



Rapport complémentaire
de la recherche-action

PASSERELLE PLUS

Enquête qualitative
auprès des usager·ère·s



Projet porté par :



Avec le soutien de :



Réception et usages du dispositif Passerelle Plus par les ménages participants

Rapport d'enquête qualitative

Thomas Demazières
INRAE UMR MoISA
Août 2025

Rapport complet de la recherche-action Passerelle plus
disponible sur passerelle-plus.hub.inrae.fr



Résumé

CONTEXTE

Dans le cadre du projet Passerelle Plus, 342 ménages de la ville de Montreuil ont reçu un transfert monétaire sous la forme d'une carte « Cohésia » pendant une période de 4 mois. En même temps, il leur a été proposé de participer à un atelier de sensibilisation sur l'alimentation durable et de prendre rendez-vous auprès d'une coordinatrice sociale attachée au projet. Cette étude vise à comprendre la réception et l'appropriation des différents volets du dispositif par les ménages participants.

MÉTHODES

Des participants au projet Passerelle Plus ont été sélectionnés pour participer à des entretiens semi-directifs individuels (n=20) portant sur le dispositif dans son ensemble, et à un focus group (n=8) portant sur le volet « orientation sociale » du dispositif. Les propos recueillis ont été analysés en suivant la méthode de l'analyse de contenu, afin de restituer les contextes personnels dans lesquels le dispositif prend place et ses mécanismes d'impact.

RÉSULTATS

L'augmentation en quantité et en qualité des achats alimentaires permise par le transfert monétaire est vécue comme un soulagement par les ménages participants, qui déclarent également en apprécier les modalités. L'augmentation des ressources financières des personnes interrogées semble les avoir aidées dans la mise en pratique des recommandations de l'atelier de sensibilisation à l'alimentation durable, qui se heurte néanmoins à certaines limites. On remarque également un haut niveau de satisfaction vis-à-vis de la dimension sociale et participative de l'atelier. Enfin, la qualité du contact et la disponibilité des coordinatrices sociales du projet contrastent fortement avec les expériences passées de l'accompagnement social chez les enquêtés, souvent marquée par la saturation des services sociaux.

CONCLUSIONS

Le budget supplémentaire alloué par le transfert monétaire a permis d'améliorer la situation alimentaire des personnes rencontrées, tant en termes de quantité que de qualité, notamment en permettant de consommer plus d'aliments considérés comme sains. Cela se double d'une amélioration de leur situation psychologique, qui passe notamment par la réduction de la charge mentale que représente les courses et la capacité de consommer d'une manière perçue comme digne, y compris dans leurs achats non-alimentaires. Le contenu de l'atelier de sensibilisation a été apprécié, malgré des niveaux de connaissance préalables inégales entre les participants. L'augmentation budgétaire dû au transfert monétaire, et surtout l'aspect collectif et participatif de l'atelier semblent être des vecteurs d'adhésion importants. On retrouve cette importance du lien social dans l'appréciation particulièrement prononcée de la disponibilité et de la qualité du contact des coordinatrices sociales du projet, contrastant fortement avec une majorité des expériences passées du travail social chez les personnes interrogées.

1- Contexte	7	5- Discussion des résultats	30
2- Problématisation	8	5 • I - Transfert monétaire : un effet vérifié sur la précarité alimentaire qui se répercute sur la santé physique et mentale des personnes	30
3- Méthodologie	9	5 • I. a - Malgré d'importants besoins, les multiples raisons du non-recours à l'aide alimentaire classique...	30
3 • I - Entretiens individuels	9	5 • I. b - ...Contrastant avec la réduction avérée de l'insécurité alimentaire permise par le transfert monétaire	30
3. I. a - Élaboration de la grille d'entretien	9	5 • I. c - L'impact du TM sur la capacité à se conformer aux indications de santé	31
3. I. b - Échantillonnage	9	5 • I. d - Précarité alimentaire et santé mentale : l'effet du transfert monétaire sur la charge mentale pesant sur les ménages	31
3 • II - Focus Group	11	5 • II - Comprendre l'utilisation du TM par les ménages au regard des normes sociales de consommation	32
3 • II - Méthode d'analyse	12	6 • II. a - Les achats non-alimentaires permis par le TM permettent aux ménages participants d'avoir une consommation perçue comme digne	32
4- Résultats	13	6 • II. b - L'utilisation du TM au regard des normes sociales de parentalité vis-à-vis de l'alimentation des enfants	32
4 • I - La Carte Cohésia : un soulagement financier et psychologique, principalement investi au profit des achats alimentaires et des enfants du ménage	13	5 • III - Les impacts combinés de l'atelier et du TM sur les pratiques alimentaires des ménages	33
4 • I. a - Une appréciation partagée des modalités du transfert monétaire	13	5 • III. a - Le parcours médical et les origines des participants influent sur les connaissances préalables à l'atelier en matière d'alimentation et de santé	33
4 • I. b - L'augmentation du budget : un soulagement pour les ménages faisant face à d'importantes contraintes financières	14	5 • III. b - Une modification des pratiques alimentaires principalement motivée par la santé mais limitée par les contraintes économiques et pratiques des ménages	34
4 • I. c - Achats alimentaires : une augmentation de la quantité et une amélioration de la qualité perçue de l'alimentation	15	5 • III. c - La consommation de viande des ménages : une prise de conscience différenciée entre son impact sur la santé et sur l'environnement	34
4 • I. d - Achats non-alimentaires : l'importance de prendre soin de ses enfants et de porter attention au regard d'autrui	17	5 • III. d - Le TM et la dimension collective de l'atelier renforcent l'adhésion autour de l'alimentation durable	35
4 • I. e - Mise en perspective avec l'aide alimentaire	18	5 • IV - Orientation sociale : une accessibilité des coordinatrices qui contraste avec les barrières habituelles d'accès à un suivi social	35
4 • II - Atelier de sensibilisation à l'alimentation durable : une satisfaction déclarée élevée pour des changements limités dans la pratique	19	5 • IV. a - Barrières institutionnelles : des difficultés connues entravant l'efficacité de l'offre d'accompagnement social	36
4 • II. a - Une adhésion générale aux contenus de l'atelier	19	5 • IV. b - Contraintes horaires des mères : la précarité comme travail à temps plein	36
4 • II. b - Une modification des pratiques, malgré des obstacles	21	5 • IV. c - Le contact personnel et la disponibilité des coordinatrices sociales et de l'équipe du projet comme vecteur d'adhésion et de satisfaction des participants	37
4 • II. c - Une forte appréciation de la dimension sociale de l'atelier	22		
4 • II. d - Une satisfaction exprimée élevée, malgré quelques critiques vis à vis de la durée de l'atelier	23		
4 • III - Orientation Sociale : des expériences passées communes et une appréciation partagée du lien avec les coordinatrices du projet	24		
4 • III. a - Les difficultés rencontrées dans l'accès à un accompagnement social : des obstacles personnels et institutionnels communs	24		
4 • III. b - Le contact personnel et la disponibilité des coordinatrices sociales : un élément central dans l'appréciation du volet social du projet Passerelle Plus	26		
4 • III. c - Démarches et accès aux droits : des problématiques variées et une autonomisation limitée des personnes	27		
		6- Conclusion	38
		BIBLIOGRAPHIE	40

1 Contexte

Le Projet Passerelle Plus est un projet de « recherche-action », porté en collaboration par Action Contre la Faim (ACF), la Fondation Armée du Salut (FADS) et l'Institut National de Recherche pour l'Agriculture l'Alimentation et l'Environnement (INRAE). Son objectif est d'évaluer l'efficacité et les processus de mise en œuvre du dispositif « Passerelle Plus » sur la précarité alimentaire de ménages précaires dans la ville de Montreuil. Le dispositif s'articule autour de trois volets distincts : un transfert monétaire non-fléché et inconditionnel de 4 mois, un atelier collectif de sensibilisation à l'alimentation durable, et un rendez-vous d'orientation sociale individuel.

Le volet « transfert monétaire » (ci-après « TM ») du dispositif Passerelle Plus se matérialise par une carte Cohésia, du même format qu'une carte bancaire classique, indépendante du compte bancaire habituel des ménages. Il s'agit d'une aide non-fléchée, c'est-à-dire que son usage n'est pas limité à certains types de produits ou de magasins, les ménages récipiendaires pouvant aussi l'utiliser pour retirer de l'argent liquide. L'aide s'élevait à 60 euros par mois et par personne dans le ménage, un montant censé correspondre à deux semaines d'approvisionnements alimentaires minimums nécessaires pour une personne (Maillot et al. 2017). L'aide était transférée sur la carte Cohésia des participants au début de la deuxième moitié de chaque mois.

L'atelier de sensibilisation à l'alimentation durable prenait la forme d'une discussion de deux heures, animée par un(e) diététicien(ne) formé(e) au déroulement de l'activité. Cette discussion était structurée autour de visuels d'animation et se basait sur les échanges des participants en encourageant la prise de parole et le partage de leurs pratiques alimentaires. La participation à l'atelier n'était pas obligatoire pour bénéficier du reste du dispositif Passerelle Plus et se faisait sur la base du volontariat. Les personnes qui y prenaient part étaient rassemblées en groupe pouvant rassembler jusqu'à une dizaine de personnes.

Enfin, le volet « orientation sociale » du dispositif était incarné par deux coordinatrices sociales de la FADS. Chaque participant se voyait proposer un rendez-vous avec l'une d'elles, les personnes n'ayant aucun suivi social au sein d'une autre structure étant prioritaires. En fonction des besoins des personnes accompagnées, plusieurs rendez-vous pouvaient être accordés à une même personne en l'espace de plusieurs mois. L'objectif de ce volet était principalement d'aider les personnes dans la conduite de leurs démarches, de les informer sur leurs droits et de les orienter vers des structures existantes en fonction de leurs besoins.

Au total, 342 ménages et 1272 personnes ont participé au dispositif Passerelle Plus. Leur identification a pu se faire grâce au dense réseau d'acteurs sociaux et d'associations présent sur le territoire montreuillois. Pour évaluer l'efficacité du dispositif, les ménages ont été divisés aléatoirement en deux groupes : un groupe « intervention » et un groupe « contrôle ». Les ménages du premier groupe ont reçu le transfert monétaire dès le mois de septembre ou d'octobre 2024. Ils se sont vus proposer de participer à l'atelier alimentation et d'obtenir un rendez-vous d'orientation sociale pendant les mois qui suivaient. Le deuxième groupe a pu bénéficier des trois volets du dispositif une fois les différentes phases d'enquête terminées, à partir d'avril 2025.

Une étude quantitative a été menée en trois temps. En septembre 2024, une première enquête a permis de caractériser la position socio-démographique des ménages et d'estimer les indicateurs relatifs à leur précarité alimentaire et à leur bien-être. Ces données ont été à nouveau collectées pendant les deux phases d'enquête suivantes, respectivement 3 et 6 mois après la phase initiale.

Le présent rapport décrit **la méthodologie et les résultats d'une étude qualitative menée auprès des ménages participants**. Cette étude s'inscrit dans l'évaluation des processus de mise en œuvre du dispositif, en complément de l'étude quantitative, et vise à **restituer les expériences subjectives des ménages vis-à-vis du dispositif Passerelle Plus**. L'objectif est de permettre **une compréhension plus fine des attentes des ménages** par rapport aux différents volets du dispositif, de **leurs usages du dispositif**, de **leurs effets** qu'ils en perçoivent et de **la satisfaction** qu'ils retirent de leur participation.

2 Problématisation

En France, le droit à l'alimentation fait l'objet d'une « faible protection juridique » et **les mesures apportées pour palier à la précarité alimentaire**, définie comme une situation dans laquelle l'accès à une alimentation suffisante et de qualité n'est pas garanti, **se limitent souvent à l'aide alimentaire** (Ramel 2022; Cavaillet et al. 2021). Loin de représenter une solution pour l'ensemble des ménages en situation de précarité alimentaire, une majorité d'entre eux n'y a pas recours, notamment en raison du sentiment de honte qui y est associé ou d'un manque de connaissance vis-à-vis des dispositifs existants (Bléhaut et al. 2023; Fondation Nestlé France 2024). L'offre alimentaire de ces dispositifs est également critiquée, l'équilibre nutritionnel des denrées distribuées n'étant pas assuré et les besoins des différents publics et territoires étant inégalement couverts (Le Morvan et Wanecq 2019; Cavaillet et al. 2021). Cette inadéquation peut conduire les bénéficiaires à se forcer à consommer des aliments qu'ils n'apprécient pas, voire à les donner ou à les jeter (ACF 2020).

Face à ces difficultés, **les transferts monétaires**, définis par le réseau CALP comme l'« ensemble des programmes d'assistance qui prévoient la distribution directe aux bénéficiaires d'un instrument de paiement sans remboursement », **font figure de solution plus efficace** (Loopstra 2018). Ce type de programmes disposerait de **plusieurs avantages : la possibilité du choix, une meilleure intégration dans le tissu économique local et un rapport coûts-bénéfices plus avantageux que l'aide en nature** (ACF 2020). Une revue de la littérature scientifique portant sur les programmes de transferts monétaires réalisés dans des pays dits « développés » fait état d'un impact positif sur la sécurité alimentaire des bénéficiaires (Sarker et al. 2024; ANSA 2024), ainsi que sur leur consommation de produits sains (ACF 2020; ANSA 2024). Certaines initiatives combinent un transfert monétaire avec une action éducationnelle vis-à-vis de la nutrition, mais la littérature ne fait pas ressortir de consensus clair sur l'impact de cette dernière (An 2013; ANSA 2024).

Les propositions de transfert monétaire comme politique publique de lutte contre la pauvreté, particulièrement lorsqu'ils sont non-fléchés, se heurtent cependant à la peur de leur mésusage. En effet **les personnes précaires font l'objet d'un « soupçon »**, qui est à la fois une attitude morale et une pratique d'action publique qui pèse à leur encontre, séparant les « bons » des « mauvais » pauvres sur la base de la responsabilité et du mérite individuels (Frigoli 2007). Les usages que les personnes précaires font de leur argent sont scrutés et jugés au regard des standards des classes moyennes et supérieures, ce qui conduit à négliger ou invisibiliser la rationalité sous-jacente de leurs arbitrages (Colombi 2020).

Appliquées à la nutrition, ces logiques de soupçon et de jugement sont susceptibles d'entraîner une mise en doute de la capacité des ménages précaires à effectuer leurs achats alimentaires de manière efficace d'un point de vue budgétaire et nutritionnel. **Ce préjugé d'une mauvaise alimentation** peut être vécu violemment par les personnes concernées, qui peuvent également se sentir infantilisées par les recommandations institutionnelles ne prenant pas en compte

leurs réalités quotidiennes (Ramel et al. 2016). Des études montrent au contraire que **les consommateurs précaires sont compétents dans leurs stratégies d'achats alimentaires** (Abdelaziz 2025; Gorge et Özçağlar-Toulouse 2013), certains auteurs parlant même d'une « ultrarationalité » de leurs pratiques alimentaires (Darmon et Briand 2001; César 2005). De plus, d'autres études indiquent qu'**ils partagent les préconisations du discours dominant en matière de nutrition saine mais sont empêchés dans la pratique** par leurs conditions financières (Beagan et al. 2016; Chen 2016). Dans ce contexte, certains dispositifs choisissent de miser sur le partage de connaissances entre pairs, via des ateliers collectifs réunissant des personnes en situation de précarité qui leur permettent d'échanger sur leurs pratiques de manière horizontale et non-stigmatisante, à l'instar du programme *Op-ticourses* en France (Cavaillet et al. 2021).

Les dispositifs de lutte contre la précarité **font également face au phénomène du non-recours** de la part de leurs bénéficiaires potentiels, ce qui peut fortement entraver leur efficacité. Il s'agit d'un **phénomène aux causes multiples, comme le manque d'information, l'appréhension de la complexité des démarches, la peur de faire une erreur, ou encore la stigmatisation des bénéficiaires** (Pirus 2023; Gonzalez et Nauze-Fichet 2020). On estime ainsi qu'un cinquième des personnes éligibles au RSA en France sont en situation de non recours durable, c'est-à-dire un non recours pendant trois trimestres consécutifs (Hannafi et al. 2022). Le non-recours aux dispositifs sociaux entraînant un risque accru de pauvreté et d'exclusion, identifier ces situations et les prévenir est un enjeu important pour l'efficacité de l'action publique.

Les données qualitatives recueillies doivent permettre de resituer les arbitrages effectués par les ménages participants dans leur contexte biographique et de fournir ainsi une meilleure compréhension des mécanismes d'impact à l'œuvre, des facteurs favorables ou défavorables à l'efficacité du dispositif Passerelle Plus et des effets perçus par les bénéficiaires pour chacun de ses volets. En prenant en compte ces différents éléments, cette étude a pour objectif de restituer la rationalité des décisions économiques des ménages interrogés dans leur utilisation de l'aide financière apportée par le dispositif Passerelle Plus et l'impact de celle-ci sur leur alimentation et leurs habitudes de consommation. Nous cherchons également à comprendre la réception de l'atelier collectif de sensibilisation à l'alimentation durable par les ménages et ses effets sur leurs pratiques alimentaires. Enfin nous souhaitons resituer les attentes des personnes rencontrées vis-à-vis du rendez-vous d'orientation sociale en les recontextualisant au regard de leurs expériences passées d'accompagnement social, afin de mieux comprendre ce que ce volet du dispositif a pu leur apporter.

3 Méthodologie

Une enquête qualitative a été menée auprès de 28 référents de ménage participant au projet Passerelle Plus, sous forme d'entretiens individuels semi-directifs (n=20) et d'un focus group de deux heures (n=8).

3.1 - Entretiens individuels

Tous les entretiens ont été réalisés dans les centres sociaux de quartier et les locaux des associations de Montreuil, sauf pour un entretien qui a pris place à domicile chez une enquêtée. Les entretiens individuels duraient entre quarante minutes et deux heures en fonction des enquêtées.

3.1.a - Élaboration de la grille d'entretien

La grille d'entretien a été élaborée sur la base des chemins d'impact, identifiés en amont, afin de documenter les différents facteurs influant sur les effets du dispositif. Elle commençait par **une question ouverte** qui permettait d'introduire l'échange en demandant à la personne interrogée de raconter librement **son expérience avec Passerelle Plus**. La suite de l'entretien était structurée en quatre sections, une pour chacun des trois volets du dispositif puis une section qui abordait des questions transversales à l'ensemble du projet.

La section dédiée au transfert monétaire s'intéressait aux effets perçus de la carte Cohésia sur la situation du ménage, aux arbitrages de dépenses – alimentaires ou non – que ceux-ci ont dû faire, et les raisons accompagnant ces décisions. La section se terminait sur une question portant sur l'appréciation des modalités du transfert monétaire.

La deuxième partie du guide d'entretien cherchait à comprendre la complémentarité entre le transfert monétaire et l'atelier de sensibilisation à l'alimentation durable. Elle posait la question de l'expérience de l'atelier et de son appréciation, de son impact sur la vision que les participants ont de leur alimentation, et des changements perçus éventuels sur leurs pratiques alimentaires. Les personnes interrogées étaient ensuite amenées à s'exprimer sur la dimension collective de l'atelier et leur appréciation des échanges avec les autres participants.

La troisième section portant sur le volet social était découpée en trois sous-sections, demandant tout d'abord aux participants de retracer leurs expériences du travail social antérieures au projet Passerelle Plus, puis leurs attentes préalables au rendez-vous proposé par Passerelle Plus, ce que ces rendez-vous leur avaient apporté et s'ils avaient modifié leur perception du travail social dans son ensemble. La fin de cette section portait sur la situation des personnes à la fin du projet Passerelle Plus ainsi que leurs besoins restants en matière de suivi social.

Enfin, la dernière partie du guide d'entretien se composait de questions transversales à l'ensemble du projet et cherchait à faire ressortir plus clairement la complémentarité entre les différents volets du dispositif.

3.1.b - Échantillonnage

L'identification des personnes rencontrées en entretien individuel s'est faite **sur la base du volontariat**. Nous avons demandé à l'ensemble des ménages rencontrés lors de la deuxième phase d'enquête quantitative s'ils seraient ouverts à participer à un entretien qualitatif, ce qui nous avait donné une première liste de 148 ménages.

Parmi les volontaires, nous avons sélectionné **les personnes faisant partie du groupe intervention**, qui avaient donc déjà obtenu les quatre versements de la carte Cohésia, les personnes du groupe contrôle ne recevant leur premier transfert monétaire que quelques mois plus tard, ce qui a réduit cette liste à 78 ménages. Étant donné que nous voulions interroger les effets perçus et la réception des deux autres volets du dispositif, nous avons **priorisé les personnes ayant aussi participé à l'atelier de sensibilisation à l'alimentation durable et ayant déjà eu au moins un rendez-vous auprès d'une des coordinatrices sociales du projet**. Sur base déclarative, seules 8 personnes rassemblaient ces critères.

Cette deuxième phase d'enquête quantitative prenant place plusieurs mois après le début du projet, et donc après les premiers rendez-vous d'orientation sociale et les ateliers, certaines personnes interrogées déclaraient ne pas avoir participé à ces volets du projet alors que nos archives ou les coordinatrices sociales de la FADS pouvaient témoigner du contraire. Les coordinatrices sociales nous ont ainsi aidé à compléter notre échantillon en nous indiquant d'autres personnes correspondant à nos critères et qui étaient dans la liste des personnes intéressées pour participer à l'entretien qualitatif.

Après cette phase de vérifications, nous avons donc 20 personnes volontaires ayant participé aux trois volets du dispositif Passerelle Plus. Notre objectif initial étant de rencontrer 20 ménages et sachant qu'il était probable que nous n'arriverions pas à joindre quelques-unes des personnes de cet échantillon, nous l'avons complété par une liste de 7 personnes n'ayant pas participé à l'atelier de sensibilisation. Nous avons donc contacté l'ensemble des 20 personnes de notre première liste pour leur proposer un entretien, et voyant que certaines n'étaient plus intéressées ou non disponibles nous avons contacté une partie des personnes de la liste complémentaire. Au sein de cette deuxième liste, nous avons priorisé les personnes francophones et évité deux personnes qui semblaient avoir une situation psychologiquement et moralement trop difficile pour être sollicitées. À noter également que nous nous sommes rendus compte pendant les entretiens qu'une des personnes de notre première liste, qui avait déclaré avoir eu un rendez-vous d'orientation sociale pendant l'enquête quantitative, ne l'avait en fait pas fait.

Au final, nous nous sommes ainsi entretenus avec **16 personnes ayant participé aux trois volets du projet, complétées par trois personnes n'ayant pas participé à l'atelier et par une personne n'ayant pas eu de rendez-vous d'orientation sociale**.

Le tableau suivant résume les caractéristiques principales des personnes interrogées en entretien individuel :

Le nombre de ménages correspondant à nos critères initiaux étant trop réduit pour faire une sélection plus poussée, cet échantillon final ne reflète pas exactement les caractéristiques de l'ensemble des ménages participant au projet Passerelle Plus. **Les hommes** ayant été particulièrement difficiles à mobiliser, ceux-ci sont **sous-représentés** par rapport au public de Passerelle Plus. Ainsi nous n'avons rencontré qu'un seul homme pendant les entretiens, soit 5 % de l'échantillon alors que 18 % des référents ménage du projet sont des hommes.

Hormis la question du genre, les différences de caractéristiques entre notre échantillon et l'ensemble des ménages du dispositif Passerelle Plus sont relativement faibles. Ainsi, on note des proportions similaires pour les personnes seules sans enfant (15 % dans l'échantillon, 19 % dans l'ensemble du projet), pour les couples sans enfants (Respectivement, 10 % et 6 %), les familles monoparentales (35% contre 38 %) et pour les couples avec enfants (40 % contre 37 %).

