

# Concertation et diagnostic

## L'accès à l'alimentation des habitant·es des quartiers prioritaires de la politique de la ville

### Annexe

<b>Méthodologie</b> .....	<b>1</b>
<b>Lille - 19 juillet 2023</b> .....	<b>2</b>
<b>Bordeaux - 25 juillet 2023</b> .....	<b>4</b>
<b>Paris - 5 septembre 2023</b> .....	<b>6</b>
<b>Strasbourg - 12 septembre 2023</b> .....	<b>8</b>
<b>Rillieux-la-Pape (69) - 15 septembre et 13 octobre 2023</b> .....	<b>10</b>
<b>Marseille - 19 septembre 2023</b> .....	<b>13</b>
<b>Brest - 13 octobre 2023</b> .....	<b>16</b>
<b>Lyon, 8<sup>ème</sup> arrondissement - 12 octobre 2023</b> .....	<b>17</b>
<b>Valence et Lorient-sur-Drôme - 17 octobre 2023</b> .....	<b>18</b>
<b>Toulouse - 27 avril 2023</b> .....	<b>21</b>

## Méthodologie

Les **ateliers participatifs** avec les adhérent·es des associations locales ont été animés en utilisant la méthodologie des **chapeaux de Bono**.

Les ateliers de concertation ont été menés en s'appuyant sur la méthodologie des chapeaux de Bono pour développer la pensée créative et limiter l'autocensure. Elle consiste à aborder un sujet selon différents chapeaux (neutres, émotion positive, émotion négative, créativité et organisation) afin de séquencer la pensée. Après avoir abordé l'ensemble des chapeaux, on obtient une vision globale du sujet et des propositions concrètes, ici autour de l'accès à l'alimentation des adhérent·es dans leur quartier. Les échanges avec les adhérent·es illustrent combien chaque aspect, suivant l'aménagement du quartier, l'offre commerciale et associative, peut devenir autant un vecteur d'émancipation et de satisfaction qu'un facteur d'isolement et d'accroissement des inégalités.

Les **échanges dans l'espace public** avec les habitant·es des quartiers populaires se sont appuyés sur la technique d'éducation populaire du **porteur de parole**. Elle consiste à afficher de manière très visible une question puis à recueillir la parole des citoyen·nes. Quelques verbatims issus des échanges sont ensuite notés sur des supports qui seront affichés afin de susciter l'échange avec les passant·es.

**Lille - 19 juillet 2023**

**Atelier participatif - 6 adhérent-e-s dans les locaux de VRAC Hauts-de-France  
« L'alimentation dans mon quartier »**

**1 - Description de l'offre alimentaire**

"Dans ma résidence de personnes retraitées, je vois des repas non attractifs, il y a peu de légumes et tout se ressemble"

"Au Leclerc, il y a des fruits et des légumes pourris"

"Un magasin bio, c'est trop cher"

"Carrefour, c'est deux fois plus cher"

"Le marché permet d'acheter des fruits et des légumes"

"Les petits producteurs sont plus chers, mais la qualité gustative est meilleure"

"Quand on prend en petite quantité, ça va"

"On a peu de quantité si on veut acheter de la qualité au marché"

"A Lidl et Aldi, les légumes viennent de Belgique"

"Les magasins de proximité ont tous fermé"

"On doit aller loin et dans plusieurs magasins pour trouver des produits qui nous conviennent"

"J'ai un Auchan à 10 minutes à pied"

**2 - Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas**

"Dans mon quartier, ça coûte cher et tout est de mauvaise qualité"

"Ça m'énerve que les prix ne soient pas les mêmes"

"Ça m'énerve de devoir me déplacer dans plein de magasins pour comparer les prix"

"Je suis obligée de m'adapter à l'offre"

"On n'a pas le choix et c'est compliqué"

"C'est une offre qui me correspond moyennement"

"C'est cher, pas terrible, ça n'a pas de goût et je ne prends pas de plaisir à faire mes achats"

"Je trouve qu'il y a de l'élitisme dans les magasins bio, on voit que ce n'est pas pour nous"

"On a plus de proximité dans les magasins"

"Ça me met en colère qu'on crève de faim au XXIème siècle"

"Toutes les boulangeries ferment, l'électricité augmente"

"À cause de la concurrence des grandes surfaces"

"On a plus de contact humain"

"On s'inquiète plus les uns des autres"

"On a que des lieux de livraison, plus de magasin"

"On a plus de producteurs locaux"

"Les gens ne mangent pas à leur faim"

**3 - Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui**

"Mon quotidien s'est amélioré grâce aux paniers de légumes locaux (ndlr : via les jardins de Cocagne)"

"Ça me plaît de comparer et de me promener pour faire mes courses"

**4 - Ce dont on rêve pour un meilleur accès à l'alimentation**

"Des lois qui interdisent les produits mauvais pour la santé"

"Des ateliers pour (ré)apprendre à cuisiner"

"Des ateliers pour tous les âges"

"(re)Sensibiliser au goût"

"Un grand restaurant où on puisse manger bio pour pas cher une fois par semaine"

"Un lieu où on puisse cuisiner pour 2/3 jours et rapporter chez soi des plats avec de bons produits"

"Avoir accès à des légumes"

"Apprendre à cuisiner, faire découvrir de nouveaux goûts aux enfants"

### **5 – Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir**

"Des financements aux associations afin qu'elles aient de la liberté pour développer leurs projets"

"Des lieux qui démocratisent les produits de qualité"

"Aller plus vers les habitants des quartiers"

"Rendre visible"

"Casser les idées reçues sur le bio"

"VRAC c'est spécial, c'est une question de contact humain, ici on sait qu'on est à notre place"

"Montrer un panier type VRAC aux personnes : avec ça on peut cuisiner X repas"

## **Echange dans l'espace public - environ 15 personnes De quoi je rêve pour mon quartier en matière d'alimentation ? Quartier Pont-de-Bois (Villeneuve-d'Ascq)**

« Du bio »

"Des jardins partagés et des fermes en cueillette"

"Une épicerie avec des produits du monde pour représenter toutes les cultures" Thalie, 30 ans

