. Opticourse, mieux composer son panier alimentaire



Observatoire Thématique Publications Programmes Actualités RESOLIS Contact

Observatoire

Opticourses : Mieux composer son panier alimentaire



L'expérimentation Opticourses a été co-construite entre habitants de quartiers défavorisés, chercheurs et acteurs de terrain. Il est constitué d'ateliers composés d'activités autour des achats alimentaires réels des participants. Les ateliers sont animés par des professionnels spécifiquement formés à la démarche (travailleurs sociaux, diététiciens, ...). Opticourses s'intéresse à une activité quotidienne pour laquelle chacun est compétent : faire ses courses. Opticourses s'appuie sur les "trucs et astuces" des personnes et sur les tickets de caisse qui sont analysés. A l'issue de cette expérimentation, les paniers alimentaires contenaient davantage d'aliments sains, à prix et à valeurs caloriques constants.

AUTEUR(S)

DARMON NICOLE 
nicole.darmon@inrae.fr

Fiche rédigée par **Anysia Pagliccia**

PROGRAMME

Lieu de réalisation: Marseille
Origine et spécificités du financement : ARS
PACA - INCA

ORGANISME(S)

ASSOCIATION ACTAP
INRAE
Marseille - 13015
26 chemin du moulinet

 [SITE INTERNET](#)

COMITÉ DE LECTURE

 Date de lecture de la fiche

18/12/2023

 Localisation

France

Provence-Alpes-Côte d'Azur

Bouches du Rhône

Appréciation(s) du comité

Source d'inspiration !

Domaine

Alimentation

Type de structure

Association, collectif, ONG

Association, collectif, ONG

Envergure du programme

Nationale

Bénéficiaires

Population urbaine

Type d'action

Services d'accompagnement Services d'accompagnement ou d'appui (Autre)

Type d'objectif

Sociaux Amélioration de la santé par une alimentation saine

Champ d'action

Agir sur l'éducation à l'alimentation

4. Opticourse, mieux composer son panier alimentaire

ORIGINE ET CONTEXTE

Cette initiative naît d'un constat, l'obésité et le statut socio-économique sont liés en France. La recherche montre qu'une alimentation nutritionnelle équilibrée coûte généralement plus cher.

Réduire les inégalités sociales de santé implique de réduire l'écart entre alimentation observée et recommandée, en ciblant les populations de faible statut socio-économique et en agissant sur l'offre et sur la demande.

OBJECTIFS

Diminution quantitative : meilleure anticipation des achats pour une amélioration de la qualité nutritionnelle du panier.

Vise 3 types de changement :

- Aliments achetés : moins de sodas, plus de fruits et légumes, de pain complet, etc...
- Stratégie d'achat : faire attention aux étiquettes, améliorer l'opinion du public concernant les produits d'entrée de gamme...
- Pratiques Culinaires : cuisiner soi même

ACTIONS MISES EN OEUVRE

Étude basée non sur un principe de prix/poids, mais de prix/kcal (coût/2000 kcal).

Dates de réalisation :

- Décembre 2009 : Demande de l'ARS PACA
- 2010 : Construction de l'équipe projet, recherche partenaires
- 2010-2011 : 1ere étude pilote (financement ARS PACA)
- 2011-2012 : Deuxième étude pilote
- 2012-2014 : Recherche interventionnelle (financement INCa)
- 2014-2016 : Transférabilité (ARS-PACA, CRES-PACA)
- 2015-2017 : Transfert à VIF (financement FFAS)
- 2017-2021 : Contrat pluriannuel d'objectifs (financement ARS-PACA, portage CRES-PACA)

4. Opticourse, mieux composer son panier alimentaire

RÉSULTATS ET IMPACTS, QUANTITATIFS ET QUALITATIFS

Attendus Amélioration de la qualité nutritionnelle d'un panier à coût du panier constant et à apports caloriques équivalents

Observés : On passe d'un panier virtuel de 5 114 kcal à un panier de 3385 kcal.

On observe une baisse : des boissons sucrées, des produits sucrés et salés

Sont restés stables : produits laitiers, matières grasses, plats mixtes, viandes et poisson, féculents

Ont augmenté : les fruits et les légumes

ORIGINALITÉ

La sensibilisation des mères de famille passant par l'examen des tickets de caisse, et un accompagnement dans le choix des aliments par le fléchage des aliments sains dans les magasins participant à cette expérimentation.