Identifiant	Type de ménage	Nombre de personnes dans le ménage	Nombre d'enfants mineurs du ménage	Âge	Genre
1**	Couple sans enfant	2	0	78	femme
2		2	0	65	femme
3	Couple avec enfants/ personnes à charge	3	0	54	femme
4*		3	1	25	femme
5		3	1	49	femme
6		6	4	31	femme
7		6	3	43	femme
8		7	5	39	femme
9		4	1	44	femme
10		4	2	40	femme
11	Famille monoparentale avec enfants / per- sonnes à charge	3	1	58	femme
12*		4	3	40	femme
13		5	3	39	femme
14		4	2	64	femme
15		3	2	31	femme
16		3	2	40	femme
17		2	0	73	femme
18*	Personne seule sans enfant	1	0	56	Homme
19		1	0	48	femme
20		1	0	63	femme

* n'a pas participé à l'atelier de sensibilisation sur l'alimentation durable
** n'a pas eu de rendez vous d'orientation sociale au moment de l'enquête

3 • II - Focus Group

Le focus group durait deux heures, il a eu lieu le 20 mars, un jeudi après-midi, dans un local prêté par la Mairie de Montreuil situé dans le quartier du Bas Montreuil. Il était encadré par deux animatrices, Salomé Linglet, cheffe de service à la Fondation armée du Salut et Sophie Locht, chargée du projet Passerelle Plus, accompagnées par l'auteur de cette étude qui était présent en observation et prise de notes. Les 2 animatrices ne connaissaient pas les trajectoires personnelles des personnes présentes et il a été précisé à plusieurs reprises que le contenu du focus groupe serait anonymisé et ne serait pas transmis aux coordinatrices sociales. 8 participants à Passerelle Plus sont venus.

Le focus group était structuré autour de plusieurs temps. Il commençait par un temps d'accueil et de mise en contexte, c'est-à-dire un rappel du projet Passerelle Plus et de ses objectifs, ainsi que de l'objectif du focus group qui est de mieux comprendre leur expérience du volet social du dispositif. Cette mise en contexte était suivie par un temps de cadrage qui visait à rappeler les règles de prise de parole et de participation, le principe de non-jugement et la confidentialité des échanges.

Après un premier tour de parole brise-glace, les participants étaient invités à participer à un atelier de photolangage visant à faire ressortir leurs perceptions de ce qu'est le travail social. Ils devaient choisir parmi une sélection de photos celle qui correspondait le mieux à leur vision du travail social, s'ensuivait un tour de parole où chaque personne présentait la photo choisie au reste du groupe et les raisons pour lesquelles elle leur évoquait le travail social.

L'atelier de photolangage était suivi d'un atelier « pictogrammes », qui portait plus directement sur l'orientation sociale proposée par Passerelle Plus. On présentait aux participants des pictogrammes représentant les différentes thématiques qu'ils ont pu aborder en entretien avec les coordinatrices sociales. Dans un premier temps individuel, ils devaient sélectionner les thématiques qu'ils voulaient aborder avant d'aller en entretien, et les thématiques sur lesquelles ils ont pu obtenir de l'aide grâce à Passerelle Plus. Les animatrices proposaient ensuite de discuter collectivement de ces thématiques, de l'aspect relationnel du suivi auprès des coordinatrices du projet, ainsi que des sujets sur lesquels ils n'ont pas pu obtenir de réponse.

Pour finir, un dernier tour de discussion amenait les participants à discuter de la fin du projet et donc de l'arrêt des rendez-vous avec les coordinatrices sociales du projet, comment ils le ressentent et ce qu'ils comptent faire pour la suite.

Pour établir notre échantillon pour le focus group, nous avons suivi la même méthodologie de base que pour les entretiens en repérant les personnes volontaires du groupe « intervention » ayant déjà obtenu un rendez-vous d'orientation sociale pendant la deuxième phase de l'enquête quantitative. De plus, nous avons cherché à ne sélectionner que des personnes différentes de l'échantillonnage des entretiens individuels, à la fois pour éviter les redondances dans les propos recueillis et pour ne pas sur-solliciter les personnes. Au final, huit personnes ont été sélectionnées pour y participer et toutes celles ayant confirmé par téléphone sont venues. Le focus groupe a commencé avec 30 mn de retard et a duré environ une heure trente. Une personne est venue avec ses deux enfants.

Les hommes sont encore une fois sous-représentés et les personnes seules sont absentes. Le tableau suivant résume les caractéristiques de ces participants :

Identifiant	Type de ménage	Taille de ménage	Nombre d'enfants mineurs du ménage	Âge	Genre
21	Famille monoparentale avec enfants / personnes à charge	6	1	59	femme
22		2	0	76	femme
23		2	1	48	Homme
24	Couple (conjoint ou amis) avec enfants/ personnes à charge	3	0	62	femme
25		4	2	29	femme
26		7	4	49	femme
27		5	3	31	femme
28		5	3	31	femme

3 • II - Méthode d'analyse

Les entretiens réalisés et le focus group ont été enregistrés, retranscrits puis analysés en suivant la méthode de l'analyse de contenu. Des grilles d'analyse ont été préparées, en suivant la structure générale du guide d'entretien et des questions abordées dans le focus group, avec pour objectif de comprendre le fonctionnement des chemins d'impact identifiés et de leurs étapes. Une grille d'analyse spécifique au focus group a été conçue sur le même principe. Les citations identifiées comme pertinentes ont été extraites et regroupées par thématiques au sein de ces grilles, afin de distinguer les convergences et les variations entre les discours des enquêtés et d'en restituer les causes socio-démographiques (Paillé et Mucchielli 2012). Notre approche se base sur un cadre d'évaluation dédié aux interventions complexes développé notamment par Moore et al. (2015) et vise à restituer les contextes personnels dans lesquels le dispositif Passerelle Plus prend place, le processus d'implémentation du dispositif auprès de ses bénéficiaires, ainsi que les mécanismes d'impact influant sur les résultats observés.

L'analyse des données qualitatives recueillies s'est faite en suivant le découpage des grilles d'analyse et du guide d'entretien, c'est-à-dire en suivant les chemins d'impact des différents volets du dispositif et en identifiant les points sur lesquels ces volets se complétaient. Nous nous sommes d'abord intéressés à l'appropriation de la carte Cohésia par les ménages, à l'impact du budget supplémentaire alloué par le TM sur leurs pratiques de consommation et à la perception qu'ils ont de l'évolution de leur situation. Nous avons ensuite étudié la réception et l'adhésion aux connaissances présentées pendant l'atelier de sensibilisation à l'alimentation durable, les effets de ces apprentissages sur les pratiques alimentaires, ainsi que l'impact de la dimension collective de l'atelier sur l'expérience des participants, tout en portant une attention particulière à la complémentarité entre ce volet du dispositif et le TM. Enfin, nous avons voulu comprendre les contextes personnels dans lesquels se plaçait le volet « orientation sociale » du dispositif en analysant les expériences passées et la perception du travail social chez les ménages participants, ainsi que les difficultés rencontrées dans leur parcours. Cette contextualisation permettait de mieux saisir les chemins d'impact de ce volet, en restituant les problématiques abordées en rendez-vous et l'appréciation du contact personnel auprès des coordinatrices sociales.

PASSERELLE PLUS

LES DONNS ALIMENTAIRES REÇUS

DONATEUR	ALIMENT	QUANTITE-UNITE
Restos du Cœur	Tomates	1 kg
	Riz	1 paquet de 500 gr
	Fromage	4 portions de 25 gr
Voisine	Gâteau au chocolat	6 parts
	Concombres	x 2

LES DONNS ALIMENTAIRES REÇUS

DONATEUR	ALIMENT	QUANTITE-UNITE
A pitié	Café Biancoccia	250 gr
	Couscous	500 gr
	Farine de blé	1000 gr
	Riz	Poids net 500 gr
	Lentilles vertes	
	Lait demi-crème	1 l
	Huile de tournesol	1 l
	saucisse de vanille Bio	
	carotte	

4 Résultats

4 • I - La Carte Cohésia : un soulagement financier et psychologique, principalement investi au profit des achats alimentaires et des enfants du ménage

Des entretiens qualitatifs, il ressort que les modalités du transfert monétaire (TM) ont été particulièrement appréciées, les personnes interrogées faisant état d'un soulagement financier et psychologique. Néanmoins, la durée de l'aide est évaluée par une partie de l'échantillon comme étant trop courte, et la plupart estiment être revenus à leur situation de départ deux mois après la fin du TM. L'argent du dispositif a été principalement investi dans l'alimentaire, notamment la viande et les légumes, et a permis de réduire, voire de faire disparaître, le sentiment de manque pendant la durée du versement. Pour une partie significative des personnes interrogées, l'aide a aussi permis d'avoir accès à de la nourriture perçue comme étant de meilleure qualité et plus saine. Les enfants et leur bien-être occupent une place particulièrement importante dans les discours des mères, et représentent un des principaux postes de dépense dans lequel le TM a été investi. Enfin, on note un désintérêt pour les circuits classiques de l'aide alimentaire en nature, principalement en raison d'une inadéquation de l'offre, ainsi que de l'investissement chronophage qu'ils nécessitent.

4 • I. a - Une appréciation partagée des modalités du transfert monétaire

La date des transferts, en début de la deuxième moitié de chaque mois, est appréciée par les ménages rencontrés. Les prestations sociales sont généralement perçues en début de mois, et sont souvent directement investies pour des dépenses incompressibles comme le loyer ou les factures. **Les fins de mois sont souvent vécues comme des périodes de privation**, qui amènent les foyers à se serrer la ceinture pour continuer à se nourrir jusqu'au mois suivant. Le versement du TM permet ainsi de **relâcher cette nécessité de privation en prenant le relai des aides versées en début de mois**.

« Et j'attendais le 14 du mois, comme si c'est vraiment... je vais avoir une grosse paye ou un truc. Parce qu'il, on va dire, on bouche les trous du début du mois. Parce que le début du mois, souvent, il part dans le découvert que tu as déjà à la banque. Du coup, tu payes le loyer en priorité, tout ça. Donc, vers le 14, tu n'as plus rien, pratiquement. »

FEMME DE 58 ANS EN FAMILLE MONOPARENTALE
VIVANT AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

Parce que je me retrouvais en fin de mois, des fois, au bout d'une semaine, je n'avais plus rien, en fait. J'avais plus de moyens. Et là, avec cette carte-là,

bah, quand ça venait le 20... Pour moi, c'est mieux. Parce qu'on a la CAF au début du mois, donc on se dit, le 5, bah, ça peut nous sauver au moins jusqu'au 20. Et le 20, si on a ça, bah, ça peut nous sauver jusqu'à la fin du mois, quoi. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
4 ENFANTS À CHARGE

Le format sous lequel le TM a été distribué semble également particulièrement pertinent au regard des besoins exprimés. Ainsi, la possibilité de se rendre dans n'importe quel commerce, et notamment de **pouvoir retirer de l'argent liquide pour faire ses courses au marché**, est très appréciée. Certaines expriment un sentiment de fierté d'avoir pu faire les courses comme elles le voulaient, d'une manière perçue comme normale.

« Un jour, je devais acheter les médicaments, mais il fallait des espèces. Je n'avais pas sur ma carte personnelle, et j'étais obligée de tirer 20 euros dedans pour acheter. Et beaucoup de marchés, par exemple, des choses que j'achète ici au marché de Croix de Chavaux, les après-midis, au marché, ils n'ont pas la carte. Alors, de temps en temps, j'ai tiré pour aller acheter en espèce. »

- FEMME DE 63 ANS VIVANT SEULE

« Je mets ma carte et il prend l'argent. Il accepte. Il a mis, même à Lidl, on accepte la carte. Partout, on accepte cette carte. [...] C'est quand même des sous. J'étais trop fière. J'étais trop fière que j'ai 180 euros [...] Je fais ce que je veux avec. On m'a donné pour faire des courses. »

- FEMME DE 54 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
UN ENFANT À CHARGE

Pour les femmes vivant en couple, la possession d'une carte indépendante des comptes en banque du ménage **permettait de prendre une certaine indépendance vis-à-vis du mari** dans la gestion financière du foyer.

« Enquêtée : Mais maintenant, quand j'utilisais la carte, je vois qu'il y a la carte pour me secourir, ça me faisait comme c'était mon secours. Pour protéger, au lieu que je veux demander à son papa, pour payer les couches, ça m'a fait mieux. Enquêteur : Et vous auriez fait comment si vous n'avez pas eu la carte sur cette période ? Enquêtée : On se débrouillait comme ça. C'est que son papa me donne, c'est comme ça que je mange. [...] Ça me faisait indépendant avec. C'était bien avec. J'ai acheté ce que je voulais, ça, que je lui demande. Et il vient trouver que j'ai déjà acheté ce qu'il faut à la maison. J'étais tranquille, moi aussi je suis tranquille. »

- FEMME DE 25 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
UN ENFANT À CHARGE

« Ça m'a aidée parce qu'en fait, des fois, mon mari n'est pas payé en temps et en heure. Donc, ça m'a aidée quand même pour quelques courses, par exemple. Des fois, des choses personnelles, vis-à-vis de moi, en tant que femme. [...] Comme ça, au moins, même si mon mari, même s'il n'est pas là avec moi, au moins, bon, quand j'ai de l'argent, je lui demande pas. »

- FEMME DE 44 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
2 ENFANTS À CHARGE

4 • I. b - L'augmentation du budget : un soulagement pour les ménages faisant face à d'importantes contraintes financières

Une majorité des ménages rencontrés **évoquent de manière spontanée l'inflation** des dernières années comme étant une source supplémentaire de tension pesant sur leur budget et sur leurs choix. Une tension qui peut être exacerbée par d'autres événements survenus dans leur vie, comme une séparation ou la perte d'un emploi. Dans ce contexte, les dispositions que les personnes doivent prendre pour continuer à se fournir en nourriture – « chasse aux promos » et multiplication des lieux d'approvisionnement – peuvent représenter **une charge mentale particulièrement chronophage, voire angoissante**.

« Bon, je vais tout le temps chercher les promos, quoi, en fait. C'est casse-tête aussi. Tout le temps, pas pouvoir se payer ce qu'on veut. C'est casse-tête aussi, pour faire les courses. Des fois, j'ai dit, ouais, tout est cher. Enfin, ça me déprime un peu de devoir faire les courses, quoi. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

Dans ce contexte, il ressort que la réception des virements par la carte Cohésia permet un **relâchement des différentes stratégies d'adaptation** que les personnes rencontrées doivent déployer pour faire les courses. Elles déclarent moins ressentir le besoin d'investir du temps et de l'énergie dans la recherche du moindre prix, de ne plus devoir faire les comptes en permanence. Le mot « **soulagement** » est revenu régulièrement pour qualifier le changement induit par le TM, le contraste avec leur situation habituelle amenant certains à parler de « **courses plaisir** ». Cette notion de plaisir est particulièrement associée au fait de pouvoir se permettre d'acheter autre chose que les produits les moins chers, notamment au niveau des viandes.

« Ça fait du bien. De pas pouvoir compter, enfin, de tout... Parce que je compte tout. Tout ce qu'on achète, on compte, on fait attention. Et là, bah, je pouvais me permettre de dépasser de 10 euros, 13, 20. Donc, euh... Ça va. Ouais, c'était bien. [...] Ça m'a soulagée [...] Ça enlève un stress et on dort beaucoup mieux, quoi. Quand on dort sans pouvoir faire les comptes, etc. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

« Franchement, des courses de plaisir, je vais vous dire. Sincèrement, mais quand je vous dis des courses de plaisir, c'est vraiment des courses de plaisir. En fait, c'était comme ça que ça m'a permis de me combler mes familles en fait, sans même rentrer à découvertes, parce que tous les mois, je rentre à des découvertes de 600 euros à cause des budgets de course et tout ça,

600, 700. [...] »

[M]a carte me servait vraiment à acheter des choses que je ne pouvais pas. Je vous donne un exemple, il y avait des fois, il y avait une fois, carrément, j'ai voulu leur faire plaisir. Je suis parti, j'ai acheté des côtelettes d'agneau. Mais, beaucoup de côtelettes d'agneau, en fait. Et ça, c'est le truc où tu vas te restreindre pour l'acheter dans le moins, en fait, avec ton argent. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
5 ENFANTS À CHARGE

« [P]our la nourriture, par exemple, je cherche toujours le moins cher [...] pour qu'on arrive à s'en sortir jusqu'à la fin du mois. Et avec la carte, même si c'est [quelques] fois par mois, on arrive à se faire plaisir. C'est-à-dire d'aller dans un rayon où il y a, par exemple, des viandes, au lieu d'acheter au marché, je vais aller dans la boucherie pour acheter des viandes de qualité, au moins deux fois par mois. Mais avant, je faisais pas ça. Je cherche toujours de moins cher pour se nourrir parce que j'ai quatre enfants quand même à charge. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

Certaines personnes interrogées évoquent une sorte de **retour à des standards de vie antérieurs**, avant l'augmentation de l'inflation ou d'autres événements personnels (perte d'emploi, divorce...). Cependant, cette amélioration perçue par les ménages **semble déjà s'être estompée au moment de l'enquête**, deux mois après la réception du dernier virement. Plusieurs personnes déclarent ainsi qu'elles auraient souhaité que le transfert dure plus longtemps.

« J'ai pu acheter des trucs que j'avais arrêté d'acheter. C'est-à-dire la viande. Il y a beaucoup de choses qui sont très très chères aujourd'hui. Et du coup, il y a plein de choses que j'avais arrêté de manger. Ou même des activités que je ne pouvais pas me permettre de faire avec les petits. Donc là, franchement, on en a assez bien profité déjà avec les enfants. Donc ça va. C'était très bon. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

« Oui, tu sens que ça, on va dire, ça a mis un trou, même pendant ces quatre mois, tu étais, allez, on va dire, confortable. Mais là, tu survis. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
5 ENFANTS À CHARGE

« Bah, en fait, c'est vrai que c'est peut-être un peu exagéré, mais j'aurais bien voulu que ça soit un an, même. Parce qu'en fait, moi, en même temps, je suis aussi à la recherche de travail aussi. Parce que je veux vraiment m'en sortir de cette situation. »

- FEMME DE 44 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
2 ENFANTS À CHARGE

Confrontées à la fin de la période de TM, deux personnes affirment spontanément **qu'elles auraient aimé pouvoir effectuer une activité rémunérée sur un nombre réduit d'heures** afin de pouvoir continuer à toucher une somme similaire. Ces propos témoignent d'une part de la difficulté que certaines personnes, notamment les mères de famille, ont à trouver une

activité rémunérée qui soit compatible avec les contraintes qui pèsent sur elle, particulièrement la garde des enfants et parfois des problèmes de santé. D'autre part, on peut y voir également une dimension symbolique, celle de travailler en contrepartie pour ne pas se sentir dépendant d'une situation d'aidant-aidé à sens unique.

<< Enquêtée : Moi, je trouve, je ne sais pas, mais si c'était moins [d'argent] et [sur une plus] longue durée, ça va, c'est mieux. Ou soit, [...] je sais que c'est impossible d'avoir tout le temps de l'argent, vous aussi, c'est des dons et tout ça, je comprends. Mais moi, pour ma situation, j'aimerais bien participer à quelque chose. Je ne sais pas. Aider quelque chose, faire quelque chose et, comment dire [...] Oui, je reçois cet argent, mais je fais quelque chose comme ça, je ne sais pas. Ça va être bien pour moi, je ne sais pas. Mais j'ai pensé à ça.

Enquêteur : Et pourquoi vous aurez envie de faire quelque chose en contrepartie ? C'est quoi qui vous donnerait envie de faire ça ?

Enquêtée : Ça me fait plaisir pour moi-même. Ça me fait plaisir. Je trouve que c'est bien parce qu'on fait quelque chose contre de l'argent, c'est bien. Ou on fait une petite, je ne sais pas, toujours je dis, si je peux trouver un petit boulot, et une petite somme qui rentre, ça me suffit parce que je n'ai pas beaucoup de charges. Heureusement que moi, je ne demande pas. Je n'ai pas beaucoup de charge, donc ça va m'aider. Si je fais des petites heures, je sais qu'il y a des femmes qui font des heures de ménage. Moi, je ne suis pas capable parce que je ne peux pas le faire parce que déjà, les problèmes de mes mains, donc je ne peux pas, même sans rien faire, juste le petit ménage que je fais chez moi, le soir, c'est une douleur insupportable [...] Donc, moi, si je trouve un boulot que je ne sais pas, des choses, je le fais, adapté à ma santé et tout ça, et ça rentre de l'argent à côté, un petit budget, je crois, ça va m'aider, ça va me soulager. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêtée : Oui, ça m'a fait me rendre compte aussi qu'il faut que je refasse une formation. Et comme je disais à la personne qui m'a accueillie la dernière fois, que je n'aurais pas été contre qu'on nous propose même un travail. Et là même l'avoir sur plus longtemps. Et qu'on nous propose, qu'on nous dise, ben, est-ce que tu es intéressée de travailler telle heure ? Et en échange, on va dire, en travaillant, avoir la même somme [que celle donnée par Passerelle Plus] en fait. D'accord, oui. Et c'est ce que j'avais dit. Parce que des fois, c'est pas évident de se remettre à chercher un travail quand on a les enfants. Mais c'était une très bonne expérience, c'est sûr.

Enquêteur : Mais du coup, pourquoi vous auriez aimé avoir, on va dire, une activité, un travail en contrepartie de cette même somme ?

Enquêtée : Eh ben, genre, au cas où ça pourrait durer encore plus longtemps. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT SEULE AVEC TROIS ENFANTS À CHARGE

4 • I. c - Achats alimentaires : une augmentation de la quantité et une amélioration de la qualité perçue de l'alimentation

Les entretiens font nettement ressortir **l'alimentaire comme étant le premier poste de dépense dans lequel les ménages investissent le TM**. La plupart parlent d'une augmentation des quantités achetées suffisantes pour nourrir l'ensemble du foyer. Cette augmentation concerne particulièrement la viande, le poisson, et les fruits et légumes. La **possibilité de choix** permise par le budget supplémentaire alloué par le TM, d'acheter « ce qu'on veut » en termes d'alimentation, contraste fortement avec les situations de privation précédemment vécues.

<< Ça a changé pas mal de choses dans ma vie au quotidien. 60 euros de plus en 1 mois c'est vraiment énorme. Moi j'achetais que des produits alimentaires pour pouvoir me nourrir. C'était juste pour m'acheter à manger et puis à boire. Ça m'a permis d'acheter de la viande, ça m'a permis d'acheter aussi des céréales et puis du lait. Tout ce qui est alimentaire. Ça m'a permis d'acheter ces choses que je n'aurais pas pu acheter aussi souvent si je n'avais pas fait le projet passerelle. »

- HOMME DE 56 ANS VIVANT SEUL

<< J'étais tellement contente, j'étais heureuse même. J'étais très, très, très, très heureuse. Parce que j'ai dit, enfin, on va manger ce qu'on veut. »

- FEMME DE 65 ANS VIVANT EN COUPLE SANS ENFANT À CHARGE

De manière moins systématique, **l'achat de produits de meilleure qualité est une priorité pour une partie des enquêtés, à la fois pour des raisons de goût et de santé**. Si la majorité de l'échantillon déclare ne pas avoir changé ses lieux d'approvisionnement, cette question a amené certains à se rendre dans d'autres magasins. Pour certaines personnes, l'amélioration de la qualité passe par des achats dans des magasins spécialisés (boucher, primeur, Picard, etc.), perçus comme étant de meilleure qualité que le marché ou les supermarchés. Cette amélioration de la qualité peut également passer par l'achat de fruits et légumes bios, ou par l'achat de pièces de viande perçues comme meilleures (par exemple, acheter un agneau chez le boucher plutôt que du poulet en supermarché). Pour une partie des enquêtés, ces changements constituent une nouveauté, alors que d'autres parlent plutôt d'un retour à des pratiques antérieures qu'elles avaient dû arrêter par manque de budget.