"Cultiver de la nourriture"

"Un marché de producteurs"

"J'aimerais un marché avec des produits exotiques (plantain...) et des produits frais comme du poisson", Thalie, 30 ans

"Des circuits courts et des jardins partagés"

"Un marché deux fois par mois"

"Que mes petits-enfants mangent des produits de qualité"

"Diversité, responsabilité, raisonnable et accessibilité"

"Un marché avec des légumes, tout coûte cher maintenant" M. Ben Ali, 52 ans

"Une épicerie avec des produits du monde pour représenter toutes les cultures" Thalie, 30 ans

"Avoir un marché avec des fruits et légumes pour être en bonne santé" Lillya, 42 ans

"Des magasins de proximité, vraiment dans les quartiers" Daouda, 23 ans

"On nous dit de manger 5 fruits et légumes par jour mais c'est trop cher avec l'inflation." Daouda, 23 ans



## Bordeaux – 25 juillet 2023

### Atelier participatif - 10 adhérentes de La Maison Popote, quartier Dravemont à Floirac « L'alimentation dans mon quartier »

#### 1 – Description de l'offre alimentaire

Principalement à Lidl + 1 autre grande surface (Carrefour, Auchan, et Aldi cités)

Et à la Maison Popote (+ groupement d'achats pour certaines)

1 personne a cité le marché

1 personne a cité la Biocoop? mais estime les prix trop chers

1 personne a cité la boucherie pour la qualité de la viande

1 personne se rend chaque semaine dans le jardin partagé de son quartier (bénévolat actif, partage et récolte)

En résumé > 3 points d'approvisionnement en moyenne (2 grandes surfaces + MP)

"De plus en plus d'offres de proximité de snacking-malbouffe et pas assez de magasins avec des produits de qualité"

"Aucune boulangerie à proximité, obligé d'aller loin"

"Offre limitée sur le bio et les produits exotiques"

#### *Il me faut combien de temps pour y aller ?*

Une moyenne de 10 à 15 min pour se rendre sur ces différents points d'appro.

A noter qu'une adhérente fait 2H aller-retour en tram pour venir à la Maison Popote

#### *Comment je m'y rends ?*

Une grande majorité à pied

Et aussi à pied + tram

2 des personnes utilisent la voiture et 1 personne fait du co-voiturage

#### 2 – Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas

"De la colère quand il faut passer en caisse"

"Même Lidl c'est cher"

"Etonnée quand je vois ce qu'il y a dans mon caddie et le prix affiché"

"Dégoutée des prix, tout est cher... On s'enfoncé... On est obligé de faire avec"

"Déçue par la qualité des produits en grandes surfaces... Trop de produits transformés... Manque de goût"

"La résilience est difficile... Je saute des repas pour pouvoir continuer à m'acheter des produits de qualité... Je refuse d'acheter des produits nocifs pour ma santé"

"J'ai peur pour ma santé"

"Je suis inquiète des conséquences des produits achetés en grande surface sur ma santé"

"Energée par le non-respect des produits et d'autrui... Les gens dans les magasins balancent les fruits, les légumes et donc les abiment et ne soucient pas des personnes qu'ils veulent acheter ces produits ensuite"

"Dégoutée des prix, heureusement il y a la MP"

#### 3 – Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui

"De la joie quand j'ai assez d'économies pour acheter des produits de qualité qui me font plaisir. Je ne dépense pas mes économies dans des bijoux, des activités ou des vêtements, mon plaisir c'est la cuisine"

"Satisfaction des produits et des prix à la MP"

"Contente du prix à la MP"

### 3 - Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir

"Une boulangerie à proximité"

"Plus d'offres de produits frais (légumes, fruits, produits laitiers) et de produits exotiques"

"Une plus grande Maison popote avec encore de plus de produits (frais et secs)"

"Plus de produits en vrac et moins d'emballages"

"Pouvoir choisir son alimentation qu'importe ses moyens"

"Plus de justice alimentaire"

"Que tout le monde puisse payer moins cher ses courses"

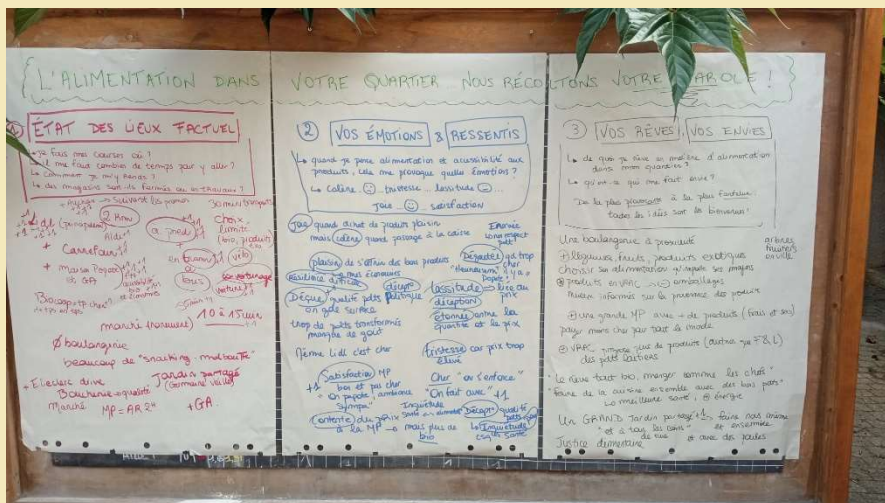
"Pouvoir manger tout en bio, manger comme les chefs, des petites quantités avec des produits de qualité. C'est meilleur pour notre santé."