PARTENARIAT(S)

Financement : ARS PACA, Institut National du Cancer, Caisses d'allocations Familiales des Bouches du Rhône, Préfecture de police des Bouches du Rhône, Fond Français pour l'alimentation et la Santé (FFAS), AG2R La mondiale

Partenaires déploiement : [l'INRA](#), [l'Université d'Aix-Marseille](#), les unités de recherche [NORT](#), [LPED](#), [GAEL](#) et [MOISA](#), les CoDES de la région Sud, le [CRES Provence-Alpes Côte d'Azur](#), [l'agence LinkUp](#), le [réseau VIF](#), les sociétés [MS Nutrition](#) et [Regards Santé](#).

4. Opticourse, mieux composer son panier alimentaire

RETOUR D'EXPÉRIENCE

Difficultés et/ou obstacles rencontrés pendant la mise en œuvre :

Idée concrétisée mais longue et coûteuse à mettre en place. Demande beaucoup de travail notamment dans la mise en place du parcours fléché dans les supermarchés. Etude qualitative.

Difficultés rencontrées : tous les participants ne revenaient pas forcément aux ateliers suivants, sur plusieurs centaines de personnes, on a pu garder une 30aine de familles qui ont suivi le processus jusqu'au bout.

Il y'a aussi une problématique du "biais de désirabilité".

Améliorations futures possibles :

- Mai 2021 : Mise à disposition des outils Opticourses, après dépôt de la marque
- 2021-2022 : Conception de la mallette pédagogique Opticourses
- Jan 2023 : Formation destinée aux animateurs - Montpellier

Présentation des facteurs de réussite et conseils pour une généralisation ou un essaimage :

Amélioration continue du programme et des fiches activités en fonction du terrain et des avancées scientifiques. Test et adaptation à d'autres contextes.

5. Les Maisons d'Espoir, une cuisine partagée à Vitry sur Seine



Observatoire Thématique Publications Programmes Actualités RESOLIS Contact



Observatoire

Les Maisons d'Espoir - une cuisine partagée à Vitry sur Seine



Les Maisons d'Espoir est une association qui met à la disposition des personnes en situation de précarité hébergées dans des hôtels, une cuisine partagée au cœur de Vitry. Une initiative qui permet à ses bénéficiaires non seulement d'avoir accès à un espace pour cuisiner mais aussi de bénéficier de colis alimentaires, d'un accompagnement social, d'un moment de partage dans un espace commun.

AUTEUR(S)

BOUI LEILA



bouileila@espoir-cfdj.fr

Fiche rédigée par Sarah Tirard

PROGRAMME

Lieu de réalisation: Vitry/Seine

Origine et spécificités du financement : France

Relance (2021-2023) DRIHL (2024-2026)

ORGANISME(S)

LES MAISONS D'ESPOIR

Vitry/Seine - 94440

Tiers-Lieu alimentaires ESPOIR CFDJ 20-24
avenue Henri Barbusse

[SITE INTERNET](#)

COMITÉ DE LECTURE

Date de lecture de la fiche

27/03/2024

Localisation

France

Île-de-France

Val de Marne

Appréciation(s) du comité

Source d'inspiration !

Domaine

Alimentation

Envergure du programme

Locale

Bénéficiaires

Population précaire

Type d'objectif

Sociaux Création et renforcement du lien social

Sociaux Amélioration de l'accès à l'alimentation

Sociaux Amélioration de la santé par une alimentation saine

5. Les Maisons d'Espoir, une cuisine partagée à Vitry sur Seine

ORIGINE ET CONTEXTE

Le projet débute suite à un constat après la crise sanitaire de 2020 : à cause du manque de locaux d'hébergement pour les personnes en situation de précarité, de nombreuses familles sont placées par l'Etat dans des hôtels. Ces personnes se retrouvent dans un environnement qui ne leur est pas familier (avec des vacanciers) où elles n'ont ni accès à une cuisine ni accès à un accompagnement social. Les chèques services qui leur sont distribués par l'Etat servent souvent à l'achat de plats tous préparés, ce qui augmente les risques de "malbouffe". Enfin, ces personnes se "croisent" mais ne se connaissent pas. L'idée est donc de répondre à un appel à projet afin de créer une "cuisine partagée" où les familles peuvent cuisiner, récupérer des courses qui sont faites pour elles à leur demande et bénéficier d'un accompagnement social et administratif afin de pouvoir s'intégrer dans de bonnes conditions.