<< C'est pas pareil. Meilleure qualité, c'était bien, voilà, entretenir, si on peut dire comme ça, la viande. C'est pas pareil. C'est différent. Des fois, il y a des goûts, t'as obligé de laver avec du vinaigre. [...] Au marché, c'est différent. C'est différent. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Comme je vous ai dit, d'aller acheter mes légumes, il y avait des fois c'était les légumes frais, les fruits [...] je n'allais même pas au marché les prendre, j'allais chez le primeur prendre mes fruits. [...] parce qu'ils durent plus longtemps. Ils sont beaucoup plus chers mais ils durent plus longtemps. Au marché [...] c'est vraiment devenu bas de gamme. »

- FEMME DE 65 ANS VIVANT EN COUPLE SANS ENFANT À CHARGE

« Enfin, on achète des vraies carottes bio. J'ai pu goûter, et puis voilà. Ok, franchement. Et c'est vrai que le bio, c'est très bon. On a testé un petit peu le bio et c'était excellent [...] Le goût, ça change. Et il y a, je sais pas si je peux dire le mot chimique, mais c'est vrai qu'il y a moins de produits qu'on sent dans le bio, quoi. C'est nature. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

De manière générale, la santé est une motivation importante des changements effectués dans le régime alimentaire des enquêtés. **Les personnes diabétiques** – au nombre de 6 dans l'échantillon – évoquent notamment l'impossibilité de suivre un régime adapté à leur condition en temps normal en raison des coûts importants des produits indiqués, ce à quoi le TM a permis de palier. L'augmentation de la quantité de fruits et de légumes consommés et de leur qualité, notamment en passant par le bio, est également motivée par ce souci pour la santé.

« Des légumes, des fruits, des plats que je ne peux pas me permettre d'acheter avec mon budget. Mais grâce à [la carte], j'ai... Puis j'ai fait mon régime correctement. Les choses que j'avais envie de manger, comme diabétique, ça m'a permis d'acheter tout ça. »

- FEMME DE 64 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 3 ENFANTS À CHARGE

« Oui ça m'a permis d'acheter aussi des fruits. En fait d'abord la viande, les fruits et les céréales. Moi je trouve ça très bien. C'est vrai qu'on a besoin de fruits aussi, parce qu'ils contiennent beaucoup de fibres et moi je mange pas assez de légumes. Donc j'essaie de remplacer par des fruits parce qu'ils ont aussi des fibres et c'est bon pour la santé. Et moi j'ai aussi le diabète et quand on a le diabète c'est bon de consommer des fruits parce que ça empêche le sucre d'aller directement dans le sang. Parce que quand le sucre va directement dans le sang ça donne une glycémie élevée et ça il faut l'éviter. »

- HOMME DE 56 ANS VIVANT SEUL

La viande – et dans une moindre mesure le poisson – occupent une place particulière dans les discours des personnes rencontrées. En effet, leur consommation peut être vue comme indispensable à un régime alimentaire sain. La possibilité de diversifier ses achats en boucherie notamment est perçue comme quelque chose d'important, toutes les viandes ne se valant pas. Dotée d'une **dimension symbolique**, la viande « n'est pas que de la viande », et sa consommation représente l'accès à un certain standard de vie.

« Enquêteur : C'était important pour vous de pouvoir acheter plus de saumon, enfin, plus de poissons, plus de viande ?

Enquêtée : Oui, bien sûr. [...] C'est toujours mieux pour la santé, de bien manger, quoi. (.) Surtout que moi, j'aime bien manger en plus. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

« Oui c'est une question d'habitude et d'envie. Parce que quand on est habitué à quelque chose et qu'à un certain moment on n'a plus le droit à ça... Moi j'aime bien la viande j'en mangeais

quasiment toutes les semaines quand je travaillais, mais le fait de ne pas travailler, ne pas avoir l'argent qu'on veut c'est très compliqué. [...] ça m'a énormément manqué, j'étais des fois triste de ne pas pouvoir en manger deux fois par semaine, ça m'a manqué énormément [...] Pour remplacer la viande maintenant il faut que je m'achète des œufs parce que c'est beaucoup moins cher par rapport à la viande. »

- HOMME DE 56 ANS VIVANT SEUL

« Enquêteur : Vous achetiez quoi, comme type de nourriture avec la carte ?

Enquêtée : Ah oui, c'est la viande, surtout.

[...] Ouais, la viande, parce que... Moi, personnellement, je n'en mange pas, donc c'est mes enfants.

Enquêteur : Et c'est quelque chose d'important pour vous, de pouvoir acheter de la viande pour vos enfants ?

Enquêtée : La viande, comment vous dire, c'est pas que de la viande. Parce qu'on n'achète pas que de la viande. Un foyer, il a besoin de tout. Et quand tu as des enfants qui étaient élevés dans un autre niveau de vie, ils connaissent pas quand ça change. Et quand tu tombes, ils avaient le papa, la maman, on travaillait tous les deux, et ils sont dans des écoles privées, ceci, cela. Mais quand tu tombes, chutes, ils la connaissent pas vraiment encore. Là, ils ont commencé. Là, depuis mon arrêt de travail, moi, et tout ça, euh, ça y est, ils ont commencé à se réveiller et à se dire, au lieu de manger, par exemple, la viande tous les jours, on va le manger qu'une fois tous les trois jours, hein, c'est pas un souci, on va remplacer avec des œufs, on va remplacer avec du thon. »

- FEMME DE 58 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

Comme illustré par le dernier verbatim, **les enfants sont une priorité claire dans les achats alimentaires des parents** rencontrés. Cette priorisation peut avoir différentes raisons, comme l'accès à un régime alimentaire plus sain et diversifié mais aussi l'achat de produits « plaisir », quitte à se procurer des aliments moins vertueux pour la santé. Dans les propos recueillis, cette capacité de nourrir les enfants et de leur faire plaisir est source de satisfaction et de fierté pour les parents, et se priver soi-même pour nourrir son enfant est normalisé lorsque cela est considéré comme nécessaire.

« Ce n'est pas tout le temps, mais parfois, je ramène les enfants [...]. Et la première somme qui m'a entrée, j'ai ramené les enfants avec moi à Lidl, ils ont choisi, j'ai laissé chacun choisir ce qu'il veut comme dessert et tout ça, céréales et tout ça. [...] [D]es desserts, comme le flan, le petit, une fois, il m'a demandé, elle a goûté, il m'a dit, maman, c'est trop bon et tout ça. Et ça fait plaisir ! »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
4 ENFANTS À CHARGE

« Elle choisit, voilà. « Ça, c'est bon, maman. Ça, c'est bien. » [...] Elle était contente. Elle était trop contente. Surtout les goûters. [...] J'aimerais bien avoir ma fille sous la table. Elle mange. Elle est contente. Pour moi, c'est une fierté. Que ma fille est là, sous la table, en train de manger. Et elle dit, ah, grâce à maman, en train de manger ça, je

suis contente. Moi, je suis fière de voir ma fille manger. Mais moi, c'est pas la même chose. Mais si je vois elle, elle mange, elle est contente. »

- FEMME DE 64 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 3 ENFANTS À CHARGE

« Surtout, moi, je vais manger, je vais manger n'importe quel truc, mais quand on a des enfants, c'est pas pareil. (...) Nous, en tant qu'adulte, on s'en fout, on peut manger n'importe quoi. »

- FEMME DE 44 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

4 • I. d - Achats non-alimentaires : l'importance de prendre soin de ses enfants et de porter attention au regard d'autrui

Cette **priorisation des enfants** dans les dépenses des ménages se retrouve également dans les achats non-alimentaires. Cela passe notamment par **l'organisation de sorties en famille**, par l'achat de **vêtements neufs** ou encore en leur donnant la possibilité de faire des sorties entre amis en leur laissant de l'argent de poche ou en leur proposant des activités extra-scolaires. Au-delà de ces principaux exemples, les dépenses effectuées pour les enfants sont variées et peuvent également concerner la cantine scolaire ou l'achat de jeux de société. L'enjeu pour les parents est d'offrir un certain niveau de vie à leurs enfants en leur garantissant l'accès à des biens et des activités considérés comme normaux, un enjeu d'autant plus important que ne pas y parvenir peut être vécu comme une forme de « mauvaise parentalité ». Certains parents parlent encore une fois d'un soulagement ressenti lorsqu'ils ont pu fournir de tels biens à leur enfant.

« Ma fille, ça fait un moment qu'elle demande un manteau comme ses copines. Je l'ai acheté, je l'ai fait plaisir, je l'ai acheté. Même mon petit, j'ai acheté parce qu'il fait froid, il a une basket qui le protège. Mais j'ai froid et tout ça, j'ai acheté des bottes à Décathlon pour le protéger. Non, ça, franchement, ça sort de normal, ça aide. Et ça soulage, même psychologiquement. Parce que d'habitude, je n'achète que des secondes main, là même elle, elle était fière, elle était fière, elle était contente [d'avoir un manteau neuf]. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

« Ça m'a permis de faire beaucoup plus de sorties quand même que sans la carte là. La dernière fois, pour exemple, on est parti à Nikito. C'est une sorte d'endroit où il y a plusieurs jeux. Après, il y a le cinéma, il y a le trampoline, voilà. Ça fait plaisir, ça fait du bien aussi. C'est un plaisir de sortir avec ses enfants, de profiter un peu avec eux. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

« J'avais payé le centre de ma fille parce qu'elle fait des activités. Ça apprend, au lieu de rester à la maison fermée, ça lui apprend quelque chose à elle. Les activités, des langues, beaucoup de choses. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

« Par exemple [...] c'est que ma fille m'appelle, me dit : « maman, on a une sortie cinéma, et moi, je ne l'ai pas payée. Donc, ils ne peuvent pas me prendre, mais je serai dispensée de toute sortie si jamais je paye pas. » Donc, du coup, je lui ai dit, c'est pas grave, et je lui ai donné 10 euros de la carte. »

- FEMME DE 58 ANS EN FAMILLE MONOPARENTALE VIVANT AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

L'importance du regard d'autrui concerne également l'intégration sociale des adultes. Ainsi, lorsque les parents s'achètent des produits pour eux-mêmes via la carte Cohésia, il s'agit principalement de vêtements. Plusieurs personnes ont mentionné **l'importance de pouvoir enfin acheter des vêtements neufs**, alors qu'elles doivent habituellement se contenter de vêtements de seconde main. Quand elles parlent de leurs motivations derrière ces achats, les personnes interrogées évoquent **le plaisir de pouvoir s'acheter quelque chose pour elles-mêmes ainsi que l'importance de bien présenter devant autrui**. Plus rarement, des personnes ont mentionné s'être acheté de l'essence ou des produits d'hygiène comme des protections menstruelles. Une des femmes rencontrées déclare également avoir pu inviter des amis au restaurant grâce au TM.

« C'est important. On vit, on vit. On vit une seule fois. Dans la vie, quand tu as l'argent, on ne dit pas qu'il faut faire la folie. Mais il faut être propre devant les gens. Si aujourd'hui, monsieur le maire m'appelle, j'ai mis des trucs là, comme ça, comme ça. Est-ce qu'il va me recevoir ? Non, il faut être propre devant le monde. On te voit, que la dame, elle est propre. Un beau manteau, un beau pantalon, une belle chemise, un beau sac. C'est bien. C'est la vie. [...] Si vous n'avez pas l'argent, si tu n'habilles pas bien, les gens vont te... Si tu passes, ils disent, regarde, il est toujours comme ça, il est très sale, tout, tout, tout. On va parler de ça. Même si je manque, mais il faut la propreté, c'est mieux. Si on t'appelle quelque part, pour aller faire l'entretien, il faut être propre, avec un peu de parfum. Les chefs quand ils vont te regarder, même s'il n'y a pas la place, ils vont chercher. Ah, la dame, elle est propre. »

- FEMME DE 54 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

« Enquêtée : Il y a des choses que j'ai pu faire avec, que d'habitude, je ne faisais pas. [...] [P]ar exemple, aller au resto ou inviter quelqu'un. [...] surtout aller au restaurant [...] Disons, il y a des amis qui m'ont aidé dans une période difficile. Et du coup, je leur ai rendu, voilà, je leur ai rendu comme ça, en les invitant et tout quoi. Enquêteur : Et c'était important pour vous de pouvoir faire ça ? Enquêtée : Ben oui, ça l'a été quoi. Oui, franchement, ça l'a été. Parce qu'il y en a qui sont dans des situations un peu catastrophiques. Et du coup, bon, ça leur a permis aussi de faire une sortie et de s'amuser un peu quoi. Parce que c'est pas ça tous les jours. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

L'achat de biens durables est un autre type de dépense qui revient de manière moins systématique mais qui se caractérise par l'importance du changement qu'il peut induire dans le quotidien des personnes interrogées. Cela est particulièrement vrai pour les **produits électroménagers onéreux mais perçus comme indispensables** – comme un frigo ou une machine à laver – ou le remplacement de certains meubles en mauvais état, qui pouvaient être **source de honte**.

«< Mais à part ça, ça me donnait l'occasion, parce que j'ai un canapé qui est tout déchiré et tout ça. Et ça m'angoisse. [...] Grâce à Passerelle, j'ai acheté, j'ai trouvé une bonne occasion sur Leboncoin. [...] C'était bien. Parce que si je n'ai pas cet argent, je ne peux pas. [...] Déjà, rien que les déchirés, ça se voit, ça, ça me... Malgré que j'essaye de le cacher avec un tissu, tout ça... Ça fait un moment que je n'ai pas accueilli des gens chez moi. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
4 ENFANTS À CHARGE

«< J'ai économisé, je me suis racheté un frigo, mais un frigo, je me suis fait plaisir parce que mon frigo, au bout d'un moment, en haut, il ne se refroidissait plus, et en bas un congélateur impossible de l'ouvrir. C'était bloqué, c'était devenu givré et donc il a fallu que je rachète un frigo, donc j'ai racheté un frigo à électro dépôt à 400 et quelques euros. Mais j'en ai racheté un, j'ai racheté un frigo, ça m'a permis de faire des courses. [...] Déjà, ça veut dire que je pouvais déjà remplir mon frigo parce que j'en ai pris un qui est un petit peu plus grand que l'autre. Et déjà, je pouvais le remplir. Les aliments, ils ne pourrissaient pas vite parce que le frigo, il était neuf. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
5 ENFANTS À CHARGE

4 • l. e - Mise en perspective avec l'aide alimentaire

Malgré les difficultés mentionnées, **presque aucune des personnes interrogées n'a déclaré se rendre sur des lieux de distribution de paniers alimentaires gratuits au moment de l'enquête**. La plupart déclarent ne pas avoir voulu s'y rendre en raison d'un sentiment de honte, d'une insuffisance perçue des denrées distribuées qui ne justifieraient pas d'y investir du temps et de l'énergie, ou d'une absence de connaissances sur les dispositifs de distribution et sur leurs droits à y prétendre. Certaines personnes disent s'y être rendues par le passé mais d'avoir arrêté d'en fréquenter soit parce que l'aide n'était pas jugée satisfaisante d'un point de vue des quantités distribuées, soit parce qu'on a cessé de la leur accorder.

«< C'est contraignant. J'ai déjà fait un truc comme ça une fois. Mais après, c'est pour nous donner 4 pommes de terre, 4 tomates. Je pourrais rien en faire avec. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT SEULE AVEC
3 ENFANTS À CHARGE

«< Enquêtée : Bah, d'aller prendre des trucs là-bas, ça m'intéresse pas trop. Il y en a certains, ça les gêne pas, mais moi, ça me dérange un peu.
Enquêteur : C'est quoi précisément qui vous dérange là-dedans ?
Enquêtée : C'est le fait d'y aller. C'est un peu

honteux pour moi.

Enquêteur : Qu'est-ce que ça a de honteux pour vous ?

Enquêtée : Bah, d'aller récupérer des aliments, je sais pas. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
4 ENFANTS À CHARGE

Car cette **non-fréquentation des distributions alimentaires** peut aussi être subie. Plusieurs personnes ont ainsi déclaré avoir déjà essayé d'en bénéficier mais s'être vues refuser l'accès en raison des ressources du ménage qui seraient trop importantes, notamment lorsque leur mari est en emploi. Une seule personne, hébergée au 115 et donc dans une situation particulièrement précaire, a dit se rendre de temps en temps dans un lieu de distribution de repas gratuits. Une autre personne, une mère de famille monoparentale, a déclaré recevoir chaque mois d'une association un petit colis contenant quelques denrées de base (huile, farine, pâtes...).

«< Oui, oui, je suis allée au Restos du Cœur. [...] je suis allée là-bas. Ils m'ont dit que je ne pouvais pas avoir accès à l'aliment parce que son papa travaillait. [...] Ils m'ont dit non. Parce que je vis avec le papa. »

- FEMME DE 25 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
UN ENFANT À CHARGE

«< C'est une bonne expérience, pendant l'hiver c'était une bonne expérience. On vous distribue des produits, c'était pas vous qui choisissiez mais ça allait. Pendant 3 mois à peu près j'y allais. Oui on donnait des sardines on donnait beaucoup de choses intéressantes. [...] vous venez vous faites la queue et on vous prend au fur et à mesure. Cet hiver je n'y suis pas allé parce que quand j'y suis allé on m'a dit par rapport à ce que je gagne c'est pas possible parce qu'à l'époque j'étais à Pole emploi. Pourtant on ne me payait pas grand-chose mais on me disait qu'avec ce qu'on me payait... »

- HOMME DE 56 ANS VIVANT SEUL

L'appréciation qui est faite de l'offre **des épiceries sociales et des marchés solidaires** contraste avec ces constats portés au sujet des distributions alimentaires. Les marchés solidaires constituent une offre particulièrement présente dans la ville de Montreuil, qui en compte 3. Ces marchés fonctionnent sur la base de l'accueil inconditionnel et proposent des produits de récupération, vendus à prix libre ou réduit. L'accès à l'épicerie sociale Aurore est conditionné à des conditions d'éligibilités basées sur le reste à vivre du ménage, et est limité à une durée de 6 mois renouvelable pendant un an. L'accès à l'épicerie sociale s'accompagne également d'un suivi social. Les personnes qui déclarent se rendre à ces dispositifs **se disent satisfaites de l'offre alimentaire disponible**. L'inscription en épicerie sociale est d'ailleurs une demande faite par plusieurs participants rencontrés lors des entretiens et du focus group aux coordinatrices sociales du projet.

«< Ben, je suis obligée d'y aller [en épicerie solidaire] parce que c'est ce qui est le moins cher. Voilà, même si je dépasse pas autant 20 ou 30 euros, je regarde pour qu'est-ce que j'ai, quoi. [...] Et puis, genre, on prend des pommes de terre, des pommes, des carottes, tout ça, c'est un peu... Ça fait un peu moins cher que le magasin. C'est-à-dire, là où c'est quand même un magasin solidaire, ils ont des bons fruits, ils ont des bons

légumes. C'est des magasins de bio qui leur donnent des fois, comme ça, ou je sais pas ce qu'ils font, mais ils ont des bons trucs, c'est des bons éléments. »

- FEMME DE 78 ANS VIVANT EN COUPLE
SANS ENFANT À CHARGE

<< Enquêteur : Et ça fait longtemps que vous faites ça [aller au marché solidaire] ?

Enquêtée : Oui, oui, oui. Ça me fait 2-3 ans avec eux.

Enquêteur : Et vous aimez bien ?

Enquêtée : Oui, oui, oui, oui. Moi, j'aime bien aller vers les gens. Et ça, vous pouvez souvent faire des courses pas chères ? Surtout les jeudis. Il va y avoir des tomates, des salades, des haricots verts. Des fois, tout ce qu'ils trouvent à Rungis. Ils amènent et on en profite. »

- FEMME DE 64 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 3 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêteur : Et vous aimiez bien, vous aimez bien les légumes du marché solidaire ?

Enquêtée : Oui, oui, oui. Bons et moins chers. Et Diversité.

Enquêteur : Et est ce qu'ils sont meilleurs que ceux au marché ?

Enquêtée : Meilleur, c'est trop dur parce qu'ils sont presque la même chose, mais chers et divers. Tu peux prendre, comme ils ont un système, il y a à prendre à volonté et quelques pièces. Donc, [le marché solidaire] te permet d'avoir beaucoup de choses dans un panier, et avec moins d'argent. »

- FEMME DE 63 ANS VIVANT SEULE

<< Participante : Oui, j'ai fait des démarches et voilà. Ok. Donc, je bénéficie de l'épicerie sociale pour six mois.

Facilitatrice : D'accord. Et ça vous aide, ça facilite votre quotidien ?

Participante : Oui, oui, bien sûr, ouais. »

- PARTICIPANTE AU FOCUS GROUP DE 76 ANS,
VIVANT EN FOYER MONOPARENTAL AVEC UNE
PERSONNE MAJEURE À CHARGE

4 • II - Atelier de sensibilisation à l'alimentation durable : une satisfaction déclarée élevée pour des changements limités dans la pratique

Les entretiens qualitatifs indiquent un intérêt assez prononcé pour les apprentissages nutritionnels dispensés par l'atelier, malgré des connaissances préalables très inégales entre les personnes interrogées. Les apprentissages relatifs à l'aspect environnemental de l'alimentation apparaissent de manière plus marginale dans les discours, mais restent présents. Une majorité des personnes rencontrées déclarent avoir changé certaines de leurs pratiques alimentaires suite à l'atelier, tout en évoquant des freins dans l'application de ces changements. Enfin, la sociabilité et l'espace de partage des connaissances entre participants permis par l'atelier ont été particulièrement appréciés.

4 • II. a - Une adhésion générale aux contenus de l'atelier

Les entretiens n'ont pas permis de déceler de désaccord avec les connaissances partagées pendant l'atelier, l'échantillon témoignant au contraire d'une adhésion générale aux connaissances présentées. Dans les propos recueillis, **ce sont surtout les enjeux de nutrition et de santé que les enquêtés retiennent de leur participation**. Ils se concentrent sur l'importance de disposer d'une alimentation équilibrée et diversifiée, notamment par la consommation de légumes et de féculents, ainsi que sur les valeurs nutritionnelles de différents types d'aliments, comme les fruits secs ou les œufs. C'est néanmoins **le rôle de la viande dans une alimentation saine** qui revient le plus régulièrement dans les discours des personnes interrogées, qui évoquent l'importance de diversifier les protéines animales et d'en consommer dans des proportions modérées, surtout pour la viande rouge.

<< L'atelier, c'était bien. On nous montrait comment on peut manger, ce qu'on peut manger, ce qu'on ne peut pas manger. On nous a dit l'épinard, c'est bien pour la santé. La viande, on ne peut pas manger chaque jour la viande. Donc, par semaine, vous pouvez manger une fois ou deux fois, c'est ça. »

- FEMME DE 54 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
UN ENFANT À CHARGE

<< Enquêtée : Oui, ça va, ça s'est bien passé. Il y a des choses que j'ai apprises que je ne savais pas. Par exemple, les œufs, je ne savais pas que c'était de la viande

Enquêteur : Vous voulez dire que c'était des protéines dedans ?

Enquêtée : Oui. Donc, nous, on mélangeait, on faisait un mélange et on mettait des œufs dans notre salade. Et on avait la viande en plus, alors que sans cette viande-là, on aurait pu faire... Enfin, les œufs nous auront suffi pour... Je ne savais pas si c'était une bonne chose. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
4 ENFANTS À CHARGE

Les **enjeux environnementaux** liés à l'alimentation sont mentionnés **dans une proportion sensiblement moindre**, seulement 4 personnes de l'échantillon ont ainsi évoqué cet aspect. Parmi elles, trois déclarent qu'elles avaient déjà des connaissances préalables à l'atelier en matière de nutrition. Les sujets évoqués sont l'impact de la production de viande sur l'environnement et la gestion des déchets alimentaires.

<< Ce qui m'a vraiment choquée, c'est le déchet. Je n'ai pas ce nombre-là. C'était, c'était, franchement, je ne m'étais pas attendue à ce nombre-là. C'était choquant pour moi, le déchet alimentaire. C'était trop. C'était vraiment trop. Le chiffre, ça m'a choquée. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
4 ENFANTS À CHARGE

<< Ce que j'ai super aimé aussi, c'était... La présentation, puisqu'il nous a montré un tableau où... Comment la viande, le steak haché était fabriqué et comment ça venait et tout. Et j'ai trouvé ça impressionnant, parce que je ne savais pas déjà que ça tournait autant pour arriver à un steak haché. Ce qui m'avait choqué, c'était en gros, un steak, c'est vraiment galère quoi. Parce que c'est... Ça pollue vraiment la planète. C'est vraiment beaucoup, beaucoup de... D'acheminements pour ça. Et j'ai été trop

surprise. Et le soir, je suis rentrée, j'ai fait la maîtresse avec mes enfants et tout. Je leur ai... Je leur ai dit tout ce que j'avais appris. Et du coup, j'étais grave fière de moi mais... Et puis même pour le tri, c'était bien. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

Comme mentionné précédemment, **les personnes diabétiques sont surreprésentées** par rapport à la population générale au sein de notre échantillon. Or, ces personnes ont tendance à avoir **déjà suivi un parcours médical et nutritionnel en amont de leur participation** au projet Passerelle Plus. Cette connaissance préalable des enjeux de nutrition se confirme chez certains, mais ne signifie pas pour autant une insatisfaction vis-à-vis de l'atelier. En effet, les enquêtées concernées déclarent tout de même avoir apprécié y participer soit parce qu'elles ont jugé utile d'avoir un rappel de connaissances, soit parce qu'elles en ont apprécié sa dimension sociale (cf. plus bas).