"Faire de la cuisine ensemble avec des produits de qualité"

"Un grand jardin partagé pour faire nous-même et ensemble"

"Des jardins partagés à tous les coins de rues et avec des poules"

"Planter des arbres fruitiers en ville"



## Paris – 5 septembre 2023

### **Atelier participatif - 7 adhérent-es du groupement d'achat Charles Hermite, Paris 18<sup>ème</sup> « L'alimentation dans mon quartier »**

#### **1 – Description de l'offre alimentaire**

Ce qui existe :

Quelques petites épiceries de proximité à moins de 5 min à pied  
1 centre commercial avec un Carrefour et un Leclerc (entre 10 et 15 min)  
1 magasin LIDL  
Plusieurs boulangeries  
2 marchés à 10/15 min  
Beaucoup de fastfood : entre 5 et 7  
Quelques supermarchés spécialisés (Paris Store)

Ce qui n'existe plus :

Une boucherie qui a fermé il y a 15/20 ans  
Un marché qui s'est arrêté au début des années 90

#### **2 – Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas**

"Il n'y a plus rien qui ne me convienne dans le quartier"  
"Je mets 1h pour aller dans un autre quartier acheter des produits frais"  
"Je préfère sacrifier une demi-journée pour acheter ce que je veux et trouver des aliments de qualité"  
"Quand je vois l'uberisation, les produits sur transformés... ça m'angoisse... Qu'est-ce qu'il y a dans les produits ?"  
"J'ai eu des problèmes de santé, maintenant je regarde les étiquettes encore et encore, je stresse pour les "e" (additifs)..."  
"On sait que les produits trop salés, sucrés, gras... sont mauvais et pourtant il n'y a pas de réel travail politique qui oriente l'alimentation"  
"Quelle alimentation pour nos enfants dans le quartier ?"  
"On sait que ce n'est pas bon, mais on n'a pas le choix à cause du prix"

#### **3 – Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui**

"On a des bus et le tram pour se rendre dans les magasins alimentaires"  
"Il y a deux associations qui ont poussé la réflexion : la Corvée et VRAC. Grâce à elles, je m'engage dans une réflexion sur le rapport à l'alimentation, la manière dont elle est produite..."  
"Sans ces deux associations, rien ne nous fait sauter de joie"  
"Je suis optimiste parce qu'à VRAC on peut choisir, débattre sur la qualité, avoir des infos sur la traçabilité des produits"  
"J'ai constaté qu'il y a de plus en plus de vente en vrac dans les magasins, surtout dans les magasins bios. Je l'utilise car ça me permet de limiter les quantités dont j'ai besoin"  
"VRAC ça permet de vraiment choisir"  
"La corvée c'est un restaurant végétal et ça c'est innovant"

#### **4 – Ce dont on rêve pour un meilleur accès à l'alimentation**

"Il y aurait une ou plusieurs poissonneries, tous les commerces de bouche (charcuterie, boucherie...)"

"On aurait des jardins suspendus sur les toits"

"On aurait un jardin partagé"

"On aurait un marché avec des produits frais de France, du bio mais pas trop cher..."

"Il y aurait de vrais espaces pour les enfants, des lieux de dégustation pour découvrir le goût des aliments... et la même chose pour les adultes"

"Une boulangerie, mais avec du vrai pain et de la vraie farine (sous-entendu pas industriel)"

"Pour les personnes âgées, un lieu pour partager autour de l'alimentation"

"On ne se poserait plus la question de pouvoir acheter un produit, on aurait les moyens, sans délaissier la qualité et la rémunération des producteurs"

## **5 – Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir**

"Monter une boutique VRAC pour avoir un espace quotidien et dans le quartier"

"Ce ne serait pas un lieu riquiqui"

"Un lieu où on a la place de s'asseoir, de se poser, de prendre un thé ou un gâteau..."

"Un lieu dédié à l'alimentation et aux habitants du quartier où on se rencontre, où on échange, où on apprend, où on cuisine et accessible financièrement"

"Mettre en place des ateliers et de la gym"

"Un lieu qui lie alimentation et santé et où les habitants peuvent s'investir dans le fonctionnement"

"Un service solidaire de livraison / d'accompagnement aux courses"

"Des producteurs qui viennent vendre leurs produits"

"Cela pourrait être de la précommande pour les produits des producteurs et une boutique au quotidien sans commander"



## Strasbourg - 12 septembre 2023

### Atelier participatif - 7 adhérent·es au Centre Social et Culturel de Hautepierre - Le Galet « L'alimentation dans mon quartier »

#### 1 - Description de l'offre alimentaire

##### *Ce qui existe :*

Auchan et Aldi dans le centre commercial à 10 minutes à pied

Biocoop et Naturalia sont en ville, cela représente une sortie pour certaines personnes

Le marché de Hautepierre, mais pas de producteurs locaux

Une boulangerie

Un Grand Frais

Une camionnette d'un producteur local passe le soir pour vendre du lait, des œufs (etc.), mais les personnes n'achètent pas par ce biais (trop cher)

##### *Ce qui n'existe plus :*

Le centre commercial a fermé il y a 20 ans, remplacé par le centre social

La boulangerie, derrière le centre social, a également fermé

#### 2 - Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas

"Je suis obligée de sortir tous les jours pour faire les courses"

"A Grand Frais c'est impossible de trouver des produits locaux"

"A Auchan il y a trop de monde, on attend très longtemps, il n'y a pas suffisamment de personnel."

"Il n'y a aucun producteur sur notre marché"

"Je suis obligé d'aller en ville pour trouver un marché agréable"

"Les légumes achetés au marché, sont pourris en deux jours. Ce n'est pas cher, mais ce n'est pas de la bonne qualité"

"A Auchan, les produits sont déjà pourris même dans le magasin"

"Maintenant c'est devenu rare d'acheter de la viande"

"La viande en bio est horriblement chère"

#### 3 - Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui

"Les prix discount c'est bien"

"On trouve tout dans la galerie d'Auchan"

"La présence de VRAC m'a beaucoup aidé, les produits ne sont pas trop chers et se conservent bien"

"Le quartier est bien desservi par les transports" (un tram qui relie le quartier au centre-ville en 15/20 min)

#### 4 - Ce dont on rêve pour un meilleur accès à l'alimentation

"Un lieu agréable où s'installer, un salon de thé par exemple"

"Un Flunch : quand on faisait nos courses à Auchan on se donnait rendez-vous avant au Flunch, ce n'était pas cher, c'était convivial"

"Déplacer le marché de Hautepierre sur une place plus grande pour avoir plus d'espace"

"Avoir un marché couvert, comme dans les grandes villes, avec de la place pour circuler"