Le projet bénéficie en novembre du financement sur deux ans de France Relance. Un ancien local de boîte aux lettres est récupéré et transformé en lieu d'accueil.

OBJECTIFS

Le programme est destiné aux familles hébergées dans des hôtels même si certains habitants du quartier viennent de temps en temps. Les objectifs du programme sont :

- d'offrir un lieu pour cuisiner
- de promouvoir une alimentation saine via l'intervention d'une nutritionniste toutes les semaines
- de promouvoir les échanges entre les bénéficiaires (des intervenants sont invités une fois par semaine lors d'un brunch pour parler de thématiques de la vie quotidienne)
- d'offrir un accompagnement à l'insertion
- de fournir une aide matérielle via des colis alimentaires

ACTIONS MISES EN OEUVRE

Les actions mises en oeuvre comprennent :

- la distribution de colis alimentaires. Cette action est permise par un approvisionnement une fois par semaine à Rungis notamment en fruits et légumes grâce à l'association "les potagers de Marianne". Des courses complémentaires sont faites en hypermarché selon les besoins ainsi qu'au marché de Vitry grâce à une association qui récupère les invendus.
- une permanence ouverte aux familles sur rdv pour un accompagnement administratif
- des consultations par une diététicienne
- une cuisine mise à disposition des bénéficiaires (sur rdv)
- un brunch organisé une fois par semaine avec la participation d'intervenants afin de favoriser les échanges

5. Les Maisons d'Espoir, une cuisine partagée à Vitry sur Seine

RÉSULTATS ET IMPACTS, QUANTITATIFS ET QUALITATIFS

Le programme connaît un grand succès. Il est plébiscité par les familles dont 400 sont sur liste d'attente à ce jour. Il a été aussi très apprécié bien accueilli par les personnes du quartier, notamment les "jeunes de quartier" qui s'étaient appropriés l'espace auparavant et qui soutiennent maintenant le projet.

Pour les bénéficiaires, cette initiative propose bien plus qu'une simple cuisine, elle est le lieu "d'échanges extraordinaires" entre les participants et permet la médiation entre différentes cultures.

ORIGINALITÉ

L'originalité du programme réside dans l'accompagnement "global" des bénéficiaires (cuisine, aide alimentaire, aide administrative) mais aussi dans son caractère informel qui permet de faire du "sur-mesure" et de répondre aux besoins des familles au-delà des besoins matériels et administratifs.

PARTENARIAT(S)

Cette initiative est très soutenue par les institutions dont la mairie de Vitry. Elle a bénéficié du soutien financier de l'Etat pour le démarrage et le relai a été pris par la DRIHL. Plusieurs associations sont partenaires dont les potagers de Marianne à Rungis. D'autres appels à projets sont en cours.

RETOUR D'EXPÉRIENCE

Difficultés et/ou obstacles rencontrés pendant la mise en œuvre :

L'initiative est "victime de son succès" avec une liste d'attente de 400 bénéficiaires potentiels. Le lieu n'est pas assez grand pour accueillir plus de monde, d'autant plus qu'un projet de domiciliation est prévu dans le futur.

Solutions adoptées pour répondre aux difficultés et/ou obstacles :

Un lieu plus grand est en cours de recherche ainsi que la réponse à un appel à projet de la fondation Carrefour.

Améliorations futures possibles :

Changer de local et avoir plus de ressources afin de pouvoir étendre le programme à plus de bénéficiaires et de diversifier l'accompagnement des familles (service de domiciliation à venir entre autres).

Présentation des facteurs de réussite et conseils pour une généralisation ou un essaimage :

- Analyse des besoins pertinente
- Réponses à plusieurs appels à projet et lien direct avec les institutions
- Adaptabilité au public et réelle écoute envie de répondre à leurs besoins
- Communication et bon relationnel avec les habitants

RESOLIS

RECHERCHE ET
ÉVALUATION DE
SOLUTIONS
INNOVANTES ET
SOCIALES



www.resolis.org

Suivre l'actualité RESOLIS sur les réseaux sociaux



[associationresolis](#)

Nous contacter



01 56 81 64 48



contact@resolis.org



150-154 rue du Faubourg St Martin - 75010 Paris



Association Loi 1901