<< Ah ben, l'atelier d'alimentation, sans discrétion, pour moi, personnellement, il ne m'a rien apporté. Parce qu'on me demande c'est quoi qu'il faut privilégier de manger, tout ça. Tout le monde connaît ça. (.) Donne-moi maintenant 1000 euros, je vais te montrer ce qu'on privilégie quand on a 1000 euros. Et donne-moi 10 euros, je vais te montrer ce qu'il faut privilégier quand on a 10 euros. C'est tout. Voilà, surtout que je suis diabétique, je suis une dame qui va faire une semaine d'hospit' pratiquement tous les deux mois pour équilibrer mon diabète. Donc [...] la diététicienne, je la voyais, je la vois souvent. Ça veut dire, je sais ce que je dois prendre [...] je l'apprends à mes enfants. Donc, c'est ce qui est normal, quoi, c'est une cuisine saine et tout ça, voilà comment ça doit se faire. Et la cuisine, et les plats, et la nourriture, elles dépendent de ta poche. Il faut dire ce qu'il en est. »

- FEMME DE 58 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêteur : Et d'apprendre ça [l'importance des légumes pour la santé] ça vous a surpris ?
Enquêtée : Non, pas trop. Parce que, comme je disais, je fais des formations, beaucoup de formations, j'ai déjà entendu. Mais c'est bien d'écouter encore. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

Enfin, les personnes interrogées sont nombreuses à **justifier spontanément leur intérêt pour les apports de l'atelier au regard de leurs origines culturelles**, sans que cette question ne leur soit posée. Selon elles, ces origines culturelles – de pays d'Afrique de l'Ouest – ne leurs auraient pas transmis les connaissances nutritionnelles dispensées pendant l'atelier, notamment l'importance des légumes dans le régime alimentaire.

<< L'atelier aussi m'a montré des alimentations que, moi je consomme beaucoup et c'est pas bon pour la santé. On a partagé quelques recettes. Mais c'est mieux que... je préfère qu'il y ait deux ou trois comme ateliers comme ça parce que ça donnait beaucoup de choses qu'on ne savait pas par rapport à la nourriture. Ce n'est pas comme la nourriture du pays. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 2
ENFANTS À CHARGE

[Avant l'atelier] c'était plus les légumes de chez moi, enfin, ce que j'ai appris quand j'étais petite, puisque je suis sénégalaise ou guadeloupéenne. Donc, du coup, chez nous, c'est vraiment, à part le tiep, on mange des carottes et du chou. Sinon, c'est toujours les mêmes légumes chez nous. Donc, il n'y a pas d'haricots verts, il n'y a pas de, enfin, les fenouils, tout ça et tout. Ça, je ne connaissais pas forcément. C'est vraiment que des gros légumes chez nous. Les bananes, patates douces, ignames. C'était ça, quoi, nos légumes de base. Du coup, les petits, eux, ils connaissent ça par cœur. Mais c'est vrai que les haricots rouges, les lentilles, tout ça, les fenouils... C'est la première fois que j'en ai cuisiné le mois dernier, quoi, des fenouils. Parce que non, je ne savais pas du tout. Je le vois, mais je ne savais pas du tout qu'est-ce que c'était, etc. Alors qu'avec l'atelier, il y a plein de légumes que j'ai réappris à connaître. Et certains que j'ai testés, qu'on a acheté et testé avec les enfants. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Ah, c'était bien passé. Moi, j'avais même demandé s'il y a d'autres cours. Parce qu'on a appris beaucoup de choses quand même. Surtout, moi, j'ai appris beaucoup, beaucoup de choses. Comment on appelle ça ? Les légumes secs. C'est quoi le bienfait ? Je ne savais pas. Vous voyez ? Et c'est très, très important qu'on mange équilibré. Surtout, nous, les Africains, on aime bien manger tout ce qui est lourd, du riz, tout le temps, tout le temps. Mais mélanger avec des légumes, c'est très important. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

Si **aucune des personnes interrogées n'a déclaré être en opposition aux connaissances présentées dans l'atelier**, une personne a tout de même parlé d'une incompréhension de son entourage vis-à-vis des pratiques alimentaires recommandées par ses médecins en France.

<< Enquêteur : Est-ce que ce sont des sujets dont vous parliez avec votre entourage avant, l'alimentation, bien se nourrir ?
Enquêtée : Non, il y en a qui ne comprennent pas. Ils vont dire, mais toi, tu fais trop attention. Tu ne peux pas faire comme ici, machin, tout ça. Je dis, ce n'est pas une question que j'ai oublié ce que je mangeais chez moi, dans mon pays, mais non. Moi, c'est ma santé. Ce qu'on m'a dit, ma santé, c'est ça que je fais. Moi, ça me fait du bien. Il y en a qui comprennent autrement. Pour dire, « tu as envie de changer, tu veux faire comme ici ». Je dis non c'est pas ça. Mon médecin m'a expliqué ça. Un diététicien m'a expliqué ça. Et chaque fois que je rentre à l'hôpital, dans l'hôpital de jour, on me donne des conseils. [...] Enquêteur : Il y a des gens qui ont du mal avec ça ? Qui critiquent ?
Enquêtée : Il y en a qui critiquent ça. [...] Mais je comprends. Quand la personne me parle, [...] Je dis non, c'est pas ça. C'est moi, c'est moi qui est malade. C'est ma santé. C'est mon médecin ici. Il m'a conseillé de faire ça, de faire ça. Moi, je sens que ça me fait du bien. »

- FEMME DE 64 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 3 ENFANTS À CHARGE

4 • II. b - Une modification des pratiques, malgré des obstacles

Parmi les personnes ayant participé à l'atelier, une **majorité déclarent avoir modifié certaines de leurs pratiques alimentaires**. Il s'agit principalement d'une **diversification de l'alimentation** et des produits consommés, notamment via les viandes, les légumes et le poisson, ou une réduction de la consommation de viande. Pour certaines, l'atelier a non seulement été l'occasion de se familiariser avec des fruits et des légumes qu'elles ne connaissaient pas, mais également de découvrir **l'intérêt d'en consommer sous des formes différentes, comme par exemple en surgelé**. Pour une petite partie d'entre elles, l'atelier a aussi permis d'envisager **d'autres manières d'organiser et de planifier la préparation des repas**, en prévoyant à l'avance les repas qu'elles comptaient cuisiner pendant la semaine et en s'approvisionnant en conséquence.

<< Bah, grâce à cet atelier, maintenant, je prépare mes repas à l'avance. Donc, avec les enfants, on se pose, bah, le dimanche soir, on va dire. Ou, enfin, le week-end, quoi, avant la semaine. Et on voit tout ce qu'on veut manger la semaine. Et du coup, bah, on diversifie, quoi. On regarde ce qu'on a mangé la semaine dernière. Et ce qu'on mange cette semaine, on essaie vraiment d'avoir de tout. Si on mange du poisson à midi, on mangera que de la salade le soir. Si on mange un bon repas le soir, on fera light le midi. [...] C'est vraiment un bon truc. Moi, ça prend du temps à faire avec les enfants le dimanche. Mais c'est plus facile pour moi dans la semaine, quoi. C'est deux fois plus vite et on mange de tout. Parce que du coup, vu que je passe vraiment une après-midi à réfléchir, bah, je ne fais pas deux fois le même plat dans la semaine, quoi. Et c'est fini, les pâtes saucisses, pâtes saucisses, voilà, quoi. Donc, non, ça m'a bien aidé, cette activité. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< [La diététicienne] elle explique, t'as vu, comme la viande, si tu manges la viande et le poulet, c'est quoi le différent et tout. Elle nous explique, c'était bien. Voilà. Avant, on mangeait beaucoup de viande, mais c'est pas bon. Voilà. C'est pour ça, elle a dit, tu peux manger la viande, mais pas comme nous on fait. Nous, les Africains, tu sais, c'est compliqué en fait. Voilà. Depuis ça, depuis que je l'ai vue, j'ai changé en fait. Il y a beaucoup de choses que j'ai changées, de nourriture. Maintenant, j'ai, j'ai diminué la viande, [je mange] plus [de] poisson que [de] poulet en fait. Voilà. C'était bien. »

- FEMME DE 49 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

<< Moi, je savais pas que [le surgelé] est bien pour la santé. Mais votre collègue, il m'a dit, il m'a montré des aliments qu'on peut consommer. Il m'a dit que [...] je peux consommer les congelés [...]. Parfois, il y a des saisons, mais c'est cher. On peut consommer le congelés, c'est moins cher. Avant, j'ai peur des choses congelées, quoi. J'ai dit, « c'est pas bon ». Même mon mari, il achète, moi je l'engueule. Je dis : « non, tu me ramènes pas ça, moi je mange pas les congelés ». [...] Je suis assurée maintenant que le congelé c'est bien. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

Malgré cette adhésion prononcée aux enseignements théoriques de l'atelier, certaines personnes soulignent les difficultés qu'elles peuvent rencontrer dans leur mise en œuvre. Les principaux obstacles mentionnés sont le coût financier de ces changements et l'aspect chronophage et contraignant de leur application. Ces difficultés témoignent des inégalités auxquelles les personnes font face dans l'application des recommandations de l'atelier, particulièrement pour les plus précaires d'entre elles ou pour les mères de famille monoparentale qui doivent faire face à des contraintes importantes. L'application des recommandations pouvaient également parfois se heurter aux différences de goût des membres du ménage, notamment des enfants.

<< La vérité, malgré parfois qu'on connaît, si on n'a pas les moyens, on ne peut pas le faire. Parce que je sais que, dans un plat équilibré, il faut avoir des légumes, il faut avoir des féculents, il faut avoir des protéines. Mais parfois, si on n'a pas la viande, ou les œufs et tout ça, mais si on n'a pas, on ne peut pas le faire. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêteur : Est-ce que c'était facile ou plutôt difficile à faire pour vous de changer vos habitudes comme ça ?
Enquêtée : Ah, c'était un peu difficile. Après, il faut regarder aussi le budget. Il ne faut pas s'hasarder à cause de, « j'ai beaucoup, j'ai beaucoup », non. Il faut quand même des réserves.
Enquêteur : Et du coup, c'est quoi qui était difficile pour vous de changer dans vos habitudes ?
Enquêtée : À cause de l'argent. [...] Nous, quand on a beaucoup d'argent, on mange comme on veut. On achète ce qu'on veut. Mais, il faut quand même des limites. »

- FEMME DE 54 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

<< Par exemple, vous faites un plat avec des légumes, et toujours des féculents. Et vice versa, non. On peut pas... On fait un plat de pâtes, c'est un plat de pâtes. Qu'est-ce qu'on va se mettre des trucs à côté ? C'est... C'est... C'est une question de temps. C'est une question d'organisation. C'est compliqué de faire ça. Il dit ça aux gens... Surtout aux gens qui sont diabétiques et tout. Mais c'est pas... Y'a qu'à l'hôpital, eux... Ils ont une cantine et ils nous servent comme ça. Mais chez nous, on va pas le faire. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

<< Enquêteur : Et vous m'avez dit que pour votre garçon, c'est plus compliqué de manger des légumes verts ?
Enquêtée : Oui, il n'aime pas tout ce qui est brocoli. Le haricot vert, il n'aime pas. Après, c'est moi qui en mange le plus. Mon mari aussi, ça ne le dérange pas, lui. Mais mon fils, lui, c'est compliqué. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

Lorsqu'on leur pose la question, la plupart des personnes interrogées estiment que **participer à l'atelier tout en disposant de la carte Cohésia leur a été utile**. La carte permet notamment de **réduire les obstacles financiers** mentionnés précédemment, facilitant ainsi la mise en œuvre des recommandations diffusées pendant l'atelier. D'autres déclarent que l'atelier a guidé leurs achats pour suivre les recommandations de santé ou pour limiter leur impact environnemental.

<< La carte vous permet de mettre en pratique l'atelier, voilà... Les deux conjointement vraiment c'était bien. [...] c'est-à-dire manger ce que la pyramide vous demande de faire. [...] sans la carte j'ai du mal parce que j'ai donné priorité à mes grosses factures. »

- FEMME DE 63 ANS VIVANT SEULE

<< Et moi, je trouve, de faire des ateliers comme ça, quand ils ont l'argent, je sais, les gens, ils ont un budget, comment on dit là, pour vivre, mais quand on donne une possibilité d'acheter plus et mieux, je crois qu'ils vont faire, ils vont le faire. Ouais, s'ils ont des connaissances, ils vont le faire. Parce que, je crois, c'est, tout le monde, il veut manger mieux pour, comment on dit, pour vivre mieux. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêtée : ça nous a guidés un peu sur les achats, quoi. Qu'est-ce qu'il ne faut pas manger ? Enfin... Bon, il y a des choses... Bon, j'ai retenu le bœuf, ça c'est... Mais il y avait d'autres choses que j'ai... J'ai oublié complètement, quoi.

Enquêteur : Du coup, ça fait que vous avez acheté moins de bœuf, c'est ça ?

Enquêtée : Ouais. Bah, presque pas, quoi. Ou... En tout cas, pas de steak haché, quoi. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

4 • II. c - Une forte appréciation de la dimension sociale de l'atelier

La participation à l'atelier se faisant sur la base du volontariat, il peut exister un biais de sélection dans notre échantillon, étant donné que les personnes les plus enclines à se porter volontaires sont probablement celles que le fait de se retrouver en groupe dérange moins. Cela étant dit, la sociabilité permise par l'organisation en groupe de l'atelier et l'importance qui y est accordée aux échanges est **unaniment appréciée** par les personnes rencontrées, particulièrement lorsqu'elles sont habituellement isolées. L'atelier était alors **l'occasion de sortir de chez soi et de faire des rencontres, voire parfois de partager des difficultés qu'on ne mentionne pas à son entourage habituel**. Pour certaines, leur participation était vécue comme un moment de **partage auprès de personnes faisant face à des problèmes similaires**, ce qui pouvait aussi aider à **surmonter un sentiment de honte**. Pour les personnes qui sont venues à l'atelier avec des connaissances préalables, ces échanges permettaient également une **mise en valeur de leur expérience**.

<< Parce que moi, je pense, parce que j'ai pas de contact extérieur, j'ai pas de copine et tout ça, je fais pas des sorties comme ça. Donc, ça m'a fait plaisir, quoi, d'être là, de discuter, de donner mon avis, de trouver réponse à tout. Voilà, donc, j'avais réponse à tout, donc j'étais toute contente, voilà. [...] j'aime bien. Je dis, il faut motiver les autres, ça

veut dire, parce qu'il y en a qui... Ils arrivent, et bien, bon, il peut pas parler, la honte et tout ça. Non, il faut motiver, on se connaît pas, on va sortir d'ici, tu me connais pas, je te connais pas. Donc, il y a des choses, vraiment, à transmettre et à partager avec l'autre. Ça veut dire, l'expérience de la vie n'est pas la même pour moi, pour toi, pour l'autre, et l'autre, et l'autre. Ils sont pas les mêmes. Donc, pourquoi partager une partie, ça me serait-ce que d'une heure, là, de temps qu'on a passé. Oui, oui, peut-être elle a appris pas mal de choses de moi. J'ai appris pas mal de choses d'elle. »

- FEMME DE 58 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Oui, oui, ça fait du bien. En plus, dans les périodes-là, comme j'ai des problèmes et tout, t'as vu quand tu es dans les groupes, ça fait du bien en fait. Tu oublies beaucoup de choses. Hum. Tu penses qu'au groupe, qu'est-ce qu'ils parlent [...]. »

- FEMME DE 49 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

<< Enquêteur : Et est-ce que c'était bien pour vous de prendre la parole pendant l'atelier ?

Enquêtée : Oui [...] Comment dire... Ouais, ça m'a permis de parler des choses que... Où ça faisait longtemps que je n'avais pas parlé de ça avec qui que ce soit, quoi. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

Tout le monde n'est cependant pas à niveau égal vis-à-vis de la prise de parole en public, et on remarque que certaines personnes, moins à l'aise avec l'exercice, se sont contentées d'écouter et de participer au minimum. **Les raisons mentionnées limitant la prise de parole en public sont diverses**, et peuvent provenir d'une impression de manque de maîtrise du français, de manque de connaissances ou de la timidité.

<< Comme moi, je ne parle pas bien français, c'est ça que je t'ai dit. Je n'ai pas bien posé beaucoup avec les gens parce que mon français, j'ai honte. C'est à cause de ça. Les autres, ils parlent bien. (.) À cause de ça, moi, je n'ai pas bien bien parlé. »

- FEMME DE 65 ANS VIVANT EN COUPLE SANS ENFANT À CHARGE

<< En tout cas, moi, je connais rien du tout. J'ai appris, c'est tout. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Franchement, pas vraiment. Je fais partie, là, du conseil des aînés, là, de la mairie, oui, mais moi, je n'ose pas prendre la parole. Je donne aux collègues à côté, un monsieur très sympathique, je lui ai dit, tu parles pour moi, hein. »

- FEMME DE 73 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

Une partie de l'échantillon témoigne **d'une prise de conscience liée au fait de voir d'autres personnes partager des conditions de vie similaires**, voire plus dégradées encore. On remarque également que l'aspect interculturel des échanges a permis à quelques participants de se rendre compte de l'existence d'une plus grande diversité de pratiques culinaires et alimentaires.

« La seule chose, c'est que j'étais en contact avec d'autres personnes. J'ai vu que je n'étais pas la seule dans cette misère. »

- FEMME DE 58 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

« Et ça m'a permis de voir que, bah ouais, il y en a... Je me considère pas, on va dire, chanceuse, mais il y en a, ils sont encore moins chanceux. C'est lors de l'atelier, du coup, j'ai pu voir que, ouais, il y en a, c'est du pain et du lait, quoi, qu'ils mangent le soir. Et ils peuvent pas plus. Donc, du coup, le fait d'avoir échangé avec des mamans ou des jeunes, parce qu'il y avait [...] un monsieur, avec le moniteur lors de l'activité, et franchement c'était intéressant. Et c'était cool. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

« Parce que tu peux trouver des gens, même en dehors de la formation, ils vont parler de leur pays : « chez moi. Nous, on mangeait ça » [...] Par exemple, il y a des cultures, je ne savais pas que dans leur religion ou dans leur pays qu'ils ne mangent pas de la viande. »

- FEMME DE 40 ANS EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

Enfin, ces échanges ont permis aux participantes de se donner des conseils, en partageant des bonnes pratiques, des recettes, ou encore des informations sur des dispositifs d'aide. **L'atelier était alors une instance dans laquelle la transmission de connaissances ne se faisait pas de manière exclusivement verticale, mais un lieu encourageant l'entraide et la circulation horizontale des savoirs.**

« Moi, je trouve qu'en plus, j'ai, comment dire, on apprend, on prend des conseils aussi des autres mamans, il y avait une maman qui disait que, au lieu de, pardon, de faire de la viande, avec, par exemple, moi, quand je fais une soupe, par exemple, une soupe, je vais faire que des légumes. Et après, elle m'a dit, de rajouter, par exemple, des lentilles. J'ai essayé, c'est bon. Je fais tout cuire en même temps. Je le mouline. Franchement, c'est très bon. »

- FEMME DE 44 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

« C'est ce que je faisais pas, et justement, c'est ce qu'on a appris lors de notre atelier, lors de l'atelier qu'on a eu, ceux qui faisaient des listes pour aller en course, et ceux qui faisaient des drives, ils ont dit, ils préparaient en fait, parce que ça leur revenait moins cher, parce qu'ils faisaient pas tous les rayons. Donc, ils prenaient pas des choses qu'ils avaient pas besoin. Et c'est vrai. [...] »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 5 ENFANTS À CHARGE

« Je ne sais pas si vous connaissez le potager d'Augustin [...] C'est un genre de camion qui a sa propre ferme dans le 77. Il produit les œufs, les pommes de terre, les carottes, il fait ses légumes et tout. Et il vient les revendre dans les quartiers. [...] C'est quelque chose qu'on connaissait avant l'atelier et qui a commencé à venir. Mais après, on ne faisait pas trop attention. On voyait du monde au niveau du camion, mais je ne faisais pas trop attention. Mais c'est quelqu'un que j'ai

connu dans l'atelier que j'ai vu là-bas et qui m'a dit de venir et de voir. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 5 ENFANTS À CHARGE

« Enquêteur : Donc, au final, vous auriez aimé avoir plus d'ateliers pour plus échanger avec les autres personnes qui sont accompagnées par le projet, c'est ça ? Avec les autres personnes de Montreuil ?

Enquêtrice : Voilà. Parce qu'il y aura beaucoup de, comment on va dire, des informations à partager. Comme j'avais dit, soit les recettes, soit les marchés où il y a des choses moins chères, ou bien il y a des gens qui sont fermés. C'est pas, bon, comme moi, je connais le marché de Croix de Chavaux. D'accord. Mais il y a des gens qui connaissent beaucoup de marchés où il y a moins cher, où il y a plus cher, le magasin-là est mieux que ça. Ici, ça vend moins qu'ici, voilà quoi. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC DEUX ENFANTS À CHARGE

4 • II. d - Une satisfaction exprimée élevée, malgré quelques critiques vis à vis de la durée de l'atelier

Cet intérêt pour ce genre d'espace d'échanges et d'entraide se retrouve lorsqu'on demande aux participantes ce qui leur a manqué dans ce volet du projet Passerelle Plus. Ainsi, elles sont plusieurs à exprimer un **regret vis-à-vis de la durée de l'atelier qui serait trop court**, ou du fait de ne pas pouvoir participer à plusieurs sessions. Une des enquêtées déclare même être à la recherche d'ateliers similaires dans Montreuil. Les propos recueillis témoignent d'une demande d'être informé sur les enjeux de nutrition et de pouvoir accéder à un espace d'échange collectif sur le sujet.

« C'était intéressant, parce qu'il y avait du monde et tout. C'était intéressant, on a eu un bon petit partage. Mais après, ce que j'ai trouvé dommage, c'est que... Je trouve que c'est pas resté trop longtemps. Bon, c'était de 9h à 11h, ce qui est normal, parce qu'il y avait beaucoup de mamans qui allaient récupérer leurs enfants. Mais en fait, après ça, il n'y avait pas d'autres ateliers, en fait. Moi, je m'attendais à ce qu'il y [ait] vraiment un suivi, où il y a d'autres ateliers. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 5 ENFANTS À CHARGE

« Ah non, il était super intéressant, l'atelier, justement. C'est pour ça qu'on l'a tous trouvé un peu court. [...] En fait, ce qui manquait, selon nous, dans l'atelier, moi, j'aurais bien aimé, même par rapport aux autres familles, bon, on a partagé des recettes et tout, mais voir, même comparer avec eux, les courses qu'ils font, les courses que nous on fait, un atelier comme ça, un atelier d'échange, en fait. Il n'y avait pas cet échange de... Par exemple, « quel est votre budget course ? Quand vous, avec votre carte passerelle, exemple, vous avez pu acheter quoi que vous n'avez pas l'habitude d'acheter ? » Un échange directement, en fait, avec les gens. »

- FEMME DE 39 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 5 ENFANTS À CHARGE

« Et en fait, ce qui me fait rire, c'est qu'au début

de l'atelier, je me disais, mais non, ça ne me servira à rien. (...) je ne mange plus du tout comme l'année dernière. Donc, ça a vraiment beaucoup changé. En tout cas, pour ma part, chez nous, ça a changé. Alors... Puis même, le plus grand, en fait, il s'intéresse plus à la nourriture. Et ça me fait trop plaisir. Et du coup, de voir, en fait, que c'est un atelier que j'ai fait moi, et que je suis rentrée avec quatre bouts de papier, ça a changé toute notre alimentation. Je me disais, ok, d'accord. Ok, trop bien. Donc là, je suis à la recherche de toutes les visites. Toutes les petites activités que je peux faire dans le quartier et tout. Donc franchement, non, c'est bien. C'est bien. Surtout avec les petits aussi, j'en cherche beaucoup. »

FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

La plupart des personnes interrogées **déclarent également qu'elles recommanderaient l'atelier à leur entourage**. La principale motivation de cette recommandation est la santé, le fait d'encourager d'autres personnes à adopter un régime alimentaire plus sain. Certaines participantes se sont aussi fait le relai des connaissances dispensées pendant l'atelier, et ont partagé ce qu'elles avaient appris à leurs proches.