"Augmenter les revenus et les minimas sociaux"

"Avoir plus de transparence sur les produits bios"

"On se sentirait en sécurité quand on va au marché, ce qui n'est pas le cas actuellement"

#### 5 – Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir

"Avoir plus de produits à VRAC et des produits laitiers"

"Trouver dans un seul endroit tout ce dont j'ai besoin et ne pas aller dans plein de magasins"

"Dites-leur de nous écouter"

### **Echange dans l'espace public - environ 11 personnes De quoi je rêve en matière d'alimentation dans mon quartier ?**

"Je trouve que c'est assez bien fourni, mais je suis à côté (du centre commercial) alors c'est facile",  
Bérénice, 22 ans

"Il faudrait créer plus de liens entre les producteurs et les habitants" Gérard, 71 ans

"Il nous manque un lieu convivial pour manger sur le pouce avec les enfants"

"J'ai tout ce qu'il me faut dans le quartier, mais il faut que je mange plus équilibré avec mes problèmes de santé. Pour cela, il faudrait que ce soit moins cher" Femme, 45 ans

"Dans mon quartier (Elsau) il n'y a aucun commerce. Ils construisent un magasin, mais ce n'est ni un Aldi, ni un Lidl... ce sera cher. Je trouve ça inadmissible" Femme, 50 ans

"Je travaille dans le quartier et il n'y a que des fastfoods pour manger le midi. Il manque des lieux agréables" Malek, 22 ans

"Pour ma santé, j'ai dû changer mon alimentation tout en faisant attention au prix, parfois il faut faire des choix" Josiane, 68 ans

"Avoir accès à des produits bio moins chers, pour notre santé et pour la planète" Warda

"Aldi ça sent mauvais, je ne veux pas y aller" Homme, 45 ans

"La nourriture et les couches sont trop chères" Femme, 30 ans

"Avoir une boulangerie et des commerces de proximité"



## Rillieux-la-Pape (69) – 15 septembre et 13 octobre 2023

### Atelier participation – 5 adhérent-es du groupement d'achat Centre social la Velette

#### 1 – Description du paysage alimentaire

"Au supermarché Carrefour, les rayons bio et "boucherie / charcuterie" ont été supprimés. Il n'y a plus que du halal."

"Il y a beaucoup d'offres = plusieurs marchés. Nous sommes bien pourvus."

"Les marchés de Crépieux et Vancia ont disparu."

"Il y a une super coopérative Alter-Conso (produits bio),"

"Il y a des paniers "???" fraîcheur" - commande de paniers locaux"

"Il y a des producteurs locaux sur le marché"

"Il y a un distributeur automatique (casiers de produits locaux)."

"Épicerie de Léonie"

"GA VRAC"

"Pas de poissonnerie"

"Un seul boucher halal"

"Une épicerie sociale et solidaire portée par le CCAS"

#### 2 – Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas

"Je ne vois que de la nourriture industrielle dans les caddies."

"De plus en plus d'enfants en surpoids, c'est préoccupant !"

"Les fruits et légumes sont boostés par les produits chimiques sur le marché."

"Chez Grand Frais et boucherie Andrée, les produits viennent du monde entier."

"Les producteurs de Rillieux utilisent des produits chimiques à fond la caisse."

"Beaucoup de gens ne peuvent pas (bien) manger : différentes collectes à la suite qui interrogent."

"Les gens jettent."

"Ma fille a trop à gérer, elle n'a pas le temps."

"La pression des enfants sur les parents pour le marketing."

"Problème d'informations et d'éducation à l'école."

"Quand on va à l'aide alimentaire, les gens n'ont pas le choix (boîtes de conserve, pots pour bébé)."

"Les gens sont plus intéressés par le prix que par le bio et la qualité. Comment sensibiliser ?"

"Peu de soutien de la part des pouvoirs publics."

#### 3 – Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui

"Variétés alimentaires : marché, magasins bio, Vrac, chez Léonie..."

"On a la possibilité de bien se nourrir."

"Jardins proches de la mosquée"

"Concours cuisine"

"Épicerie sociale"

"Alter-Conso : produits de qualité / accessibles"

"Territoire connecté à la production agricole"

"Mixité sociale qui permet d'une offre"

"Bouche à oreille"

"Les petits commerces créent du lien social."

#### **4 – Ce dont on rêve pour un meilleur accès à l'alimentation**

"Que des petits commerçants comme avant (avec nos contenants comme à l'époque de nos grands-parents)."

"Des commerces à Vancia = une boulangerie"

"Des magasins bio, pas chers"

"Qu'on redonne des terres à cultiver aux paysan·nes et les aider à s'installer."

"Des commerces accessibles physiquement"

"Une offre alimentaire ambulante"

"Un monde où on aurait tué Internet."

"Un restaurant avec uniquement des plats sains où l'on apprend à cuisiner ensemble avec de bons produits."

"Que plus de gens épargnent de manière solidaire pour financer plus de projets d'alimentation solidaire."

#### **5 – Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir**

"Soutenir les petits commerces"

"Sanctuariser les zones de production agricole"

"Petits commerces, en bas des tours, accessibles économiquement en réfléchissant à des achats groupés fournisseurs + subventions + mise à disposition d'un local par la mairie"

"Actions dans les écoles pour éduquer à la bonne bouffe"

"Tester les épicerie ambulantes dans les zones désertes en commerces."

"Proposer des produits bio et locaux partout où il y a des enfants (crèches, écoles, centres de loisirs) et à tous les âges de la vie (ado)."

"Avoir une meilleure information sur la composition des produits."

"Un restaurant bon et pas cher où l'on peut cuisiner ensemble."

### **Echange dans l'espace public - environ 13 personnes**

#### **Tout le monde peut-il bien manger ?**

"Non ! Malheureusement ! Il faudrait une MESA ici" Alexiane, 30 ans

"Les enfants sont plus exposés à la malbouffe" Sophie, 46 ans

"Bien manger=cuisiner. Un vrai plaisir de voir ses enfants manger ce qu'on leur a cuisiné ! Farah, 51 ans.

"Bien manger= cuisiner soi-même, acheter les fruits et légumes de saison et locaux. Il faut avoir les moyens financiers" Yvonne, 72 ans

"Non, c'est de plus en plus difficile pour les familles de manger 5 fruits et légumes. Le poisson, la viande, le lait ont augmenté. Le café a doublé de prix." Eliane

"Tout dépend de son appétit... et de son porte-monnaie. Bien manger = Pouvoir choisir, certains mangent par nécessité" Jacques 82 ans

"Pour bien manger, il faut bien s'organiser et faire la cuisine soi-même. On peut réussir à bien manger sans trop dépenser. Il faut aller voir "les anciens" pour leur demander des recettes" Chantal

"D'un point de vue financier, bien manger peut-être compliqué pour une famille nombreuse, d'autant plus quand on a un régime alimentaire particulier" Cédric 37 ans

"Non, les prix augmentent à cause de l'inflation. L'alimentation est "l'élastique" entre ce que nous sommes obligés de dépenser : le logement, l'énergie, les charges..." Josiane, 76 ans

"C'est la galère de bien manger. Je suis au RSA. Je trouve des combines pour la viande grâce aux barquettes avec des dates courtes de péremption à 1€ mais ça n'existe plus. J'ai vu des sacs à Lidl partir à la poubelle parce que maintenant ils ne font plus que les -30%. C'est trop cher pour moi. Je suis Madame Prix : y a certaines choses que j'achète chez Aldi et d'autres chez Inter ou Lidl même pour

gagner 50 centimes. Je vais aux Restos du Cœur, mais ça ne vaut pas la peine en tant que célibataire (j'ai un demi-poireau). "Chris 51 ans"

"Les fruits et légumes du marché n'ont pas de goût, ça reste cher. Les prix de l'alimentation sont trop élevés : œufs, poissons, viandes. C'est le seul plaisir qui nous reste." Muriel 44 ans

"Les enfants préfèrent les sandwiches que les légumes et la cuisine de chez moi (Algérie)" Siham, 38 ans

"Pour mieux manger c'est mieux de ne pas être seule. Depuis 2014, je ne cuisine plus (mort de mon mari)"

"Je suis femme de ménage, je n'ai pas les moyens de m'acheter une bonne alimentation"



## Marseille - 19 septembre 2023

### Atelier participatif - 7 adhérent-es au centre social Frais Vallon

#### 1 - Description de l'offre alimentaire

"C'est quoi aujourd'hui l'alimentation à Frais Vallon ?"

"Avant : 1 ED + 1 SODIM fermés"

"Un seul commerçant très cher : alimentation + boucherie"

"Achats à Noailles (marché les mardis & vendredis), Lidl Chartreux, bus - Carrefour Le Merlan"

"VRAC"

"Boulangerie souvent en travaux, poissonnerie au bâtiment N (illégal) et légumier"

"Épicerie solidaire du Centre social + PAMA, mais pas pour tout le monde"

"Ventes au camion au bâtiment E (X2) et légumier le vendredi au bâtiment I (illégalité)"

#### 2 - Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas

"Besoin de commerces ici"

"Ce n'est pas un modèle que nous avons envie de donner à nos enfants"

"Années 2000 : début de la dégringolade alimentaire et financière"

"Seuls produits de bonne qualité = VRAC mais trop cher"

"Alimentation défaillante : périmé + non-respect de la personne"

"Une vente de colis détournés pour être distribués au détail aux personnes souhaitées (privilèges, distribution à la tête du client)"

"Trop cher : on se prive pour les enfants"

"Hygiène qui laisse à désirer (fromages au soleil, produits périmés, ventes illégales)"

"Des files d'attente pour des produits périmés : c'est grave que les gens ne puissent pas se nourrir"

"Pas de pain complet"

"Manque une grande surface (Aldi, Carrefour)"

"Le magasin Casino sur l'avenue de la Rose est trop cher"

"Les personnes âgées ne peuvent pas faire leurs courses"

#### 3 - Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui

"Le centre social avec PAMA pour 12 familles (un panier bio de 3 € pour une valeur de 18 €, épicerie so famille, VRAC"

"Solidarité entre voisins"

"Repas collectifs, ateliers de cuisine, partage de recettes (PAMA, VRAC et CS)"

"Découverte de nouveaux légumes (navet râpé)"

"Maternelle : gâteaux pour les anniversaires, Chandeleur"

"Ramadan / Aïd : gâteaux pour les voisins"

"Repas de Noël"

"Ilots potagers de Frais Vallon (bâtiment 3) »

"Association des Terres Intérieures"

"Terrain de l'agriculteur PAMA"

"Sorties Safranière / ferme pédagogique"

#### 4 – Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir

"Un espace de vente et des produits de qualité respectueux pour les personnes qui les achètent"

"Propre / sécurisé"

"Un jardin pour défendre les valeurs écologiques et pour que les gens soient plus proches de la nature"

"Végétalisation avec du comestible"

"Poulailler"

"Une épicerie solidaire plus grande et plus ouverte"

"VRAC : prix moins chers, permanences, à venir - 50 % sur justificatif"

"Sorties à la campagne à poursuivre"

### Échange dans l'espace public - environ 39 personnes

#### Tout le monde peut-il bien manger ?

"Il vaut mieux mourir que vivre dans la souffrance" Kheira

"Cela fait longtemps qu'on ne mange plus correctement à cause des additifs dans les produits. L'arrosage des fruits et des légumes n'est plus naturel" Une habitante des olives

"Tout le monde ne mange pas à sa faim, mais il y a des pays où c'est pire" Taya

"Non, les gens ne peuvent pas bien manger. Non, Non, Non !" Madame la chiante

"Non, tout le monde ne peut pas bien manger, il y a de la pauvreté partout" Sofia

"J'aime bien me faire à manger à la maison. C'est important d'avoir un bon repas. Je mange seul chez moi et je cuisine tous les jours." Lazare

"Les inégalités ne font que s'accroître, ça va de pire en pire. Bien manger, c'est manger les produits de la terre, du lieu où l'on vit. Certains pourraient arrêter de s'acheter des marques pour remplir le frigo, même si je sais que c'est difficile" Jocelyne