« Enquêteur : Est-ce que vous le conseillerez à vos amis, par exemple ?

Enquêtée : Oui, bien sûr. Toujours. Parce qu'il y en a de mon entourage qui mangent très mal.

Enquêteur : C'est-à-dire quoi, pour vous, manger très mal ?

Enquêtée : [...] Disons, ils ne mangent jamais de légumes, jamais de crudités, jamais de... C'est toujours les mêmes plats. C'est toujours leurs saucisses de Toulouse et compagnie. Et tout ce qui est bien gras, en plus, ils ont des problèmes de santé. Mais, euh... Ouais, ça, c'est une catastrophe. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

« C'est bien d'aller écouter. Tout ce qui est bon pour la santé, ça concerne à tout le monde. Quand on écoute des fois, on peut trouver quelque chose dedans. On peut, de toutes les façons, écouter des messages comme ça, c'est très important. Ça va t'apporter quelque chose. Même si tu connais, peut-être des fois, tu négliges ou, ça peut te donner un peu de courage de dire qu'attends, je connais, je faisais pas, mais je vais essayer. »

- FEMME DE 40 ANS EN FAMILLE MONOPARENTALE
AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

« Et le soir, je suis rentrée, j'ai fait la maîtresse avec mes enfants et tout. Je leur ai... Je leur ai dit tout ce que j'avais appris. Et du coup, j'étais grave fière de moi mais... Voilà quoi. C'était marrant. Vraiment, j'ai... C'était bien. C'était... C'était assez sympathique. Et c'était... À faire plus d'activités comme ça, c'est... C'est pas plus mal. [...]

J'ai une amie de Montreuil aussi [...] qui a fait le projet Passerelle Plus. Et elle n'a pas eu l'opportunité de faire l'activité. Et du coup, je lui ai tout expliqué. Elle était venue à la maison et tout. Et je lui ai tout expliqué. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

4 • III - Orientation Sociale : des expériences passées communes et une appréciation partagée du lien avec les coordinatrices du projet

Les données croisées des entretiens individuels et du focus group mettent en évidence de nombreux points communs vis-à-vis des difficultés rencontrées dans l'accès à l'accompagnement social des ménages et de l'expérience du volet « orientation sociale » du dispositif Passerelle Plus. Les personnes interrogées sont nombreuses à évoquer les difficultés liées à la saturation des services sociaux, qui viennent s'ajouter à d'autres types d'obstacles plus personnels comme des contraintes horaires importantes. L'orientation sociale proposée par Passerelle Plus se démarque ainsi de ces expériences passées par la disponibilité et la qualité du contact humain des coordinatrices sociales du dispositif. Obtenir de l'aide pour dans leurs démarches d'accès aux droits est une demande partagée par la plupart des personnes interrogées, qui ne n'estiment que rarement avoir été rendus plus autonomes dans la réalisation de ces démarches par le dispositif.

4 • III. a - Les difficultés rencontrées dans l'accès à un accompagnement social : des obstacles personnels et institutionnels communs

Les parcours des personnes interrogées sont marqués par de nombreux obstacles et freins dans leur accès à un accompagnement social. Ces difficultés peuvent impacter fortement leur quotidien, entravant l'accès à leurs droits et accentuant leur isolement. Les **barrières institutionnelles** sont présentées comme étant le principal obstacle. **Le manque de moyens alloués au travail social est identifié comme étant la cause de ces barrières** par une partie significative des enquêtés, qui évoquent des services saturés par l'importance de la demande, entraînant une qualité dégradée du suivi social et du contact humain, ainsi qu'une difficulté à obtenir des rendez-vous. D'autres parlent également d'une **confusion liée à la multiplication des guichets** et des interlocuteurs, qui les amène parfois à ne pas savoir à qui s'adresser et entrave la création d'un lien de confiance ainsi que l'efficacité du suivi. En effet, il est généralement nécessaire de prendre un rendez-vous spécifique pour chaque problématique rencontrée que l'on veut aborder, voire de s'adresser à un guichet dédié à chaque prestation spécifique, comme par exemple la CAF. Or le public de l'accompagnement social fait souvent face à des problématiques et à des demandes multiples, sur des sujets variés, qui peuvent être liées entre elles (santé, prestations sociales, logement, etc.). Devoir prendre un rendez-vous distinct pour chacun de ces sujets, à fortiori auprès d'interlocuteurs et dans des lieux différents, représente un investissement particulièrement chronophage à la fois à cause de la recherche d'information que cela représente (savoir à quelle structure s'adresser, comment prendre rendez-vous, et comment faire le déplacement) et du temps d'attente et de trajet nécessaire pour s'y rendre.

<< Tu sais, quand tu les appelles, tu vois, ça répond d'une manière un peu froide. Tu vois qu'ils sont occupés pour vous, il y a beaucoup de gens. »

- FEMME DE 25 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

<< [E]lles n'ont pas de temps. Quand tu y vas, c'est pour une seule chose à traiter. Ça veut dire, tu vas pour la CAF, elle va te traiter la CAF. [...] Tu vas pour le loyer, on va te répondre sur le loyer. [...] Ils n'ont pas de temps. Il faut dire ce qu'il en est. Le monde... Ils ont beaucoup de monde. Mais [...] C'est pas une excuse. Parce que quand on vient, on prend un rendez-vous, tu l'as que sur deux mois, trois mois. Quand t'arrives, c'est pour exprimer tout ce qui s'est passé pendant les trois mois. Parce que je suis pas venue juste pour la CAF. Derrière la CAF, il y a le loyer, il y a les enfants. Et oui. »

- FEMME DE 58 ANS EN FAMILLE MONOPARENTALE VIVANT AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Bah, oui. Vous avez dit, ça a changé tout le temps. Donc, euh... On n'a pas une personne fixe, en fait. On peut trouver une personne, ce jour-là, elle va me dire, oui, il faut aller à tel endroit, à tel endroit. Et l'autre qui va me dire, ah non, il n'y a pas d'aide, il n'y a rien. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Participante : Des fois aussi, elles sont dépassées.

Participant : Moi, j'ai beaucoup plus à dire, c'est pas qu'ils ne veulent pas aider, mais aussi qu'ils sont dépassés. Ils sont dépassés par le nombre de demandeurs.

Participante : Il y a trop de cas sociaux. »

- FOCUS GROUP, FEMME DE 76 ANS, VIVANT EN FOYER MONOPARENTAL AVEC 1 PERSONNE MAJEURE À CHARGE & HOMME DE 48 ANS VIVANT EN FOYER MONOPARENTAL AVEC 1 ENFANT À CHARGE

Pour continuer à bénéficier d'un accompagnement social malgré ces difficultés, une partie des enquêtés mentionne l'importance des efforts nécessaires, parfois infructueux, ce qui peut susciter un sentiment de **découragement ou d'agacement**. On remarque d'ailleurs que les personnes se retrouvant sans accompagnement pour conduire leurs démarches mentionnent un sentiment similaire. Une personne de l'échantillon évoque même **l'impression que ces difficultés seraient intentionnellement mises en place par les institutions**, ce qui témoigne de la baisse de confiance dans les institutions qu'elles peuvent induire.

<< [P]arce qu'on m'a attribué une assistante à moi, qui me suit et tout ça. [On] lui a envoyé pour lui dire, [je] passe par des moments difficiles, ceci, cela, mais est-ce que vous pouvez [me] contacter ? Et il n'a pas répondu pendant presque deux semaines, jusqu'à ce que [l'assistante sociale du projet Passerelle Plus] était obligée de la relancer. Et quand elle l'a relancé, elle l'a eu au téléphone, il lui a dit, je vais la rappeler. Jusqu'à le jour d'aujourd'hui, il ne m'a jamais rappelée. »

- FEMME DE 58 ANS EN FAMILLE MONOPARENTALE VIVANT AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< J'ai dit que j'ai besoin d'une assistante sociale. Parce que je faisais les démarches de mes papiers, ou parce que mon numéro étranger était

bloqué. Je suis partie à la rue de la Boissière pour me chercher une assistance sociale. Je suis partie, on l'a dit que j'ai une assistance sociale chez 115. Moi, je n'ai jamais vu cette assistance sociale. Je suis partie plusieurs fois. Si j'appelle, on me dit elle ne peut pas m'aider. La dernière fois, je me suis plainte. Je dis, ah, vous, c'est la première assistante sociale pour aider les gens. Chaque fois que j'ai venu ici, vous n'êtes jamais là pour m'aider. On ne se parle pas. Moi, je me suis plainte pour ça. C'est trop difficile pour moi qu'on doit avoir une assistance sociale. »

- FOCUS GROUP, FEMME DE 29 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< La demande APL je l'ai fait tout seul c'est pour ça que ça a duré un an sans m'être accordé, la demande a traîné, traîné pendant 1 an. Et mon dernier rdv j'ai hurlé, j'ai dû hurler pour qu'on m'entende et qu'on me le donne derrière. On me redemandait des documents que j'avais donnés il y a un mois, c'est pas possible, tout ça c'est fait exprès pour nous décourager. »

- HOMME DE 56 ANS VIVANT SEUL

Ces barrières institutionnelles peuvent se conjuguer avec des freins plus personnels comme **le manque de temps disponible face à l'investissement chronophage que représente l'accompagnement social**. Un problème qui touche particulièrement les mères de famille, qui doivent composer avec les contraintes horaires liées à la charge de leurs enfants et parfois d'une activité professionnelle. D'autres personnes évoquent également un manque de connaissance sur les démarches à effectuer pour bénéficier d'un suivi social, ne sachant pas vers qui se tourner pour obtenir des informations fiables. Le **manque de maîtrise du français** a également été cité comme un frein qui pouvait gêner la compréhension et donc entraver l'efficacité du suivi.

<< C'était compliqué parce qu'il fallait être [parmi] les 15 premières personnes. C'était soit le matin, soit l'après-midi. C'était compliqué, il fallait revenir si... Si le nombre de personnes étaient à temps. (.) Donc après... (.) Oui, des fois, c'est un peu compliqué avec les enfants. Il fallait les déposer à l'école et ensuite courir pour aller. (.) Des fois, je n'arrivais pas à l'heure, donc... (.) Il fallait revenir le lendemain. (.) Soit c'était l'après-midi, soit c'était le matin. (.) J'avais des permanences. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Madame D : Moi j'ai fait deux ans, ils m'envoyaient à droite à gauche, j'ai laissé tomber. A droite à gauche, une heure là bas, deux heures là bas. C'est pas facile quoi. [Approbatrice d'autres personnes] Bon, je vais à la crèche. Bon, c'est pas le problème parce que là, avec les enfants, des fois, c'est retard... bon c'est pas facile. C'est parce que là, ma fille est malade, mon mari est malade. [...]. On a donné le médicament, les enfants, le médicament de mon mari. Là, après, je viens de travailler à hôpital. Ça fait 28 ans que je travaillais à l'hôpital avec [...]. (.) Ça fait 13h par jour. [...] J'ai laissé tomber. C'est dur hein. »

- FOCUS GROUP, FEMME DE 59 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 5 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêteur : Et vous n'en avez jamais vu [de travailleur social] avant parce que ça ne vous intéressait pas ? Vous n'en avez pas besoin ?
Participante : Non, parce que moi, je suis quelqu'un, mon habitude, je travaille. Donc, je n'ai pas même de temps. Dès que je travaille, je viens le soir, je sors tôt le matin, je rentre le soir. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Parce que je ne sais pas comment faire. D'accord. Parce que je ne sais tout simplement pas comment faire. Enfin, j'ai fait mes recherches via mon téléphone ou mon ordi, sauf que, bah, quand tu cherches, on te dit que tout est payant, etc. Et du coup, j'ai lâché l'affaire. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

4 • III. b - Le contact personnel et la disponibilité des coordinatrices sociales : un élément central dans l'appréciation du volet social du projet Passerelle Plus

Face à ces difficultés d'accès à l'accompagnement, la possibilité de prendre rendez-vous auprès des travailleuses sociales de Passerelle Plus **a été vécue par une partie des personnes rencontrées comme un soulagement**. Le soutien psychologique et moral que représentent ces rendez-vous apparaissent ainsi comme la première forme d'aide apportée par ce volet du dispositif. Les propos recueillis témoignent aussi de l'isolement des personnes et de la difficulté pour elles de parler de leurs problèmes à leur entourage.

<< Je sors déjà du rendez-vous. Je suis bien à l'intérieur de moi. [...] peut-être parce que je n'ai pas beaucoup de personnes. J'ai des copines, mais je ne peux pas raconter. J'ai le sentiment que les gens, ils sont tellement, chacun a sa vie, qu'il n'a pas le temps pour écouter les autres. Dernièrement, c'est plus comme avant. Moi, j'ai fait ça, mais je ne sais pas. J'ai un sentiment comme ça. C'est pour ça, je trouve que [l'assistante sociale] m'a beaucoup écoutée. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

<< Quand elle m'a appelé... Le jour où j'ai eu son appel, ça m'a... Si je faisais 100 kilos, je crois que c'était 90 kilos en moins. On me dit, oui, on se voit tel jour. Ce jour-là, c'était un soulagement. Et à chaque fois, il y a des moments, je me dis que s'il y a un souci, des fois, j'écris, elles répondent. Ça, ça... Ça fait énormément de plaisir. [...] Mais en fait, moi [...], je suis très indépendant, je n'ai pas trop de soucis. Mais seulement, les petits coups de pouce, d'avoir une oreille, d'avoir quelqu'un de ce qui... C'est ce qui est déchargé, là. pour moi, ça a été... C'est si ça pouvait perdurer, parce que même quand elle m'a dit, ouais, je peux vous aider, mais après, d'ici quatre mois... C'est comme si ça m'a rendu un coup de massue, quoi. [...] C'est comme une nouvelle copine qu'on a. [...] Voilà, moi, tout, en fait, je me suffis à moi-même. Mais avoir quelqu'un, en fait, c'est comme avoir un psy, quoi, c'est comme avoir un psy. »

- FOCUS GROUP, HOMME DE 48 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

Selon les personnes ayant une expérience préalable du travail social, les travailleuses sociales du projet Passerelle Plus **se démarquent par leur disponibilité et le temps qu'elles leur accordaient**. L'appréciation de la possibilité de les contacter soi-même directement par téléphone ou par WhatsApp revient de manière quasiment systématique. Cette disponibilité contraste avec le manque de temps et de moyens mentionnés précédemment et souligne l'importance du contact personnel dans l'accompagnement social.

<< Ben, comme hier, elle m'a aidée dans, pour, comment on appelle ça, préparer un dossier pour le CCAS, là, pour la facture. Elle a passé du temps, elle a été vraiment patiente. Elle est restée là, je crois, jusqu'à 18 heures, quelque chose comme ça. C'est quand même beaucoup. Il n'y a pas beaucoup de personnes qui vous accordent autant de temps, hein. »

- FEMME DE 73 ANS VIVANT SEULE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

<< Depuis, j'ai trouvé Morgan, j'envoie sur WhatsApp [...] Enfin, j'ai envoyé un message, elle me répond rapidement. Elle a l'espace pour moi. [...] Ça s'est bien passé. Ça veut dire que quand j'ai un souci, je dois l'appeler. C'est comme ça, je le fais. Parce qu'elle m'a dit, si j'ai un problème, de l'appeler. Je lui envoie un message. »

- FEMME DE 25 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

<< Enquêteur : Et ça aurait fait quoi s'il n'y avait eu que l'argent [du TM] et pas [la coordinatrice sociale] ni l'atelier alimentation ?
Enquêtée [...] parfois, c'est pas la question de l'argent. C'est une question de force. C'est question [d'avoir] quelqu'un de se tenir. C'est quelqu'un [pour] te donner des conseils. Tu dis juste je suis là si tu as besoin de moi. Pour moi, pour ma situation, moi, c'est pas question de l'argent. [...] Le suivi aussi, c'est très important. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE

Les entretiens font également ressortir **le contact humain de l'ensemble du personnel du projet Passerelle Plus comme un élément clé de l'appréciation des ménages participants**. Une partie d'entre eux expriment ainsi un soulagement vis-à-vis du fait d'échanger et d'être écoutés sur ces sujets alors qu'ils peuvent se sentir isolés dans leur vie quotidienne.

<< Enquêteur : Est-ce que ça aurait fait une différence pour vous s'il y avait eu que le transfert monétaire dans le projet Passerelle ?
Enquêtée : Ah non. Ça aurait été non. Parce que là, c'est l'ensemble qui fait à ce qu'on a aimé votre compagnie quoi. L'accompagnement du groupe et tout ça, plus la carte. C'est des petits plus dans des endroits différents. Et tout ça, on le rassemble, c'est une aide. Une aide, mais pas dans un seul système, on va dire. C'est dans des endroits différents. Il y a même aide morale. Peut-être vous ne vous rendez pas compte. Moi, je vous le dis, je vous le confie. Le moment-là, une heure et demie que je suis passée par vous, je me sens soulagée comme si j'y parlais et que j'en avais besoin. [...] J'en avais besoin de parler à quelqu'un de nouveau que je ne connais pas. Voilà. Ça m'a soulagée. Donc ça aussi, je vais rentrer aujourd'hui à l'aise. Je vais passer une

bonne après-midi. »

- FEMME DE 58 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêteur : Pour vous, qu'est-ce qui va rester du projet maintenant que ça va s'arrêter ?
Enquêtée : Bon souvenir de toute l'équipe. Et de la carte aussi qui nous a aidés. Mais bon souvenir aussi. Oui, vous m'avez marquée par votre... Toute l'équipe, là-bas, la gentillesse. Le temps que vous accordez, parce que tout le monde est pressé. [...] On sent que, grâce à vous, on est moins isolé. Et il y a des personnes qui comprennent votre situation [...] Ça m'attriste à l'avance, de ne plus pouvoir voir l'équipe. [...] Je me suis sentie moins isolée, plus comprise dans mes soucis, mes problèmes... Et ça fait du bien, ça fait du bien. Et si ça peut rester longtemps, être en contact, ce serait formidable. Être en contact avec toute l'équipe, là, déjà, qui vous accorde du temps, qui est à l'écoute, c'est déjà beaucoup, beaucoup, beaucoup. »

- FEMME DE 73 ANS VIVANT SEULE AVEC 1 ENFANT
À CHARGE

Quand on leur demande si le projet Passerelle Plus a modifié la vision qu'elles avaient du travail social, les personnes rencontrées mentionnent surtout les qualités personnelles des travailleuses sociales du projet et la qualité de leurs échanges. On ne peut donc pas parler d'un véritable changement de perception du travail social dans son ensemble, mais plutôt **d'une prise de conscience du fait que l'accompagnement social peut être une expérience négative ou positive en fonction de la personne qu'on a en face de soi**. On retrouve donc encore une nouvelle fois l'importance accordée au rôle du contact personnel dans l'accompagnement social, qui est primordial dans les propos recueillis. De manière plus marginale, certaines personnes déclarent avoir pris conscience de la diversité de problématiques qui pouvaient être traitées par le travail social. Ces constats ne se vérifient cependant pas pour les personnes ayant déjà eu une expérience positive du travail social ou qui se considèrent comme suffisamment autonomes, qui déclarent que leur vision du travail social n'a pas particulièrement été modifiée.

<< Enquêteur : Et du coup, après avoir vu Nadia, si vous devez parler à une amie du travail social, comment est-ce que vous décririez le travail social à quelqu'un ?

Enquêtée : Ça dépend de qui. [...] si c'est une personne comme Nadia, je pourrais dire qu'elle [y aille] et tout, mais si c'est pas une personne comme elle, non. Je ne conseillerais pas [d'y aller]. On va chercher un peu sur internet pour voir comment ça se passe et tout, mais pas chez un travailleur social.

Enquêteur : Vous diriez des gens d'éviter un travailleur social ?

Enquêtée : Non, comme je vous ai dit, si c'est une personne comme Nadia qui va vraiment m'aider, qui va faire le tout, enfin, le possible pour que je puisse trouver une solution à mes problèmes. Oui, mais si c'est pour une autre personne, si c'est pour enfoncer ou autre chose, c'est pas la peine. [...] Donc, ça dépend quel genre de travailleur social, quoi. Moi, par exemple, Nadia, ça s'est bien passé. Elle m'a bien aidée jusqu'au bout. Mais je sais que j'en avais vu une à la Croix de Chavaux une fois. Et elle, non, on m'a pas

vraiment aidée.

Enquêteur : Et du coup, est-ce que du coup, l'accompagnement avec Nadia, ça a un peu changé votre vision du travail social ?

Enquêtée : Un peu. Par rapport à l'aide qu'elle m'a apportée. Et le temps qu'elle m'a accordé. Mais il y en a certains, voilà. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC
4 ENFANTS À CHARGE

<< Bah, oui. Parce que, moi, en fait, c'est vrai qu'avant Passerelle Plus, je pensais que le social, c'était que l'hébergement. D'accord. Enfin, pas que l'hébergement, mais l'hébergement et tout ce qui va avec. C'est-à-dire, l'hébergement, la nourriture, meubler ta maison. C'était vraiment que l'hébergement. Et je pensais pas qu'on pouvait avoir plus le social, etc. Les psys, enfin, des activités pour se sortir de notre quotidien. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE
MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

4 • III. c - Démarches et accès aux droits : des problématiques variées et une autonomisation limitée des personnes

Les problématiques abordées en rendez-vous sont variées et concernent principalement l'accès aux droits (CMU, retraite, APL, AAH, etc.), l'accès au logement ou l'insertion professionnelle. La temporalité de l'enquête ne permet pas de connaître le résultat final des différentes démarches qui ont été entamées par les travailleuses sociales du projet. Mais en plus de la temporalité de l'enquête, c'est aussi celle du suivi social du projet Passerelle Plus qui ne permet pas de suivre une grande partie des personnes accompagnées jusqu'à la fin de leurs démarches. Celles-ci prennent en effet du temps, et les délais de réponse peuvent dépasser la période pendant laquelle ces personnes sont suivies par le projet, qui devront donc se tourner vers d'autres structures d'accompagnement.

Les personnes rencontrées déclarent néanmoins avoir apprécié l'aide reçue dans leurs démarches, qui leur a permis de mieux comprendre les procédures et d'y voir plus clair dans leur situation. Malgré les délais requis par la plupart de ces démarches, on peut mentionner l'exemple d'une personne qui a pu bénéficier rapidement d'une solution d'hébergement d'urgence au 115 ou encore d'une autre personne qui a pu s'inscrire en épicerie sociale.

<< Moi, c'était... J'ai toujours, hein, j'avais un problème de logement. Et je me posais beaucoup de questions par rapport à la famille, par rapport à la formation, à la famille, là, j'ai vu, et certaines dettes. Mais après, que je ne comprenais pas. [...] Mais là, pour le logement, on a un peu démêlé. [...] Il me manquait, en fait, mon dernier avis d'imposition, que moi, je n'avais pas reçu. Et j'avais fait une demande de DALO. Et ils m'avaient écrit de renvoyer le document à une date précise. [...] En fait, elle m'a aidé à redemander le document. Je l'ai reçu. Mais après, la date était déjà passée. Donc là, je crois le prochain rdv qu'elle m'a pas encore donné qu'elle refasse le Dalo et on va voir ce qu'il en est, quoi. Et j'avais une dette, souvent, je ne comprenais pas. Je me disais, c'est-y. Il y a ça aussi. Avec moi, elle a écrit aux impôts. Pour qu'on me fasse, comment... comme une synthèse de toute ma situation.