"La vie est chère, le loyer a tellement augmenté qu'on cherche comment le payer plutôt que de bien manger. On ne mange plus comme avant, la vie est de plus en plus chère, les revenus de plus en plus bas" Salima

« Déjà, il faut se demander ce que ça veut dire bien manger. Avec tout ce qu'on ajoute dans les produits.... Le chimique... On mange que ça maintenant » Nicole Frais Vallon

"Les prix ont tellement augmenté qu'il n'est même plus possible de faire certaines choses à la maison comme le pain, les gâteaux..." Rubia

"Bien manger c'est être rassasié (au moins deux fois par jour). C'est une question de moyens, mais aussi de temps pour faire les repas. Je prépare beaucoup les pâtes, c'est simple on peut mettre plein de choses dedans." Fred

"Tous les prix ont augmenté de 3 ou 4 euros". Une habitante du quartier la Mane/blanche

"Ici c'est la débrouille. Je vis au jour le jour en achetant des paniers à 4€ au marché aux puces. Manger c'est la faim." Queb et Weeb

"On mange toujours la même chose : le riz, les pâtes, pas de légumes, pas de poisson, pas de viande." Jocelyn, Frais Vallon

"J'ai l'impression que les prix ont doublé en 10 ans. Il faut faire sans cesse des sacrifices. Je donne souvent à mon petit-fils, étudiant, qui saute parfois des repas." Abdelkader

"Ben non, parce qu'il n'y a pas de sous..." une retraitée

"Non, les gens ne mangent pas à leur faim. Ils n'ont pas de travail et ne peuvent pas manger normalement." Mohamed, 57 ans

"Tout a augmenté mais les salaires restent insuffisants par rapport au pouvoir d'achat. On se prive de fromage, viande et charcuterie pour payer les charges. C'est devenu un luxe, il faut bien faire un choix. Et pour se soigner..." Karim des Lillas

"Je mange rarement. Je laisse souvent pour ma famille, mais souvent c'est moi qui n'ai pas envie de manger." Gabrielle

"J'aime bien avoir du monde à table pour partager. Je fais aussi des repas pour les autres (les anniversaires au centre). C'est triste que plein de personnes ne puissent bien manger parce que ça vaut cher." Amaria

"On mange de moins en moins bien. Il y a du sucre et des produits chimiques de partout." Un monsieur de 75 ans

"Non, tu vas à Casino, à Lidl, c'est trop cher. Pour les pauvres... rien ! Je vois les gens qui font les poubelles dans les rues." Une habitante

"On peut bien manger avec des choses simples. J'aime beaucoup cuisiner. Les gens font des choix, c'est aussi de leur faute s'ils achètent d'autres choses que de l'alimentation." Anna

"Aujourd'hui, on ne mange pas pour vivre, pour le plaisir, mais pour survivre (remplir son ventre). Personne ne peut bien manger, même les gens qui travaillent. Ceux qui gèrent, qui décident n'en ont rien à faire. Il faudrait qu'ils se réveillent avant qu'il ne soit trop tard." Houda et Amine

"Depuis le passage à l'euro, tout a augmenté. La vie c'est de la merde, on ne peut rien faire et il y a trop de gens qui ne peuvent pas manger ou ne pas choisir. Pour moi et mes enfants c'est important d'avoir des bons aliments (je n'achète plus de viande qui n'a pas grandi en plein air). Nathalie

"Bien manger, c'est manger à sa faim. Aujourd'hui ce n'est plus possible... Si je mange de la viande, je ne peux pas acheter les fruits. Il faut faire des choix, tout est devenu trop cher." Dalida

"J'ai une retraite de 590 €. Une fois les charges, les impôts payés, que me reste-t-il pour manger ? La viande et le poisson sont inaccessibles !" Mireille

"J'ai 550€ par mois avec la CAF et mon invalidité. Le frigo est toujours vide, je prends petit à petit. Heureusement, je récupère de la nourriture dans une association." Stéphane

"Certaines personnes n'ont pas de revenus et de grandes familles. Ma sœur a une voisine en difficulté et c'est nous qui l'aidons". Rim

"C'est tellement cher, les gens n'ont pas les moyens de se nourrir convenablement. Il faut donc aller dans les destocks. Sans véhicule, cela fait loin." Hassina

"Les protéines sont chères. Le bio est vraiment cher, il n'y a que nous au centre social qui pouvons acheter du bio pas cher" Hevania et Ahmed

"Ce n'est plus comme avant, les fruits ont trop augmenté, le pain, les légumes.... tout ! Il faut que ça change !" Fadela et Fatima



## Brest - 13 octobre 2023

### Atelier participatif - 5 adhérent-es

#### 1 - Description de l'offre alimentaire

- "A la création du quartier, il y avait une supérette et une rue commerçante"
- "Puis il y a eu le Lidl et la boulangerie, on se rencontrait dans ses deux magasins"
- "Super U et Netto ne sont pas très loin"
- "Ceux qui ont une voiture vont chez Lidl ou chez Leclerc, certains en bus également"
- "On connaît beaucoup de gens qui vont au Secours Populaire"
- "Une personne m'a déjà dit qu'on lui avait proposé du lait avec une DLC dépassée"
- "Le Cabas et VRAC ont entraîné une évolution pour se nourrir mais surtout chez les plus de 50 ans"
- "VRAC est un lieu d'échange, 50 personnes y viennent, on discute sur les produits, les recettes..."