Et voilà. Et là, on a démêlé un peu, pas mal de choses, c'est quoi une taxe d'habitation... Voilà, c'est plus clair, voilà. Donc là, il aurait juste à... qu'elle me donne un autre rendez-vous. Comme ça, j'ai déjà pris et rempli le DALO. La demande du DALO qu'elle m'avait donnée [...]. Et là, normalement, je vais normalement commencer une formation aussi, pour deux mois. »

- FOCUS GROUP, HOMME DE 48 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 1 ENFANT À CHARGE

<< Participante : Eh bien, moi, c'était, l'assistante sociale, c'était pour l'épicerie sociale. Ouais. Et voilà, j'ai été aidée.

Animatrice : Ouais, vous avez été aidée, ça a été, ça a été, ça a été favorable. Ça a été assez simple, ça s'est bien passé ?

Participante : j'ai fait des démarches et voilà. Donc, je bénéficie de l'épicerie sociale pour six mois. »

- FOCUS GROUP, FEMME DE 76 ANS, VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC UNE PERSONNE MAJEURE À CHARGE

<< Mais c'était ma grande surprise parce que je ne m'attendais pas. Bon, j'avais discuté de mes problèmes parce que j'en ai eu plein. Et après, j'ai reçu un SMS, pardon, du SAMU social. Et pour me rendre à telle adresse, à tel hôtel [pour obtenir une chambre en hébergement d'urgence], c'est une grande surprise, quoi. Et du coup, j'y ai été et ça s'est bien passé. Je ne m'y attendais pas du tout. Ça m'a fait du bien au moral aussi. »

- FEMME DE 48 ANS VIVANT SEULE

L'autonomisation des personnes accompagnées vis-à-vis de la réalisation de leurs démarches est très inégale en fonction des profils. Si quelques personnes déclarent qu'elles arriveraient à refaire les démarches effectuées d'elles-mêmes si elles étaient de nouveau confrontées au même type de problème, **elles sont bien plus nombreuses à affirmer qu'elles auraient toujours besoin d'une aide extérieure.** Les causes évoquées à cette difficulté sont notamment une sorte **d'appréhension administrative** liée à une expérience passée de trop-perçus qui ont dû être remboursés et conduisant à un besoin d'être accompagné pour s'assurer de ne pas faire d'erreur, ou un **manque de temps disponible** pour effectuer ces démarches ou joindre les structures vers lesquelles les personnes accompagnées ont été orientées.

<< Enquêteur : Et si vous faites face un peu à des problèmes similaires plus tard dans l'avenir par rapport aux factures, par rapport à la mairie, par rapport à France Travail, ces démarches-là, vous sauriez faire ces démarches seule, maintenant ?

Enquêtée : Oui. Je pense que je stresserais moins. Parce que je sais comment faire. Enfin, je saurais comment aborder le problème, mais je ferais tout pour pas revenir en arrière et re-avoir des problèmes ou des factures ou quoi, parce que ouais, c'est pas vivable quoi. »

- FEMME DE 31 ANS VIVANT EN FAMILLE MONOPARENTALE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Enquêteur : Si vous faites face à des problèmes similaires, est-ce que vous serez capable de les faire seuls ou est-ce que vous aurez besoin ?

Enquêtée : Non, toujours, il faut quelqu'un qui m'assure. Parce que quand on fait une petite faute avec eux [...]. Quand tu fais l'erreur et déjà tu payes ou tu fais quelque chose, il faut rembourser derrière. Et le moment que tu vas rembourser, tu ne sais pas comment ça fonctionne dans ta situation. Tu vas se trouver dans une situation grave. C'est mieux que tu es assuré et tu fais les bonnes choses et tu envoies. Comme maintenant, ils ont demandé les déclarations, jusqu'à maintenant, j'ai peur de faire la déclaration parce qu'on n'est pas assuré. Est-ce que c'est vrai ou c'est pas vrai ? C'est comme ça ou c'est comme ça ? Il faut toujours un accompagnement dans des trucs comme ça. Parce qu'eux, ils font les fautes, après ça tombe sur nous. »

- FEMME DE 40 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 2 ENFANTS À CHARGE

<< Et j'ai pas vu ni psychologue, ni rien du tout. Franchement, malgré que mon conseiller, par rapport à la situation de ma fille, ils m'ont conseillé, ils m'ont donné des adresses, mais j'ai jamais contacté. Je sais pas. Je trouve toujours que j'ai pas le temps. [...] Quand je dis que je n'ai pas le temps, mais c'est vraiment que je n'ai pas le temps. C'est vraiment que je n'ai pas le temps. Le mercredi, moi, le mercredi, il est rempli. Le matin, je ramène la petite à la piscine, l'après-midi [à] l'orthophoniste. Donc, le samedi, il faisait l'athlétisme et karaté. Donc, vraiment, je n'ai pas le temps. Et le dimanche, c'est école arabe. Donc, quand je dis, c'est vraiment... Parfois, je me dis, mais tu fais quoi ? Tu ne travailles pas et tout ça. Mais vraiment, je n'ai pas le temps. »

- FEMME DE 43 ANS VIVANT EN COUPLE AVEC 4 ENFANTS À CHARGE



5 Discussion des résultats

5.1 - Transfert monétaire : un effet vérifié sur la précarité alimentaire qui se répercute sur la santé physique et mentale des personnes

Les transferts monétaires apparaissent dans la littérature comme étant une solution intéressante pour palier aux difficultés associées à l'aide alimentaire classique : non-recours, manque de qualité nutritionnelle des denrées proposées, inadéquation de l'offre. Les entretiens réalisés reflètent ces critiques et illustrent les multiples raisons du non-recours aux distributions alimentaires classiques. Les personnes interrogées font état d'une amélioration de leur situation alimentaire, à la fois en termes de quantité que de qualité, et d'une diminution des privations alimentaires pendant la période du TM, notamment en fin de mois. Le budget supplémentaire alloué par le dispositif permettait aux personnes de se fournir une alimentation plus saine, particulièrement pour les personnes diabétiques qui pour certaines ne peuvent pas se permettre d'adopter un régime conforme à leur condition de santé en temps normal. Enfin, les ménages rencontrés expriment un fort soulagement vis-à-vis de la relative réduction de leurs contraintes budgétaires, indiquant une répercussion du TM sur leur santé mentale.

5.1.a - Malgré d'importants besoins, les multiples raisons du non-recours à l'aide alimentaire classique...

L'attitude des personnes interrogées vis-à-vis de l'aide alimentaire distribuée sous forme de denrées gratuites est conforme aux apports de la littérature sur le sujet. Les opinions exprimées ne sont pas uniformes et les expériences passées de l'aide alimentaire sont inégales, elles illustrent néanmoins que **le non-recours à ces aides chez les personnes en situation de précarité alimentaire ne provient que très rarement d'un manque de besoin et repose souvent sur un sentiment de honte ou un manque de connaissances** (Fondation Nestlé France 2024; Bléhaut et Gressier 2023).

Les propos recueillis mettent en avant cette perception de l'aide alimentaire gratuite comme **quelque chose de honteux**, une récupération d'aliments dont personne ne veut qui les ôte de la dignité du choix (ACF 2020). Cet aspect repousse de la récupération d'aliments est bien mis en avant par une des femmes interrogées, qui déclare ne pas être intéressée par ce type d'aide car cela la dérange « d'aller récupérer des aliments ».

Les distributions alimentaires peuvent être considérées comme étant **destinées à moins bien loti que soi**. Cet aspect est bien illustré par une des seules personnes de notre échantillon se rendant à des distributions de repas gratuits. Elle estime en effet que les distributions de paniers alimentaires sont conçues pour des personnes ayant moins de res-

sources qu'elle, qui touche le RSA. Cela contraste avec son adhésion aux distributions de repas gratuit, qui peut être expliquée par son incapacité à cuisiner dans son logement en hébergement d'urgence.

Dans les entretiens, on retrouve également la critique vis-à-vis de **l'insuffisance de l'aide proposée, qui ne justifie pas d'investir du temps et de l'énergie** en se déplaçant et en faisant la queue sur place, en particulier pour les personnes âgées ou à mobilité réduite pour qui se rendre sur un lieu de distribution représente un véritable effort ou pour les mères qui ont des agendas très contraints. Il est d'ailleurs significatif que les seules personnes qui disent être satisfaites des distributions alimentaires soient deux personnes seules sans enfant à charge.

Autre barrière recensée dans la littérature, le manque de connaissances et **la faible lisibilité des critères d'éligibilité** (Cavallet et al. 2021) de ces dispositifs entraînent une certaine confusion chez les personnes rencontrées. L'exercice d'une activité professionnelle par le mari est la justification qui revient le plus souvent chez les femmes mariées qui disent avoir voulu se rendre à une distribution mais s'en être vues refuser l'accès. Certaines personnes disent aussi penser ne pas y avoir droit au moment de l'entretien sans toutefois en être sûres, n'étant pas suffisamment renseignées sur les dispositifs locaux et leurs critères d'éligibilité, ou déclarent avoir connaissance d'un tel dispositif mais de ne jamais avoir tenté d'en savoir plus sur son fonctionnement.

En parallèle, les épiceries sociales et les marchés solidaires semblent susciter une meilleure adhésion de la part des quelques personnes interrogées qui déclarent s'y rendre. Une hypothèse pour expliquer cette adhésion pourrait être une meilleure qualité perçue des produits proposés et la possibilité de choix de consommation que ces lieux offrent. Les données récoltées ne nous permettent cependant pas d'obtenir une compréhension plus fine des différences de perception entre ces offres et les distributions alimentaires.

5.1.b - ...Contrastant avec la réduction avérée de l'insécurité alimentaire permise par le transfert monétaire

L'efficacité des transferts monétaires pour lutter contre la précarité alimentaire des foyers à faibles revenus dans les pays à hauts revenus, face à l'inefficacité relative des circuits classiques de l'aide alimentaire, **a été démontrée de façon extensive dans la littérature** (Sarker et al. 2024; Loopstra 2018). Ainsi, la totalité des ménages rencontrés font état d'une **amélioration de leur situation alimentaire pendant la durée du transfert monétaire** qui repose principalement sur deux éléments : la possibilité de diversifier leurs apports alimentaires et la réduction des privations alimentaires. Ils expriment également **une forte adhésion vis à vis des modalités de l'aide** : non-fléchage, dates du versement, carte Cohésia indépendante du compte bancaire du ménage.

L'appréciation du non-fléchage de l'aide et son support, une carte bancaire, est à relier au besoin exprimé de **retrouver ou de garder un statut de consommateur comme les autres**

et à l'importance de pouvoir acheter « ce qu'on veut ». Le champ lexical employé par les personnes interrogées par rapport aux effets de la carte sur leur précarité alimentaire et leur consommation – sauvetage, fierté, plaisir – vient appuyer le manque ressenti pendant les périodes de privation alimentaire et l'importance accordée à la consommation choisie, « partie intégrante de la citoyenneté » (Cavaillet et al. 2021). La séparation entre l'argent de la carte Cohésia et les comptes du ménage est aussi particulièrement appréciée par certaines femmes qui estiment ainsi avoir été plus indépendantes de leur conjoint pendant le TM.

La priorité donnée aux achats alimentaires dans l'utilisation de l'aide financière reflète l'importance de l'alimentation dans les arbitrages économiques des ménages précaires, en cohérence avec la littérature existante sur l'utilisation des aides financières non fléchées (ANSA 2024).

5 • I. c - L'impact du TM sur la capacité à se conformer aux indications de santé

La précarité a de nombreux impacts sur la santé des personnes concernées, physique et mentale. Il existe ainsi « une relation linéaire entre la position socioéconomique des individus [...] et leur état de santé », impactant tous les indicateurs de santé « notamment celles directement liées à la nutrition » (Caillavet et al. 2014).

Nous avons vu que les personnes diabétiques étaient nombreuses dans notre échantillon, ce qui est consistant avec le **risque accru de diabète au sein des publics en situation d'insécurité alimentaire** développée dans la littérature (Levi et al. 2023). De plus, il a été montré que la précarité impacte négativement la qualité de vie, la perception de la maladie et le contexte social des patients atteints de diabète (Peze et al. 2015). Les entretiens réalisés témoignent de cet impact de la précarité sur le vécu de la maladie. **Le manque de ressources économiques rend et difficile le respect du régime alimentaire recommandé pour les personnes diabétiques**, qui sont entravées dans leur accès aux fruits et légumes frais et aux céréales complètes, des aliments qui sont pourtant associés à une réduction du risque de diabète et de ses effets (Carlos Da Silva Dias et Imai 2017; Champ 2018). **Le respect de ce régime est une aspiration très clairement exprimée** par ces personnes, et le budget supplémentaire alloué par le transfert monétaire a été un moyen pour elles de se conformer ou de se rapprocher de ces recommandations.

De manière générale, **les ménages précaires ont plus de mal à suivre les recommandations alimentaires de santé publique** relativement au reste de la population. Ainsi les personnes en situation de précarité alimentaire sont largement plus nombreuses que les autres à ne pas manger au moins un fruit ou un légume par jour, et à ne jamais ou presque jamais manger de poisson ou de viande rouge (Bléhaut et al. 2024). Bien que les ménages en situation de précarité alimentaire en France montrent une connaissance des recommandations alimentaires légèrement moindre par rapport au reste de la population (ibid.), les choix d'aliments achetés par les ménages rencontrés font ressortir une forte aspiration à privilégier une alimentation favorable à la santé. Selon les personnes rencontrées, cette alimentation favorable à la santé passe par une diversification ainsi que par une meilleure qualité des aliments consommés, particulièrement concernant la viande, les légumes et les fruits, ce que le TM leur a permis de faire. Les discours étudiés viennent confirmer que les barrières économiques, et non le manque de connaissances ou une absence de considération pour une alimentation équilibrée, sont la principale cause d'une mauvaise qualité de l'alimentation (cf. section 6.3.2).

5 • I. d - Précarité alimentaire et santé mentale : l'effet du transfert monétaire sur la charge mentale pesant sur les ménages

La précarité alimentaire est liée à une **santé mentale dégradée**, au travers d'un risque accru de détresse psychologique, incluant l'anxiété et/ou la dépression (Myers 2020; Jandaghian-Bidgoli et al. 2024), **les femmes étant particulièrement exposées** à ce phénomène dans les pays à haut revenu (Maynard et al. 2018). Pendant nos entretiens, cette idée d'une santé mentale dégradée s'exprime notamment par le besoin d'accéder à un suivi psychologique évoqué lors du rendez-vous avec les coordinatrices sociales, une des personnes interrogées a même déclaré qu'elle aurait apprécié que l'équipe du projet Passerelle Plus dispose d'un psychologue attitré.

La précarité alimentaire **touche également à l'identité sociale de l'individu** et à ses dynamiques relationnelles (Paturel et Ramel 2017; Ramel et al. 2016), **ce qui augmente le risque d'isolement social** par rapport au reste de la population (Bléhaut et Gressier 2023). Or, l'isolement social renforce la corrélation entre précarité alimentaire et santé mentale dégradée (Martin et al. 2016), le capital social ayant pour effet de mitiger les effets psychologiques de la précarité alimentaire (Qi et al. 2024). On retrouve cette idée d'isolement dans les propos de plusieurs participants, et dans leur attitude vis à vis des coordinatrices sociales et l'aspect participatif du projet Passerelle Plus (cf. section 6.4.3).

En situation de pauvreté, des tâches quotidiennes à priori simples peuvent devenir une source de stress. Faire ses courses représente alors un investissement chronophage et une charge mentale importante, la nécessité de compter en permanence chaque dépense, de planifier le budget sans faire d'erreur au risque de ne plus avoir assez pour finir le mois (Laé et Murard 2015). Or, les ressources cognitives d'un individu sont finies, et leur sursollicitation en situation de manque peut contribuer aux disparités de santé observées chez les populations précaires (Zhao et Tomm 2018). Le niveau de stress élevé induit chez les ménages en situation de précarité alimentaire peut également impacter négativement le développement et la santé des enfants du foyer (Gallegos et al. 2021).

Les propos recueillis en entretien montrent bien cette relation à l'argent et au temps pendant les courses : la recherche du moindre prix est assimilée à une « chasse aux promos » et la nécessité de se rendre dans des lieux d'approvisionnement multiples pour trouver les meilleures offres peut se révéler particulièrement chronophage. Faire les courses est qualifié comme un « casse-tête », une activité angoissante, stressante, et même « déprimant[e] » en raison de cette nécessité d'hypervigilance et de calculs permanents afin de tenir jusqu'à la fin du mois. **Le soulagement permis par le TM** du fait de pouvoir se « permettre de dépasser » de quelques euros et d'être rassuré sur sa capacité à finir le mois est révélateur du **caractère crucial du besoin de porter attention au moindre euro dépensé et de la charge cognitive majeure que cela représente.**

5 • II - Comprendre l'utilisation du TM par les ménages au regard des normes sociales de consommation

La rationalité des usages que les personnes précaires font de leur argent est souvent invisibilisée et jugée au regard des normes de consommation des classes moyennes et supérieures (Colombi 2020). Cette invisibilisation a pour effet de disqualifier la gestion de l'économie domestique par les ménages précaires, lorsque leurs pratiques sont considérées comme atypiques au regard de ces normes. **Leurs dépenses sont ainsi souvent jugées comme de l'ordre de l'irrationnel et du déraisonnable**, en particulier lorsqu'elles s'éloignent de ce qui est perçu comme étant le « strict nécessaire » (Lazarus 2018). Restituer la rationalité des décisions économiques des personnes précaires implique de les comprendre au prisme des normes sociales qui s'imposent à eux dans leur quotidien. L'argent n'est pas la seule ressource de ces ménages, « le réseau social est également vital pour des vies inscrites dans le manque » (ibid.), et certaines dépenses sont perçues comme essentielles pour assurer un certain niveau d'intégration sociale pour soi-même et pour ses enfants. Ainsi, les vies précaires sont marquées par une consommation utilitaire qui nécessite de modérer ses dépenses, une sobriété contrainte généralement débarrassée du superflu. **Mais prendre soin de soi et des autres en leur accordant des plaisirs, particulièrement à ses enfants, est aussi une nécessité** (Gorge 2014).

Les entretiens soulignent l'importance de ces normes sociales de consommation dans les décisions économiques des ménages vis-à-vis des achats non-alimentaires, particulièrement en ce qui concerne les vêtements neufs et les sorties. Ces achats permettent aux personnes interrogées d'accéder à une consommation considérée comme digne, de réduire le stigmate de la pauvreté et de prendre soin de son intégration sociale et de celle de ses enfants. Les normes sociales de parentalité sont au centre des choix relatifs à l'alimentation des enfants, et leur donner accès à une alimentation qui ne soit pas seulement suffisante en quantité mais aussi satisfaisante du point de vue des goûts et des souhaits des enfants est une composante essentielle du travail parental.

5 • II. a - Les achats non-alimentaires permis par le TM permettent aux ménages participants d'avoir une consommation perçue comme digne

Les ménages précaires font face à une multitude de privations matérielles qui touchent notamment l'habillement, les produits d'hygiène et les loisirs. La manière dont les personnes interrogées évoquent les achats non-alimentaires que le TM leur a permis de réaliser est révélateur du rôle que ce type de biens joue dans la vie sociale des individus, et du sens que ces achats revêtent pour les ménages précaires. Au travers de l'achat de produits non-alimentaires, notamment de vêtements neufs et de sorties en famille, **l'utilisation du TM était motivée par la possibilité d'accéder à une consommation digne et de favoriser le lien social**.

En France, les femmes font face à un risque accru de privation matérielle. Cette disparité passe notamment par le fait qu'elles déclarent plus souvent que les hommes ne pas être capables

de s'offrir un bien pour elles-mêmes sans avoir à consulter les autres membres du foyer (Gleizes et Solard 2025). Lors de l'enquête, plusieurs mères rencontrées ont évoqué s'être acheté des vêtements neufs grâce au budget alloué par le TM. **En plus du plaisir associé au fait de pouvoir se payer quelque chose pour soi alors qu'en temps normal les dépenses destinées aux enfants sont priorisées, la possibilité d'acheter des vêtements neufs est associée à un enjeu de dignité pour ces mères**. Acheter des vêtements neufs, alors qu'on se contente généralement de seconde-main, est perçu comme une manière de bien présenter, d'être « propre » et de bien paraître devant autrui comme par exemple un potentiel recruteur. Cette importance accordée aux vêtements neufs reflète le fait que pour les ménages précaires acheter du neuf est associé avec le fait d'avoir « une consommation comme les autres » et de « consommer de manière digne » (Canler 2021).

Cet enjeu social de la consommation de biens non-alimentaires apparaît également dans les achats effectués au profit des enfants du ménage. Les mères interrogées mettent en avant l'importance d'avoir pu faire plaisir à leur enfant en leur offrant un vêtement neuf via l'argent du TM, comme par exemple un manteau neuf pour faire « comme [l]es copines » de son enfant. On peut également citer l'exemple d'une mère qui déclare avoir pu payer des activités extra-scolaires à son enfant pour lui éviter d'avoir à rester « enfermée » à la maison. Utiliser le TM pour ce type d'achats était pour ces parents un moyen d'offrir à leurs enfants l'accès à une consommation similaire à celle de leur groupe de pairs, et donc de mieux s'intégrer socialement en leur sein, tout en limitant le stigmate de la pauvreté (Lazarus 2018). Permettre à son enfant de rejoindre ses amis en sortie, comme par exemple en allant au cinéma, répond à cette même aspiration d'intégration et de limitation du stigmate.

La relation entre consommation « de plaisir » et intégration sociale est particulièrement bien illustrée par une des femmes interrogées, qui déclare avoir invité ses amis à manger au restaurant grâce à l'argent du TM. Dans ses propos, ces invitations représentent un moyen de prendre soin de ses amis, de sortir de leur « situations catastrophiques » pour « s'amuser un peu ». Alors que ces amis l'ont « aidée dans une période difficile », les inviter est présenté un moyen de leur rendre la pareille, **un remboursement de dette symbolique**. On peut aussi imaginer que leur venir en aide est un moyen de maintenir le lien social, et de s'assurer sur le fait que l'on pourra toujours compter sur ce réseau à l'avenir.

5 • II. b - L'utilisation du TM au regard des normes sociales de parentalité vis-à-vis de l'alimentation des enfants

Les entretiens menés auprès des parents constituent un témoignage clair de **l'importance primordiale que ceux-ci accordent à l'alimentation et au bien-être de leurs enfants**, ainsi que de la priorisation dont ceux-ci font l'objet dans les arbitrages économiques du ménage et leur manière d'utiliser le TM. Les propos recueillis reflètent le fait que nourrir son enfant est une « composante essentielle du travail parental qui ne se limite pas au moment de la prise alimentaire » (Schneider 2023), et que **la difficulté de fournir aux enfants l'alimentation qu'ils désirent atteint les parents dans leur identité**, crée un sentiment de culpabilité et fragilise le « rôle nourricier » parental (Ramel et al. 2016). Ainsi, en période de contrainte budgétaire, la privation auto-imposée par les parents est décrite comme quelque chose de banal, si elle est nécessaire **pour assurer un certain niveau d'alimentation aux enfants**, et ce particulièrement chez les mères. Cette

idée ressort de manière particulièrement claire quand une mère nous dit que – contrairement aux enfants – les parents peuvent manger « n'importe quoi ». Pour les parents concernés, le rôle de la nourriture peut se limiter au fait d'avoir suffisamment d'énergie pour fonctionner, ce qui n'est pas la logique qu'ils appliquent pour l'alimentation de leurs enfants.

Ainsi, les parents rencontrés mettent en avant **l'importance de pouvoir offrir à leurs enfants les aliments que ceux-ci désirent** et auxquels ils n'ont habituellement pas financièrement accès. Le plaisir ressenti par les enfants en accédant aux aliments qu'ils aiment est un élément fort dans les discours des parents rencontrés, qui parlent d'une « fierté » de voir leurs enfants heureux. Faire plaisir à ses enfants et leur permettre de faire eux-mêmes leurs choix est alors central dans l'arbitrage des achats alimentaires des parents.

Permettre à ses enfants de manger dans une enseigne de restauration rapide répond également à ce besoin de leur fournir une alimentation de plaisir, de limiter le stigmate de la pauvreté et de mieux s'intégrer parmi leurs pairs. Certaines mères disent ainsi s'être servies de la carte Cohésia pour donner de l'argent de poche à leurs enfants pour effectuer une sortie avec leurs amis, notamment pour aller manger dehors. Aller manger tous ensemble dans un fast food, comme plusieurs mères nous ont indiqué avoir fait, représente aussi une sortie familiale relativement accessible, assimilée au fait de consommer « comme tout le monde ».

5 • III - Les impacts combinés de l'atelier et du TM sur les pratiques alimentaires des ménages

En France hexagonale, **seule une minorité de la population générale** – 19 % des hommes et 25 % des femmes – **déclarait avoir un régime alimentaire conforme aux recommandations du Programme national nutrition santé** en 2021 (Deschamps et al. 2025). Ces valeurs évoluent positivement avec l'âge et le niveau de diplôme, et d'autres facteurs sont également corrélés, comme la situation professionnelle, le niveau de revenus, le type de ménage. Les ménages en situation de précarité alimentaire disposent d'une alimentation moins conforme aux recommandations de santé – moins diversifiée et avec une moindre présence des produits frais – et font également état d'une moindre connaissance de ces recommandations (Bléhaut et al. 2024). L'alimentation de cette tranche de la population est aussi plus pauvre « en fruits et légumes, produits céréaliers complets, poissons, fibres, et en vitamines et minéraux » (Caillavet et al. 2014).

La littérature ne fait pas ressortir de consensus clair sur l'efficacité des dispositifs d'éducation à la nutrition sur les choix de consommation des ménages précaires. Certaines études ont ainsi pu montrer que le couplage entre un TM et des actions de sensibilisation permettait de réduire les barrières économiques entravant la consommation de produits sains, pouvait réduire le manque de connaissances de certains publics – comme les étudiants – et permettait aux effets du TM de perdurer plus longtemps (ANSA 2024). D'autres études, comme le programme SNAP aux États-Unis, ne font pas état de changement significatif sur les régimes des participants (ibid.).

Une limite de cette section est que la participation au volet « atelier » du dispositif Passerelle Plus reposait sur la base du volontariat, tout comme la participation à cette étude. Il est donc possible qu'il existe des biais de sélection dans notre échantillonnage qui impacteraient particulièrement cette

section de nos résultats. Les personnes sélectionnées par ce processus sont en effet potentiellement plus susceptibles d'être préalablement intéressées par ces sujets et d'apprécier le contact social, étant volontaires pour participer à un atelier collectif.

En gardant cette limite en tête, l'échantillon rencontré nous permet toutefois de constater **une forte adhésion aux modalités de l'atelier** ainsi qu'aux connaissances dispensées. Les personnes rencontrées semblent toutes en accord avec le lien alimentation-santé présenté pendant l'atelier et font état de connaissances préalables inégales en fonction de leur parcours antérieur, notamment médical. Elles identifient le manque de moyens financiers comme étant le premier obstacle à l'application des recommandations de santé. Elles évoquent également leur adhésion à l'idée d'une consommation plus modérée de viande rouge en raison de son impact sur la santé et dans une moindre mesure de son impact environnemental, et ce bien que la viande occupe une place importante dans les achats effectués à l'aide du TM. Enfin, on constate que la satisfaction vis-à-vis de l'atelier est impactée positivement par le TM et par la dimension collective et participative de l'atelier.

5 • III. a - Le parcours médical et les origines des participants influent sur les connaissances préalables à l'atelier en matière d'alimentation et de santé

En France, les ménages précaires font certes face à une moindre connaissance des recommandations de santé par rapport au reste de la population. Il reste néanmoins qu'une majorité d'entre eux déclarent tout de même faire le lien entre alimentation et santé et connaître les recommandations faites en matière de santé publique, comme le fait de manger 5 fruits et légumes par jour (Bléhaut et al. 2024).

Les personnes rencontrées témoignent d'une diversité des connaissances de base en matière d'alimentation et de santé. Une partie d'entre elles, pour la plupart des personnes diabétiques ayant déjà eu un parcours médical qui les a amenées à consulter des professionnels de la nutrition, déclarait avoir déjà des connaissances préalables sur le sujet. Si pour certaines d'entre elles, bénéficier d'un « rappel » sur le sujet est perçu comme bienvenu, voire qu'elles déclarent avoir appris de nouvelles choses, d'autres associent à ces connaissances le caractère de l'évidence. Cette dernière perception ressort clairement quand une des mères interrogées, diabétique et qui voit régulièrement une diététicienne, parle des conseils dispensés lors de l'atelier en matière d'aliments à privilégier pour sa santé : « tout le monde sait ça ». De manière intéressante, cette personne affirme ensuite penser que l'atelier a été utile pour d'autres personnes qui avaient un niveau de connaissances préalables moindre par rapport à elle, et présente son niveau d'étude (BAC +2) comme le facteur pouvant expliquer cette différenciation.

Contrastant avec cette première partie de l'échantillon, le reste des ménages interrogés ayant participé à l'atelier ne déclarent pas de connaissances particulières en amont de leur participation à l'atelier. **L'origine culturelle des enquêtés est présentée dans leurs discours comme étant une explication potentielle à cette variation.** Les personnes déclarant avoir beaucoup appris lors de l'atelier évoquent ainsi spontanément leur origine culturelle, souvent d'Afrique de l'Ouest, comme une des raisons impactant leurs connaissances relatives aux impacts de la consommation de légumes, de fruits et de viande. La différence d'offre de fruits et légumes disponibles en France par rapport à leur pays d'origine est réguliè-

rement mise en avant. Selon une partie de l'échantillon, l'atelier leur a « réappris à connaître » certains fruits et légumes vendus en France, qu'elles ont ensuite pu « tester ». Une autre de ces personnes met en avant le fait qu'elle avait « peur » des légumes et des fruits surgelés, parce qu'elle ne savait pas s'ils étaient bons pour la santé, mais qu'elle en mange maintenant qu'elle sait qu'ils sont également sains et parfois moins chers que les produits frais.

Ces propos sont consistants avec les apports de la littérature. Une moindre acculturation au pays d'accueil (arrivée récente dans le pays, manque de maîtrise de la langue, non accès à la citoyenneté) est en effet corrélée positivement avec l'insécurité alimentaire des enfants du ménage (Capps et al. 2009). La difficulté que les personnes migrantes rencontrent pour identifier et utiliser de nouveaux aliments vient se rajouter à leurs contraintes budgétaires (Moffat et al. 2017).

5 • III. b - Une modification des pratiques alimentaires principalement motivée par la santé mais limitée par les contraintes économiques et pratiques des ménages

Alors que les ménages rencontrés déclarent tous être en accord avec les recommandations de santé dispensées pendant l'atelier, les propos recueillis témoignent du fait que **les contraintes économiques des ménages sont le principal obstacle au suivi de ces recommandations**. Une partie de la littérature souligne en effet que les ménages précaires aspirent à un régime sain, tel que décrit dans les discours dominants, mais en sont empêchés par leurs contraintes budgétaires (Beagan et al. 2016; Chen 2016). Les actions de santé publique ne prenant pas en compte ce contexte peuvent être vécues de manière violente, tant le fossé entre les injonctions formulées et les possibilités matérielles de suivre ces injonctions peut être grand (Ramel et al. 2016).

Ce contraste entre l'adhésion aux recommandations de santé et la possibilité effective de les suivre apparaît de manière claire dans certains discours. Ce qu'on cuisine, les aliments qu'on est capable de privilégier pour sa santé, sont des éléments qui « dépendent de [s]a poche ». **Même si les personnes rencontrées adhèrent aux connaissances présentées pendant l'atelier, les appliquer au quotidien est présenté comme quelque chose de difficile quand on prend en considération le prix des aliments**, en particulier dans le contexte inflationniste qui a fortement marqué une partie d'entre elles. Cette dichotomie apparaît clairement lorsqu'une des mères interrogées déclare que se nourrir avec de la « malbouffe » est la seule alternative au fait de se nourrir correctement qui coûte « extrêmement cher », un constat qui fait écho au fait que les promotions dans la grande distribution en France concernent principalement les produits « trop gras, trop sucrés et trop salés » et poussent la consommation de ces aliments (Foodwatch 2025).

Manger sainement reste ainsi associé à quelque chose de coûteux, notamment les fruits et légumes. Les parents interrogés ont tendance à seulement considérer les fruits et légumes frais, et non sous d'autres formes qui peuvent être moins chères comme le surgelé ou les conserves. Faire la promotion de ces autres modalités de consommation fait partie des leviers à envisager pour favoriser la présence de ces aliments dans le régime des ménages (Askelson et al. 2018). On retrouve cette idée dans les propos de la mère de famille interrogée qui déclare que l'atelier l'a rassurée quant à la qualité des aliments surgelés et qu'elle en achète désormais car ils sont moins chers que lorsqu'ils sont frais.

Une deuxième contrainte évoquée, liée à la problématique de

la précarité, est celle du temps. **Bien manger est présenté par une partie des enquêtés comme une tâche particulièrement chronophage**, en particulier lorsqu'ils doivent changer leurs habitudes alimentaires. Ces témoignages viennent rappeler que le temps est une ressource qui peut manquer tout autant que l'argent, en particulier pour les mères de famille monoparentales.

5 • III. c - La consommation de viande des ménages : une prise de conscience différenciée entre son impact sur la santé et sur l'environnement

Le rapport à la viande des ménages rencontrés et comment celui-ci influence la perception des ménages vis-à-vis des recommandations de l'atelier mérite une attention particulière. La consommation de viande apparaît clairement comme quelque chose d'important dans les discours des personnes interrogées. **La viande apparaît ainsi comme un élément indispensable du régime alimentaire**. Elle n'est pas un aliment comme les autres, « pas que de la viande » comme exprimé par une des mères rencontrées, et sa consommation rappelle un certain standard de vie, une « très relative aisance financière » (Régner et al. 2024). **L'argument de l'habitude, formée dès l'enfance, revient souvent** : certaines disent avoir « grandi comme ça » ou encore avoir eu une « éducation » conférant à la viande une place centrale dans l'alimentation. Ne pas manger de viande, ou en manger dans des quantités inférieures à ce qu'on souhaiterait est alors présenté comme une privation.

Dans ce contexte, **il n'est pas étonnant que les ménages rencontrés se soient saisis de l'opportunité du TM pour acheter plus de viande en quantité**, alors que le coût de la vie et l'inflation ont fortement impacté leurs capacités à en acheter en temps normal. Pour une partie significative des personnes interrogées, **particulièrement chez les mères de famille, le TM a été utilisé pour se permettre d'acheter une viande perçue comme étant de meilleure qualité d'un point de vue gustatif et nutritionnel**. Cette amélioration passait par exemple par une réduction de la viande industrielle perçue comme étant de basse qualité mais nécessaire pour assurer une présence d'aliments carnés dans les régimes alimentaires des enfants, comme les steaks hachés surgelés. Les mères concernées disent avoir pu acheter des viandes plus diversifiées et de meilleure qualité, notamment en allant se fournir chez le boucher plutôt qu'au supermarché. L'exemple des côtelettes d'agneau achetées par une de ces mères, et le caractère exceptionnel qu'elle associe au fait de pouvoir effectuer cet achat est un exemple particulièrement parlant de la **dimension de plaisir associé à la consommation de viande**, illustrant la « dimension hédonique » centrale dans l'attachement à sa consommation (Régner et al. 2024). Le TM a alors permis à cette mère d'acheter un bien de consommation qui aurait normalement nécessité une période de privation pour y avoir accès.

Malgré cette centralité accordée à la viande dans le régime alimentaire des ménages, les femmes ayant participé à l'atelier de sensibilisation sont nombreuses à mentionner **l'importance d'éviter l'excès de consommation de viande rouge** quand on leur pose la question de ce qu'elles en ont retenu, et **aucun désaccord n'est exprimé vis-à-vis de cette notion**. Lorsque le sujet est évoqué, il est souvent accompagné de l'idée qu'il est important de manger des protéines animales, et que ces protéines doivent de préférence être présentes sous des formes diversifiées dans les régimes alimentaires des ménages, en évitant de manger « trop » de viande rouge

(viandes blanches, poissons, œufs). L'adhésion à cette notion vient appuyer l'idée d'une **aspiration des personnes précaires à une alimentation saine et de qualité, rejoignant « pour partie les tendances de consommation actuelles et la vision de l'alimentation durable relayée par les médias »** (Brocard et al. 2022). Un intérêt qu'on retrouve dans les propos concernant l'aspect environnemental de l'atelier.

Parmi les quatre personnes de notre échantillon ayant abordé l'aspect environnemental de l'atelier, **trois des personnes ont évoqué l'impact environnemental de la production de viande rouge**. Elles évoquent leur surprise vis-à-vis de cet impact, qu'elles ignoraient avant de participer à l'atelier. Deux d'entre elles désignent le steak haché et la pollution qu'il **génère comme étant le responsable de cet impact négatif**, plutôt que la viande rouge dans son ensemble, cet exemple précis semblant les avoir particulièrement marquées. La quatrième personne mentionnant l'aspect environnemental de l'atelier n'évoque pas l'impact de la viande sur l'environnement mais parle plutôt **des déchets alimentaires dans leur ensemble, dont elle dit que l'ampleur l'a choquée**. Ces quatre femmes affirment toutes avoir pris en compte ces nouvelles connaissances transmises par l'atelier dans leur pratique quotidienne, notamment en diminuant la consommation de steak haché ou de viande rouge, ou en faisant plus attention au tri sélectif des déchets. Deux d'entre elles parlent notamment de l'importance qu'elles accordent au fait de transmettre ces savoirs et bonnes pratiques à leurs enfants, en matière d'alimentation et de gestion des déchets, l'une d'elle parlant même de « fierté » d'avoir pu le faire. Ces exemples illustrent l'appropriation, par une partie des personnes, du discours autour de l'environnement véhiculé par l'atelier, ainsi que l'aspiration des personnes précaires à une alimentation durable, mentionnée par Brocard et al. (2022).

5 • III. d - Le TM et la dimension collective de l'atelier renforcent l'adhésion autour de l'alimentation durable

Alors que la littérature fait ressortir **le caractère potentiellement infantilisant des actions** d'éducation descendantes en matière d'alimentation (Le Morvan et Waneck 2019) **voire violent** quand l'alimentation recommandée n'est de toute façon pas financièrement accessible pour les personnes concernées (Ramel et al. 2016), **une telle dimension est totalement absente des propos recueillis, même parmi les personnes déclarant ne rien avoir appris de nouveau pendant l'atelier**.

Deux raisons peuvent être avancées pour expliquer cette absence de rejet. Tout d'abord, l'atelier faisant partie du dispositif Passerelle Plus, **les ménages participants ont obtenu une aide qui permettait de réduire les barrières financières à l'application de ces recommandations**, ce que transmettent très bien les propos d'une participante : « [l]a carte vous permet de mettre en pratique l'atelier ». La deuxième raison à **cette adhésion déclarée par les enquêtés réside dans la dimension collective et participative de l'atelier, et l'espace de sociabilité qu'il crée**.

Les dispositifs participatifs **mettent en valeur les compétences et les savoirs d'une partie des participants**, qui « peuvent être inspirantes pour d'autres foyers qui se situent eux aussi dans une situation économique et matérielle difficile » (Cavaillet et al. 2021). Cette idée ressort de manière très claire dans les propos de cette mère de famille monoparentale qui dit être très contente d'avoir eu « réponse à tout » pendant l'atelier, et évoque l'importance de « motiver les

autres [participants à l'atelier] ». L'atelier devient alors un lieu de partage de bonnes pratiques, de recettes, de bons plans pour se rendre à tel endroit pour effectuer ses achats, notamment de la part des « autres mamans » présentes. Le partage d'informations entre pairs semble ainsi être particulièrement apprécié dans les propos recueillis, et vient rappeler que **les consommateurs pauvres sont des consommateurs compétents, qui doivent parfois faire preuve d'un fort capital de connaissances dans leurs pratiques d'achats** (Beagan et al. 2016; Gorge et Özçağlar-Toulouse 2013).

Un autre élément souligné dans une partie des propos recueillis est la capacité de ces échanges à **rompre un certain isolement et à lutter contre le sentiment de honte associé à la précarité**. Ces notions sont encore une fois exprimées de manières très claires par la mère de famille précédemment citée, qui évoque le fait qu'elle ne sort habituellement que très peu de chez elle et mentionne l'importance de se sortir du sentiment de honte associé à la précarité et de sa prise de conscience de ne pas être « seule dans cette misère ». Cette notion est revenue dans les paroles des autres participantes interrogées, qui mentionnent le fait que parler avec le groupe et voir d'autre d'autres personnes parler de leur situation leur a fait du bien et que, pour la plupart d'entre elles, il s'agit de sujets qu'elles n'abordent pas avec leur entourage habituel.

5 • IV - Orientation sociale : une accessibilité des coordinatrices qui contraste avec les barrières habituelles d'accès à un suivi social

Les profils et les besoins des personnes interrogées étant d'une grande diversité, **notre but n'est pas de dresser une liste exhaustive des problématiques rencontrées et des démarches effectuées**. De plus, la temporalité de la réalisation des entretiens et du Focus Group, réalisés avant la clôture du suivi social d'une grande partie de l'échantillon, **ne nous permet pas de connaître les résultats effectifs de ces rendez-vous sur la situation à long-terme de ces personnes**. En effet, les démarches entamées au moment de l'enquête étaient souvent encore inabouties ou en attente de réponse. De plus, les personnes rencontrées n'avaient pas encore toutes été réorientées vers d'autres structures d'aide, un des objectifs de ce volet du dispositif.

En prenant en compte ces limites, nous nous intéressons à **faire ressortir les points de convergence dans les discours des personnes rencontrées vis-à-vis de leur expérience passée du travail social et de ce que leur a apporté ce volet du dispositif Passerelle Plus**. Nous constatons tout d'abord l'importance des obstacles structurels entravant l'efficacité de l'offre d'accompagnement social, notamment la saturation des services et le manque de moyens et de temps alloués aux travailleurs sociaux. L'investissement chronophage que représente l'accès à un suivi social revêt une difficulté particulière pour les mères de famille rencontrées, en raison des contraintes horaires inhérente au travail domestique dont elles ont la charge. Enfin, la qualité du contact humain et la disponibilité des coordinatrices sociales du dispositif apparaissent comme des vecteurs essentiels dans le processus d'adhésion des participants au projet Passerelle Plus.

5 • IV. a - Barrières institutionnelles : des difficultés connues entravant l'efficacité de l'offre d'accompagnement social

Les témoignages recueillis auprès de notre échantillon portant sur leurs expériences passées du travail social **font fortement écho aux problématiques institutionnelles présentées dans le livre blanc du travail social**, publié par le Haut Conseil du Travail Social en 2023 (HCTS 2023). Ce dernier évoquait des « files d'attente intenable » auxquelles les travailleuses sociales doivent faire face, les rendant « **saturées de demandes d'aides administratives pour l'accès aux droits des personnes, au détriment de leur mission d'accompagnement de qualité dans une approche globale** » (ibid. p. 48).

Le focus group et les entretiens réalisés **mettent nettement en avant la perception du caractère institutionnel et généralisé de cette problématique de saturation**. Ainsi les travailleuses et travailleurs sociaux rencontrés par le passé sont majoritairement décrits par les ménages interrogés comme étant « dépassés », n'ayant « pas le temps », « saturés » par leur file active trop importante. **Cette difficulté se répercute sur l'efficacité ainsi que sur le contact humain du suivi**, les travailleuses et travailleurs sociaux rencontrés étant parfois décrits comme « froids ». Le témoignage d'une des mères de famille rencontrées est particulièrement parlant sur ce lien entre saturation des services et qualité dégradée du suivi. Celle-ci parle du fait que la faible durée des rendez-vous obtenus ne lui permet d'aborder qu'une seule problématique par session, et ce alors qu'elle doit attendre plusieurs mois entre chaque rendez-vous, ce qui lui empêche de traiter de sa situation dans sa globalité et laisse à chaque fois une partie de ses problèmes sans réponse.

Ces témoignages reflètent encore une fois les positions du HCTS, qui **souligne la dégradation du contact humain de l'accompagnement et identifie ces délais d'obtention de rendez-vous comme un facteur renforçant le découragement au sein des publics à accompagner**. Les participants au focus group font écho à ce discours et perçoivent le besoin d'augmenter les moyens alloués au travail social. Ces participants évoquent ainsi le besoin d'augmenter le nombre de travailleurs sociaux à Montreuil, afin de « soulager » les personnes actuellement en poste, pour que ceux-ci aient plus de temps à accorder à chaque personne en rendez-vous. Comme exprimé par un homme du focus group : « trouver des solutions en 30 minutes à une personne, c'est vraiment pas possible » et la faiblesse des ressources humaines peut entraîner une mauvaise expérience du travail social pour les personnes suivies qui font face à ces problématiques.

Une autre difficulté recensée dans les discours recueillis est **la confusion entourant la variété des guichets et des interlocuteurs vers lesquels se tourner**, ce qui impacte encore une fois le contact humain et peut favoriser le non-recours (ibid.). **La réorientation de guichet en guichet apparaît comme chronophage et source de frustration**, surtout lorsqu'elle n'aboutit finalement pas à un suivi. Une femme du focus group explique ainsi s'être faite rejeter sa demande d'accompagnement au motif qu'elle bénéficierait déjà d'un suivi social ailleurs [en l'occurrence, dans le cadre de son hébergement], avec une assistante qu'elle déclare n'avoir jamais vue et dont elle n'avait pas connaissance. **Cette confusion peut aussi être liée au fait de voir un travailleur social différent à chaque rendez-vous**. Comme l'exprime une mère rencontrée en entretien : « ça change tout le temps », et différents travailleurs sociaux peuvent avoir différentes opinions et réponses sur un sujet donné.

5 • IV. b - Contraintes horaires des mères : la précarité comme travail à temps plein

Les témoignages recueillis auprès des mères interrogées font clairement apparaître que, pour elles, **l'investissement chronophage que représente l'obtention d'un suivi social constitue une difficulté exacerbée**, au regard des contraintes horaires particulières auxquelles elles doivent faire face. S'occuper des enfants représente une charge horaire particulièrement contraignante, notamment lorsqu'il s'agit de les amener puis les récupérer à horaires fixes à l'école, en crèche, et pour quelques-uns en activité extrascolaires. Vis-à-vis de l'accompagnement social, cette contrainte signifie souvent devoir se dépêcher pour ne pas être en retard, et parfois devoir rater son rendez-vous. Une des mères nous dit ainsi qu'après avoir déposé ses enfants à l'école, elle devait « courir » pour se rendre à un accompagnement social et que, arrivant trop tard, elle devait parfois « revenir le lendemain ». Une autre, présente au focus group, met clairement en avant la difficulté que représente la réorientation de guichet en guichet lorsqu'elle est conjuguée avec les contraintes parentales. Elle parle ainsi du fait d'être renvoyée « [à] droite à gauche, une heure là-bas, deux heures là-bas », alors qu'elle doit s'occuper de ses enfants, dont sa fille qui est malade, et qu'elle doit également composer avec la contrainte de son emploi. Elle affirme avoir « laissé tomber » l'accompagnement social.

Ces propos viennent souligner que **l'accès aux droits sociaux nécessite un travail important de la part des femmes de classes populaires**, qui s'ajoute à la gestion du budget du ménage et de sa consommation, du travail ménager et du soin aux enfants. Ce travail « de subsistance », essentiel au fonctionnement de l'économie domestique (Bory et al. 2017), peut parfois entrer en conflit avec la possibilité pour ces femmes d'exercer un travail salarié.