#### 2 - Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas

- "La viande on en mange de moins en moins ? Est-ce nécessaire de manger de la viande ?"
- "Il y a de l'insécurité dans les commerces : la boulangerie a fermé suite à une agression"
- "Le Super U a été attaqué lors des émeutes, et s'il fermait ?"
- "Comment bien manger quand on n'a pas d'argent ? Par exemple le couple de jeunes que l'on a interrogé dans notre travail sur l'alimentation à 160€/mois pour se nourrir à 3"
- "La pauvreté s'installe, heureusement qu'il y a la cantine"
- "Je pense qu'il y a une dégradation de l'alimentation chez les jeunes"

#### 3 - Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui

- "Depuis le Cabas et VRAC, on cuisine beaucoup plus, d'autant plus quand on est en retraite"
- "On connaît les producteurs"
- "Les produits sont de qualité"
- "C'est un service pour les gens du quartier, les habitants nous disent que "c'est bien ce que vous faites"
- "Les échanges sur les recettes ça crée du lien entre les gens"
- "C'est à nous de nous prendre en main si on veut manger de la qualité"
- "Nous sommes attentifs à une juste rémunération des agriculteurs"

#### 4 - Ce dont on rêve pour un meilleur accès à l'alimentation

- "Manger bio"
- "Il y a 1ha exploitable à Kéréderm, pour certains c'est difficile de penser à un jardin exploité par les habitants mais pour d'autres ce serait plus motivant de travailler ensemble"
- "Pourquoi pas un verger, il y a déjà quelques pommiers"

#### 5 - Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir

- "Des moments de partage, des ateliers cuisine"
- "Organiser des gros repas, des banquets avec les produits du cabas et VRAC"
- "Organiser des repas multiculturels"
- "Donner les moyens d'exister aux groupements d'achats, sans les salariés on ne pourrait pas fonctionner"

## Lyon, 8<sup>ème</sup> arrondissement - 12 octobre 2023

### Échange dans l'espace public autour de la MESA, Maison Engagée et Solidaire de l'Alimentation - environ 10 personnes Tout le monde peut-il bien manger ?

« Non ce n'est pas possible sauf s'il y a des initiatives collectifs. Par exemple au groupe local ATD Quart Monde un jardin partagé a été développé : ça a permis du lien social, ça permet de découvrir les richesses entre nous et ça donne moins envie de consommer n'importe quoi » Sophie

« Le panier des courses est doublé, on rogne sur les loisirs pour garder la qualité de notre alimentation. » Ayoub

« Pour les personnes à mobilité réduite, c'est très difficile de manger sain tous les jours, par que le fauteuil coûte très cher. Mon compagnon mange beaucoup de viande, avec notre budget je dois choisir entre lui et moi. Avec mon régime alimentaire spécifique je dois manger de la viande et je n'arrive pas à toujours » Hafida

« On ne peut rien acheter. L'APL a été réduite. Je touche moins de 1100€ par mois et je suis diabétique ». Hadda

« C'est parfois possible quand on arrive en fin de marché ou chez les grossistes » Hélène, 34 ans

« Avec la caisse commune de l'alimentation, en faisant les choses collectivement, on pourra peut-être changer les choses » Gaëlle

« Ici à la MESA, oui c'est possible ! Ailleurs c'est compliqué... »

« Non a cause de l'inflation... on ne peut pas plus acheter de viande alors que ma mère est anémique. » Sonia

« Quand on est diabétique on ne peut pas manger ce qu'on veut, surtout quand on manque d'argent » Sonia

## Valence et Loriol-sur-Drôme - 17 octobre 2023

### Atelier participatif - 7 adhérent-es du groupement d'achat De Loriol-sur-Drôme

#### 1 - Description de l'offre alimentaire

- « Un Vival dans le centre-ville »
- « 2 boucheries »
- « Le Vival vend des produits tous préparés, peu de fruits et de légumes »
- « Un Intermarché et un Leclerc, à la sortie de la ville, à 5km du centre-ville ou 5 min en voiture »
- « Impossible de s'approvisionner sans voiture »
- « Un marché le vendredi matin : de la viande, des légumes, du fromage, du poulet rôti »
- « Il n'y a pas de maraîcher ou d'arboriculteur sur le marché »
- « Les marchés sont de plus en plus petits »
- « Les restos du cœur sont au cœur de Livron, il faut y aller en navette. »
- « 2 boulangeries »
- « CCAS : possibilité de colis »
- « Les produits locaux, il faut se déplacer chez eux »

#### 2 - Ce qui me gêne, m'attriste, ce qui ne fonctionne pas

- « Il faut toujours prendre sa bagnole pour faire les courses »
- « En vélo c'est dangereux à cause de la nationale »
- « On est obligés d'avoir une voiture, tout le monde n'a pas forcément une voiture »
- « On ne peut pas tout faire dans un seul magasin »
- « On ne trouve pas tout ce que l'on veut dans le même magasin. Je vais au Lidl le matin et à Leclerc l'après-midi »
- « Le prix est de plus en plus élevé : mon charriot me coûte 50€ de plus »
- « Cacao, café, beurre... les produits de base ont vraiment augmenté »
- « On change nos habitudes à cause des prix »
- « La viande j'en achète plus, à part du porc de temps en temps »
- « Moi j'essaie de trouver des plans directs à la ferme pour la viande »
- « Le boucher c'est trop cher et on ne sait pas ce que l'on mange, il y a trop de gras »
- « Il y a plein de produits que je n'achète plus car il y a plein de saletés dedans (sel, sucre... ) »
- « Moi je ne mets pas de sucre dans mes coulis de tomate, dans les produits transformés il y en a »
- « Il faut toujours regarder les prix au kilo »
- « On passe son temps à se méfier de tout, des prix »
- « Ici on trouve des produits avec trop d'emballage »

#### 3 - Ce qui me convient, ce qui fonctionne aujourd'hui

- « A VRAC on prend la qualité que l'on veut »
- « Si vous allez à VRAC, vous verrez que le thé ce n'est pas de la poudre mais des vraies feuilles »
- « On a peu près tout à proximité, pas besoin de faire 30 minutes de route »
- « On n'est pas loin de la campagne, on peut manger local »
- « On peut aller chez les producteurs, les fruits et légumes ne chauffent pas dans les camions donc ça s'abîme moins vite »

- « Au marché, c'est un revendeur de légumes mais ça se conserve toujours plus que ceux de Intermarché, on voit que c'est plus frais »
- « On trouve tout ce qu'il faut sur le secteur. Pas besoin d'aller à Montélimar ou à Valence. »
- « On a des ateliers cuisine et c'est vraiment intéressant, on sent qu'on est écoutés. »
- « Je peux acheter des fruits directement chez les producteurs »
- « On est précurseurs sur la bio dans la Drôme »
- « C'est un département qui vit la Drôme »
- « On peut se garer facilement si on se déplace en courses en voiture »
- « La mairie et le département soutiennent le développement de l'agriculture biologique. »
- « VRAC c'est grâce à la mairie »

#### **4 – Ce dont on rêve pour un meilleur accès à l'alimentation**

"Dans certains pays, les gens qui ont des jardins et trop de production mettent des panneaux dans leur jardin pour en faire profiter les autres"

"On peut éviter le gaspillage si on fait ça !"