Lorsque deux mères proposent qu'on leur offre une activité de quelques heures en échange d'un TM qui s'inscrit dans la durée, l'enjeu est double. D'une part, il s'agit de **pouvoir proposer quelque chose en contrepartie de l'aide fournie par le dispositif Passerelle Plus**, une sorte de contre-don qui permette de sortir du rapport aidant-aidé. L'une d'elles mentionne ainsi le fait qu'elle aimerait « aider » à quelque chose en contrepartie de l'aide reçue, parce que selon elle faire « quelque chose contre de l'argent, c'est bien ». D'autre part, ces propos **témoignent des difficultés des mères de famille à trouver une activité rémunérée compatible avec les contraintes de garde d'enfant et, souvent, de problèmes de santé**.

5 • IV. c - Le contact personnel et la disponibilité des coordinatrices sociales et de l'équipe du projet comme vecteur d'adhésion et de satisfaction des participants

La perception du volet social du dispositif par les ménages contraste fortement avec le récit que ceux-ci font de leurs expériences passées de l'accompagnement social. **La saturation des services et le peu de temps alloué au suivi individuel entraîne une dégradation du contact humain et les amènent à considérer les travailleurs sociaux comme « froids »**. Un constat déjà dressé par le HCTS, qui insiste sur l'importance « d'intégrer le temps relationnel » dans le travail social.

Cette notion de temps est centrale dans les propos des enquêtés, qui perçoivent des coordinatrices sociales du dispositif qu'elles ont le « temps » et « l'espace » pour les écouter, les accompagner dans leurs démarches, et répondre à leurs questions. Leur disponibilité en dehors des rendez-vous est aussi mise en avant, et se manifeste par la possibilité de les joindre directement par téléphone ou par messages écrits. **La qualité du contact et la disponibilité des deux coordinatrices du projet apparaissent alors comme des facteurs centraux dans l'appréciation de l'accompagnement social.**

Pour certains, le volet orientation sociale du dispositif permettait aussi de **rompre avec un certain degré d'isolement et de trouver un soutien moral**. Même pour les personnes entretenant des liens sociaux dans leur vie quotidienne, la capacité de se confier sur ses difficultés et de se sentir épaulé est parfois une nouveauté, suscitant un important soulagement psychologique. Cette idée est clairement exprimée par certains qui disent avoir des amis mais ne pas pouvoir leur partager ce genre de choses. Les coordinatrices sociales du projet sont d'ailleurs systématiquement mentionnées par leurs prénoms dans les discours des personnes interrogées, et sont parfois présentées comme des sortes de « copine[s] », « une oreille » qui permet de se décharger, voire comme « un psy ».

De manière générale, **c'est le contact avec l'ensemble de l'équipe du projet Passerelle Plus tout au long de la période d'enquête qui apparaît comme une source de satisfaction et d'adhésion d'une partie des participants**. Ceux-ci ont échangé à de nombreuses reprises avec les membres de l'équipe (coordinatrices sociales, chargés d'enquête, coordinatrices du projet) lors des différentes phases du projet sur une période qui atteignait déjà plus de six mois au moment des entretiens. Au moment de cette enquête, les référents des ménages participants avaient été sollicités pour des réunions d'information en amont du lancement du projet, ainsi que pour les différentes phases d'enquêtes quantitatives. Ils étaient également en lien avec l'équipe via un numéro de téléphone spécifique et pouvaient la contacter via appel téléphonique, SMS ou messages WhatsApp. Selon certaines personnes interrogées, ces échanges avec l'équipe, particulièrement pendant les phases d'enquête, les ont faites se sentir « moins isolée[s] », mieux « comprise[s] dans [leurs] soucis », et ces moments sont assimilés à une sorte d'aide morale qui vient également les soulager. Ces propos viennent encore une fois souligner l'absence d'espaces d'écoute et d'échange dont ces personnes peuvent habituellement disposer.

La dimension collective et sociale du projet Passerelle Plus est donc un élément particulièrement apprécié et une attente forte pour une partie isolée des ménages participants. Cette attente se retrouve dans leur attitude vis à vis des coordinatrices sociales et du reste de l'équipe du projet, mais aussi dans les opinions exprimées vis à vis de l'atelier de sensibilisation à l'alimentation durable. Une des critiques formulée à l'encontre de l'atelier était en effet de n'être constitué que d'une session, alors que certaines personnes déclarent qu'elles auraient aimé participer à plusieurs ateliers pour échanger sur d'autres thématiques avec les autres participants. **Miser sur cette dimension collective semble ainsi constituer un vecteur d'adhésion potentiellement intéressant pour l'implémentation de projets de recherche-action similaires.**

6 Conclusion

L'ensemble du dispositif Passerelle Plus suscite une forte adhésion de la part du panel interrogé, et les résultats observés sont cohérents avec les apports de la littérature. Les données récoltées viennent éclairer les mécanismes en jeu derrière l'efficacité de chaque volet, et en quoi ceux-ci sont complémentaires vis-à-vis de l'amélioration du quotidien et de la qualité de vie des ménages.

Tout d'abord, les témoignages recueillis s'inscrivent dans la continuité des nombreuses critiques formulées à l'encontre de l'aide alimentaire classique et des limites de son efficacité dans la lutte contre la précarité alimentaire. Face à ces difficultés, les modalités du transfert monétaire proposé par Passerelle Plus – non-fléchage, carte indépendante et possibilité de retirer en liquide – apparaissent comme particulièrement pertinentes au regard des usages et des contraintes évoqués par les ménages. Ces derniers déclarent une amélioration de leur situation alimentaire permise par l'augmentation de leur budget due au TM, liée à la capacité d'accéder à de la nourriture en quantités suffisantes, perçue comme étant de meilleure qualité et plus saine. Les effets du TM ne se limitent toutefois pas à l'alimentaire, et la mitigation des contraintes financières des ménages contribue également à l'amélioration de leur bien-être psychologique, en rendant le quotidien moins stressant et en leur permettant de limiter le stigmate ressenti de la pauvreté, ce qui se manifeste par la réalisation d'achats pour le « plaisir » pour soi-même ou pour ses enfants. In fine, c'est l'identité sociale des participants, principalement en tant que consommateurs et en tant que parents, que le TM permet de réaffirmer.

Cette mitigation des barrières financières entre en jeu dans la réception de l'atelier de sensibilisation à l'alimentation durable. Malgré des connaissances préalables inégales, la plupart des personnes rencontrées déclarent avoir en avoir appris plus sur les manières de se nourrir sainement, et une minorité d'entre elles disent en savoir plus sur les enjeux autour de l'alimentation durable, particulièrement concernant la consommation de viande rouge. Surtout, une partie du panel met en avant les difficultés financières entravant l'accès à une alimentation saine, et déclare que le TM leur a facilité la mise en œuvre des recommandations de santé dispensées pendant l'atelier. Bien que les connaissances peuvent être variables en fonction des caractéristiques des individus, les contraintes financières apparaissent alors bien comme étant le premier obstacle à une alimentation saine. On constate également que l'adhésion autour de l'atelier est fortement liée à sa dimension collective et participative, qui a permis aux participants d'échanger sur le sujet et de se partager des conseils avec des personnes dans des situations similaires, ce qui a permis à certaines personnes isolées d'accéder à une forme de sociabilité.

Ce besoin de lien social et d'écoute transparaît fortement dans les opinions exprimées au sujet des coordinatrices sociales du dispositif. Les critiques formulées par les participants à l'encontre de leurs expériences passées de l'accompagnement social font écho avec les constats dressés par le HCTS au sujet de la saturation des services et de son impact négatif sur le contact humain du travail social et le vécu des personnes suivies. Face au manque de moyen et de temps alloués aux travailleurs sociaux, la disponibilité et la qualité du contact des coordinatrices sociales du projet apparaissent clairement comme une source de soulagement supplémentaire pour certains, et comme un fort vecteur d'adhésion de la part des participants non seulement à ce volet du dispositif, mais également au projet Passerelle Plus dans son ensemble.

Pour une partie des personnes interrogées, les échanges avec l'ensemble des membres de l'équipe du projet – y compris pendant les temps d'enquête – sont ainsi présentés comme des moments permettant de rompre l'isolement et de trouver une écoute pour évoquer des problématiques qu'elles n'abordent pas dans leur quotidien avec leur entourage habituel. Les différents espaces de lien social créés par le projet – atelier, rendez vous auprès des coordinatrices sociales, temps d'enquête, mais aussi les temps d'échanges collectifs organisés après cette enquête pour les remercier de leur participation et interroger leur ressenti – apparaissent alors comme une composante à part entière du vécu du dispositif Passerelle Plus des participants. **Ce constat encourage à accorder une attention particulière aux besoins sociaux des publics concernés lors de la planification et l'implémentation de projets de recherche-action similaires.**



BIBLIOGRAPHIE

Abdelaziz, Selma. 2025. « Littérature alimentaire au sein des ménages à faible revenu: associations avec leurs stratégies d'adaptation lors d'atteinte à leur sécurité alimentaire ». Université de Montréal.

ACF. 2020. *L'intérêt des transferts monétaires dans la lutte contre la précarité*.

An, Ruopeng. 2013. « Effectiveness of Subsidies in Promoting Healthy Food Purchases and Consumption: A Review of Field Experiments ». *Public Health Nutrition* 16 (7): 1215-28. <https://doi.org/10.1017/S1368980012004715>.

ANSA. 2024. *Note thématique - Transferts monétaires*. Agence Nouvelle des Solidarités Actives. <https://www.solidarites-actives.com/sites/default/files/2024-06/Note%20transferts%20mon%C3%A9taires.pdf>.

Askelson, Natoshia M., Cristian Meier, Barbara Baquero, Julia Friberg, Doris Montgomery, et Christine Hradek. 2018. « Understanding the Process of Prioritizing Fruit and Vegetable Purchases in Families With Low Incomes: "A Peach May Not Fill You Up as Much as Hamburger" ». *Health Education & Behavior: The Official Publication of the Society for Public Health Education* 45 (5): 817-23. <https://doi.org/10.1177/1090198117752790>.

Beagan, Brenda, Gwen E Chapman, et Elaine Power. 2016. « Cultural and Symbolic Capital With and Without Economic Constraint: Food Shopping in Low-Income and High-Income Canadian Families ». *Food Culture & Society* 19 (mars). <https://doi.org/10.1080/15528014.2016.1145002>.

Bléhaut, Marianne, et Mathilde Gressier. 2023. *En forte hausse, la précarité alimentaire s'ajoute à d'autres fragilités*. No. 329. Consommation et modes de vie. CREDOC.

Bléhaut, Marianne, Mathilde Gressier, et Antoine Bernard de Raymond. 2023. « La débrouille des personnes qui ne mangent pas toujours à leur faim ». Sourcing Crédoc. CREDOC, septembre 1. <https://www.credoc.fr/publications/la-debrouille-des-personnes-qui-ne-mangent-pas-toujours-a-leur-faim>.

Bléhaut, Marianne, Mathilde Gressier, et Nolwenn Paquet. 2024. *Les difficultés des ménages précaires à suivre les recommandations alimentaires de santé publique - Note de synthèse n°41*. CREDOC. <https://www.credoc.fr/publications/les-difficultes-des-menages-precaires-a-suivre-les-recommandations-alimentaires-de-sante-publique-note-de-synthese-n41>.

Bory, Anne, Jose Angel Calderon, Blandine Mortain, Juliette Verdier, et Cécile Vignal. 2017. « Des « inactives » très productives. Le travail de subsistance des femmes de classes populaires ». *Tracés : Revue de Sciences Humaines* 32 (janvier). <https://doi.org/10.4000/traces.6862>.

Brocard, Charlie, Mathieu Saujot, Laura Brimont, et Sophie Dubuisson-Quellier. 2022. *Pratiques alimentaires durables : un autre regard sur et avec les personnes modestes*. février 1. <https://sciencespo.hal.science/hal-03614911>.

Caillavet, France, Katia Castetbon, Christine César, et al. 2014. « Inégalités sociales de santé en lien avec l'alimentation et l'activité physique ». Report, Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM). <https://inserm.hal.science/inserm-02102913>.

Canler, Romain. 2021. *Les Français face à la précarité matérielle*. Fondation Jean Jaurès. <https://www.jean-jaures.org/publication/les-francais-face-a-la-precarite-materielle/>.

Capps, Randy, Allison Horowitz, Karina Fortuny, Jacinta Bronte-Tinkew, et Martha Zaslow. 2009. *Young Children in Immigrant Families Face Higher Risk of Food Insecurity*. Research Brief. https://www.researchgate.net/publication/237334528_YOUNG_CHILDREN_IN_IMMIGRANT_FAMILIES_FACE_HIGHER_RISK_OF_FOOD_INSECURITY.

Carlos Da Silva Dias, João, et Saeko Imai. 2017. « Vegetables Consumption and Its Benefits on Diabetes ». *Journal of Nutritional Therapeutics* 6 (1): 1-10. <https://doi.org/10.6000/1929-5634.2017.06.01.1>.

Cavaillat, France, Nicole Darmon, Christophe Dubois, et al. 2021. *Vers une sécurité alimentaire durable : enjeux, initiatives et principes directeurs*. a. Terra Nova. <https://tnova.fr/societe/alimentation/vers-une-securite-alimentaire-durable-enjeux-initiatives-et-principes-directeurs/>.

César, Christine. 2005. *Etude Abena - 2004-2005 : Comportements alimentaires et situations de pauvreté - Aspects socio-anthropologiques de l'alimentation des personnes recourant à l'aide alimentaire en France*. Maladies chroniques et traumatismes. Cnam. https://solidarites.gouv.fr/sites/solidarite/files/2023-07/rapport_abena_etude_sociale.pdf.

Champ, Martine. 2018. « Devrions-nous manger plus de céréales complètes ? » *Cahiers de Nutrition et de Diététique* 53 (1): 22-33. <https://doi.org/10.1016/j.cnd.2017.12.001>.

Chen, Wei-ting. 2016. « From "Junk Food" to "Treats": How Poverty Shapes Family Food Practices ». *Food, Culture & Society* 19 (1): 151-70. <https://doi.org/10.1080/15528014.2016.1145008>.

Colombi, Denis. 2020. *Où va l'argent des pauvres*. Payot. <https://shs.cairn.info/ou-va-l-argent-des-pauvres-9782228925419>.

Darmon, Nicole, et Briend. 2001. « Équilibre nutritionnel et précarité socio-économique ». *Apports nutritionnels conseillés pour la population française*.

Deschamps, Valérie, Benoît Salanave, et Charlotte Verdor. 2025. *Fréquences nationales et régionales de consommations alimentaires par rapport aux recommandations nutritionnelles des adultes français : résultats des Baromètres 2021 hexagonal et DROM de Santé publique France*. N° 8. Bulletin épidémiologique hebdomadaire. <https://www.santepubliquefrance.fr/import/frequences-nationales-et-regionales-de-consommations-alimentaires-par-rapport-aux-recommandations-nutritionnelles-des-adultes-francais-resultats>.

Fondation Nestlé France. 2024. *Observatoire des vulnérabilités alimentaires - Partage des enseignements principaux de la 2^e édition*. <https://www.nestle.fr/sites/g/files/pydnoa566/files/2025-02/Observatoire%20Vuln%C3%A9rabilit%C3%A9s%20Edition%202020-202024%20-%20version%20courte%20jeunes%20et%20familles.pdf>.

Foodwatch. 2025. *Promotions alimentaires : l'enquête qui prouve que les supermarchés bradent notre santé*. Foodwatch.org. <https://www.foodwatch.org/fr/communiques-de-presse/2025/promotions-alimentaires-lenquete-qui-prouve-que-les-supermarches-bradent-notre-sante>.

Frigoli, Gilles. 2007. « Ordre moral, ordre local : le soupçon comme réponse à la vulnérabilité sociale ». *Carnets de bord*, no 13. <https://shs.hal.science/halshs-00181004>.

Gallegos, Danielle, Areana Eivers, Peter Sondergeld, et Cassandra Pattinson. 2021. « Food Insecurity and Child Development: A State-of-the-Art Review ». *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18 (17): 8990. <https://doi.org/10.3390/ijerph18178990>.

Gleizes, François, et Solard. 2025. *Privation matérielle et sociale en 2024*. No. 353. Insee Focus. INSEE. <https://www.insee.fr/fr/statistiques/8562005#titre-bloc-19>.

Gonzalez, Lucie, et Emmanuelle Nauze-Fichet. 2020. *Le non-recours aux prestations sociales - Mise en perspective et données disponibles*. No. 57. Dossiers de la Drees. DREES. <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2020-10/dd57.pdf>.

Gorge, Hélène. 2014. « Appartenir à la société de consommation en étant travailleur pauvre : une approche socio-historique de la construction de la figure du consommateur pauvre ». Phdthesis, Université du Droit et de la Santé - Lille II. <https://theses.hal.science/tel-01140877>.

Gorge, Hélène, et Nil Özçağlar-Toulouse. 2013. « Expériences de consommation des individus pauvres en France : apports du Bas de la Pyramide et de la Transformatrice Consumer Research ». *Décisions Marketing* 72 (4): 139-56. <https://doi.org/10.7193/DM.072.139.156>.

Hannafi, Cyrine, Rémi Le Gall, Laure Omalek, et Céline Marc. 2022. *Mesurer régulièrement le non-recours au RSA et à la prime d'activité : méthode et résultats | Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques*. Les dossiers de la Drees. DREES. <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/publications-communique-de-presse/les-dossiers-de-la-drees/mesurer-regulierement-le-non-recours-au>.

HCTS. 2023. *Livre blanc 2023 du travail social*. <https://solidarites.gouv.fr/livre-blanc-du-travail-social-2023>.

Jandaghian-Bidgoli, Mohammadamin, Elham Kazemian, Negin Shaterian, et Fatemeh Abdi. 2024. « Focusing attention on the important association between food insecurity and psychological distress: a systematic review and meta-analysis ». *BMC Nutrition* 10 (1): 118. <https://doi.org/10.1186/s40795-024-00922-1>.

Laé, Jean-François, et Numa Murard. 2015. « L'argent, c'est du temps ». *Terrains/Théories*, no 1 (janvier): 1. <https://doi.org/10.4000/teth.393>.

Lazarus, Jeanne. 2018. « 6. Pauvreté et rationalité du luxe ». *Sociologie. Regards croisés sur l'économie* 22 (1): 86-95. <https://doi.org/10.3917/rce.022.0086>.

Le Morvan, Franck, et Thomas Waneck. 2019. *La lutte contre la précarité alimentaire - Evolution du soutien public à une politique sociale, agricole et de santé publique* | Igas. IGAS. <https://www.igas.gouv.fr/La-lutte-contre-la-precarite-alimentaire-Evolution-du-soutien-public-a-une>.

Levi, Ronli, Sara N. Bleich, et Hilary K. Seligman. 2023. « Food Insecurity and Diabetes: Overview of Intersections and Potential Dual Solutions ». *Diabetes Care* 46 (9): 1599-608. <https://doi.org/10.2337/dci23-0002>.

Loopstra, Rachel. 2018. « Interventions to Address Household Food Insecurity in High-Income Countries ». *The Proceedings of the Nutrition Society* 77 (3): 270-81. <https://doi.org/10.1017/S002966511800006X>.

Mailhot, Matthieu, Florent Vieux, Fabien Delaere, Anne Lluch, et Nicole Darmon. 2017. « Dietary Changes Needed to Reach Nutritional Adequacy without Increasing Diet Cost According to Income: An Analysis among French Adults ». *PloS One* 12 (3): e0174679. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0174679>.

Martin, M. S., E. Maddocks, Y. Chen, S. E. Gilman, et I. Colman. 2016. « Food insecurity and mental illness: disproportionate impacts in the context of perceived stress and social isolation ». *Public Health* 132 (mars): 86-91. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2015.11.014>.

- Maynard, Merryn, Lesley Andrade, Sara Packull-McCormick, Christopher M. Perlman, Cesar Leos-Toro, et Sharon I. Kirkpatrick. 2018. « Food Insecurity and Mental Health among Females in High-Income Countries ». *International Journal of Environmental Research and Public Health* 15 (7): 1424. <https://doi.org/10.3390/ijerph15071424>.
- Moffat, Tina, Charlene Mohammed, et K. Bruce Newbold. 2017. « Cultural Dimensions of Food Insecurity among Immigrants and Refugees ». *Human Organization* 76 (1): 15-27. <https://doi.org/10.17730/0018-7259.76.1.15>.
- Moore, Graham F., Suzanne Audrey, Mary Barker, et al. 2015. « Process Evaluation of Complex Interventions: Medical Research Council Guidance ». *Research Methods & Reporting. BMJ* 350 (mars): h1258. <https://doi.org/10.1136/bmj.h1258>.
- Myers, Candice A. 2020. « Food Insecurity and Psychological Distress: A Review of the Recent Literature ». *Current nutrition reports* 9 (2): 107-18. <https://doi.org/10.1007/s13668-020-00309-1>.
- Paillé, Pierre, et Alex Mucchielli. 2012. *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Armand Colin. <https://doi.org/10.3917/arco.paill.2012.01>.
- Paturel, Dominique, et Magali Ramel. 2017. « Éthique du care et démocratie alimentaire : les enjeux du droit à une alimentation durable ». *Revue française d'éthique appliquée* 4 (2): 49-60. <https://doi.org/10.3917/rfeap.004.0049>.
- Peze, V., L. Dany, M. -L. Lumediluna, et J. -C. Thill. 2015. « Rôle et impact de la situation de précarité sur l'expérience de la maladie des patients atteints de diabète de type 2 ». *Médecine des Maladies Métaboliques* 9 (5): 523-28. [https://doi.org/10.1016/S1957-2557\(15\)30211-X](https://doi.org/10.1016/S1957-2557(15)30211-X).
- Pirus, Claudine. 2023. *Prestations sociales : Pour quatre personnes sur dix, le non-recours est principalement lié au manque d'information*. No. 1263. Etudes et résultats. DREES. <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2023-04/ER1263.pdf>.
- Qi, Xiang, Yaolin Pei, Gen Li, et al. 2024. « The Mitigating Role of Social Capital on the Association between Food Insecurity and Psychological Distress among Chinese Adults ». *The International Journal of Social Psychiatry* 70 (8): 1542-51. <https://doi.org/10.1177/00207640241277152>.
- Ramel, Magali. 2022. « Le droit à l'alimentation et la lutte contre la précarité alimentaire en France ». Phdthesis, Université de Tours. <https://hal.science/tel-03639344>.
- Ramel, Magali, Huguette Boissonnat Pelsy, Chantal Sibué-de caigny, et Marie-France Zimmer. 2016. *Se nourrir lorsqu'on est pauvre: analyse et ressenti de personnes en situation de précarité*. « Revue Quart monde » dossiers et documents, n° 25. ATD Quart monde.
- Régnier, Faustine, Nicolas Duvoux, Michèle Lelièvre, Maël Ginsburger, et Claire Auzuret. 2024. *Transition écologique et choix alimentaires : les classes populaires sous tension*. Conseil national des politiques de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale. <https://hal.science/hal-05038737>.
- Sarker, Prianka Maria, Angela Daley, et J. G. Malacarne. 2024. « The Effects of a Universal Income Transfer on Food Insecurity within Households ». *Agricultural and Resource Economics Review* 53 (2): 320-36. <https://doi.org/10.1017/age.2024.4>.
- Schneider, Carla Adriane. 2023. *Préparations culinaires des familles en situation de précarité alimentaire*. septembre 22, 165.
- Zhao, Jiaying, et Brandon M. Tamm. 2018. « Psychological Responses to Scarcity ». In *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.41>.

Ce projet de recherche a été financé par :

- l'Institut National du Cancer (INCa) dans le cadre de l'appel à projet SHS-RISP 2023
- l'Institut pour la Recherche en Santé Publique (IReSP) dans le cadre de l'appel à projet de recherche 2022 sur les Services, Interventions et Politiques favorables à la santé (SIP) soutenu par la CNAM, la DGS, l'Inserm et Santé Publique France 2023
- la Fondation des Solidarités Urbaines (N°2024N008)
- le Programme National pour l'alimentation (PNA-SNANC AA0 2023/2024)
- la Fondation Daniel et Nina Carasso (00160085/PR-183922)
- la Caisse Nationale des Allocations Familiales (CNAF 23-001)