"Il y a des producteurs qui jettent leur surplus, on pourrait imaginer un endroit dédié, un endroit stratégique pour que les gens puissent les récupérer des fruits, des légumes"

"On pourrait ouvrir des halles dans la ville avec tous les producteurs locaux, comme avant, deux fois par semaine"

"Il faudrait un marché plus grand"

"Il faudrait peut-être mettre le marché le samedi ou le dimanche (plutôt que le vendredi)"

"Il faudrait réapprendre à cuisiner, donc faire des ateliers cuisine pour réapprendre et avoir de nouveau envie"

"Le restaurant associatif ça pourrait être bien : un jour des bénévoles peuvent cuisiner, le lendemain ces bénévoles peuvent y manger, on pourrait revendre à prix coûtant à des personnes aux revenus modestes"

"Le restau associatif il pourrait y avoir des repas bradés pour ceux qui n'ont pas les moyens"

#### **5 – Ce qui nous semble prioritaire pour les années à venir**

- « Un restaurant solidaire avec les surplus des producteurs »
- « On récupère tous les produits qui devraient être jetés »
- « On pourrait récupérer tous les surplus »
- « Un projet basé sur la confiance »
- « Un lieu où on puisse s'informer sur tout ce qui existe dans la collectivité »
- « Un tiers lieu alimentaire pour pouvoir se nourrir »
- « Un lieu de lien social, on ne sait pas toujours où aller chercher de l'alimentation »
- « Ce serait un lieu d'échange, un lieu de rencontres »
- « On communiquerait à l'école, à la mairie, par le bouche à oreille, sur les devantures des magasins...»

### **Echange dans l'espace public environ 20 personnes Est-ce que tout le monde peut bien manger ?**

"On est obligés de comparer les prix entre tous les stands au marché."

"Pour acheter du poisson je compare pendant 1 mois les prix pour acheter quand c'est le moins cher... et finalement j'achète à la fin 500 gr de poisson" Abdenour, 60 ans

"Bien manger non, manger peut-être... Bien manger c'est manger équilibré, un peu de tout avec des protéines, des fruits, des légumes... les prix ont augmenté depuis le covid" Abdenour, 60 ans

"Non, car c'est trop cher..." Héléna

"Bien manger c'est aussi avoir des produits frais de proximité"

"Non, on ne nous demande pas notre avis. Tous les prix ont augmenté, même à Lidl, maintenant on ne trouve plus rien à 1€ le kilo" Habitante de Valence

"La qualité n'y est plus. Tout est aseptisé et c'est mauvais pour la santé"

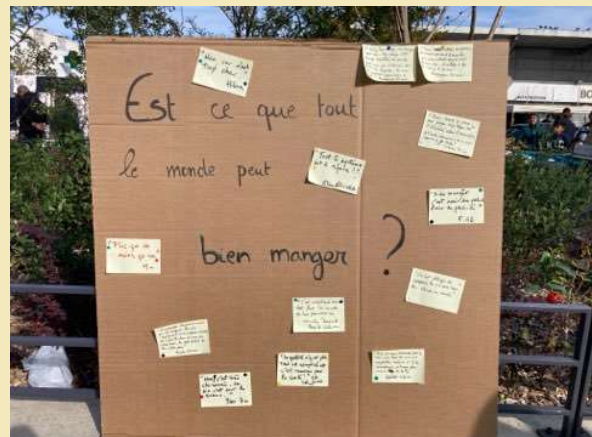
"Tout le système est à refaire"

"Non c'est très cloisonné. Le bio c'est pour les bobos" Yves, 70 ans

"Impossible quand on n'a pas les moyens. les prix augmentent et on continue d'acheter car on n'a pas le choix... Alors les trucs pas importants, les petits plaisirs, je les achète plus" Zineb, 45 ans

"C'est compliqué, on doit faire 30 minutes de bus pour venir au marché" Habitante de Bourg les Valence

"Plus ça va... moins ça va" M



**Toulouse – 27 avril 2023**

**Echange dans l'espace public environ 20 personnes  
Est-ce que tout le monde peut bien manger ?**

"Oui ! Nous avons perdu l'esprit communautaire. Nous avons oublié que nous devons partager avec nos voisins ! Aujourd'hui, c'est nous qui jetons à la poubelle en choisissant la date de péremption !" ??? 40 ans

"C'est compliqué, car il faut avoir la connaissance et j'ai l'impression que ce sont toujours les mêmes qui savent" Ève

"Oui ! Mais les efforts seront beaucoup plus conséquents pour certain-e-s. Il faut avoir le temps, l'argent et l'information" Anaïs, 20 ans

"Aujourd'hui bien manger, c'est aussi pouvoir manger à sa faim."

"Non, je ne pense pas, c'est une question de moyens et d'éducation. Je sais que je peux bien manger, du bio, grâce aux associations." Evelyne, 65 ans

"Non, je ne pense pas. Savoir que les brocolis sont bons pour la santé ne les rend pas accessibles." Martin, 26 ans

"Ce sont les riches qui mangent pour tous !" Denis, 32 ans

"Trop de précarité pour bien manger. Je suis moi-même en situation de précarité. Je suis bénévole. C'est dur." Nadine, 60 ans (environ)

"Si c'est redistribué, tout le monde pourrait bien manger". Mr, 26 ans

"Comment bien manger quand on ne nous propose que de la merde ?" Cathy, 35 ans

"On peut manger... au mieux !" Saïd, 33 ans

"30 % de la population mondiale est en dessous du seuil de nutrition minimum." Christian, 68 ans