



Synthèse labo CAP 17 juin 2025



H Boissonnat Pelsy



Fonds européen agricole pour le développement rural : l'Europe investit dans les zones rurales



métropole GrandNancy

Carasso Daniel & Nina



Fondation



Direction Régionale de l'alimentation, de l'agriculture et de la forêt.



INTRODUCTION

Une journée dédiée au pouvoir d'agir des plus pauvres et de leurs partenaires à Vincery et la présence d'un stand d'Emplettes&Cagettes a permis de montrer comment ensemble on peut mieux se nourrir avec le développement des collectifs d'acheteurs

La matinée a été l'occasion de rencontrer des personnes en précarité et des travailleurs sociaux autour du sujet de l'alimentation et de la santé des plus pauvres

Le programme

Découvrez des bons plans ,
rencontrez des partenaires de
terrain, échangez autour de vos
besoins et repartez avec des
solutions concrètes pour :

- Améliorer votre pouvoir d'achat
- Accéder à des aides ou conseils personnalisés
- Trouver des idées pour consommer autrement

9H45 : DISCOURS DE BIENVENUE

AU FIL DE LA JOURNÉE

- ÉCHANGES ET CONSEILS
- ACTIVITÉS LUDIQUES
- ZONE DE GRATUITÉ
- JEU DE PISTE
- VENTE/RÉPARATION VÉLOS
- VENTE DE VÊTEMENTS

1_ Alimentation/habillement/équipement
Bien manger, bien s'habiller... sans se ruiner !
astuces pour consommer malin, ventes solidaires, bons plans.

2_ Logement & factures
Réduire ses charges, c'est possible !
Eco-énergie, aides au logement, gestion de budget.

3_ Vie sociale, vacances & loisirs
Des loisirs accessibles à tous !
Activités, centres de loisirs, vacances à petit prix, bibliothèque vivante.

4_ Mobilité
Se déplacer sans se ruiner!
Réparation/vente de vélos, transport solidaire, infos pratiques.

5_ Trucs & astuces
Bons plans à partager entre habitants.
Zone de gratuité, conseil du quotidien, entraide locale.

CONSTATS ET ANALYSE

Le labo s'est tenu dans la matinée lors du forum, une vingtaine de personnes dont la moitié ayant connu la précarité alimentaire et des bénévoles associatifs ou des travailleurs sociaux. La moyenne d'âge est jeune, une trentaine d'années, deux messieurs sont plus âgés, un bénévole et une personne au RSA.

Les constats analyses et préconisations ont été réalisées ensemble en écrivant sur un tableau ce qui a été très constructif et interactif

On constate

UN MANQUE D'ARGENT : PAS SEULEMENT POUR LES ALIMENTS MAIS POUR LA PRECARITE EN GENERAL

Analyse :

« Le chômage, la sécu protège mal si on n'a pas de travail, depuis 5 ans je suis sans travail pas d'invalidité, j'ai le RSA »

« J'ai eu un accident de travail qui est mal couvert »

« La maladie, l'AAH qui vient pas et hop on bascule »

« L'invalidité il faut 3 ans au minimum »

« Trop de facture, la gestion est difficile avec peu d'argent

L »es accidents de la vie, divorce, prison etc.

L'ASPA les gens la prennent pas parce qu'elle est récupérable, les gens ils veulent pas la prendre pour que la maison et l'héritage revienne aux enfants

UNE ALIMENTATION PAS EQUILIBREE

- a. Parce qu'on ne peut pas cuisiner

Analyse : Souvent on n'a pas envie, on ne sait pas, on a été élevé dans des familles de l'ASE

- b. Pas de matériel pour cuisiner
- c. Pas de savoir cuisiner
- d. On ne peut pas cuisiner

Analyse : On a un handicap, on a droit d'asile on est en hôtel

- e. On accède seulement à de la malbouffe

Analyse : Les nutriments ne sont pas là, il y a un impact sur la santé, les choses équilibrées sont chères

C'est un problème d'équilibre un vrai marécage alimentaire dans lequel on se débat, les choses sont chères pas accessibles et les promos non plus

L'ISOLEMENT EN LIEN AVEC LA PRECARITE ALIMENTAIRE

« Du coup on a pas le plaisir de manger »

J'ai bossé en CHR, c'est autre chose qui est à traiter c'est aussi la santé, pas de dents pour macher, les corps sont abimés

Analyse : on n'a pas envie, c'est plus cher de manger quand on est seul , pas de plat partagé

LA SANTE MENTALE EST AUSSI SOUVENT A L'ORIGINE DE TROUBLES DE L'ALIMENTATION, ON EST DEPRESSIF, ON NE MANGE PLUS

Ça c'est vrai pour tout le monde, on voit bien que quand ça va pas ou on mange trop ou on mange pas ... mais l'alimentation va avec le bien être

LES GENS QUI N'ARRIVENT PAS A REMPLIR LE FRIGO,

- a. Donnent aux enfants et eux ne mangent pas
- b. Cherchent des bons alimentaires
- c. On fait des colis de dépannage
- d. Mais attention il y a des critères bancaires, enfin pas tous
- e. Il faut aller aux resto du cœur, au secours Cath, à la croix rouge à la BA

PROPOSITIONS

REVENUS FINANCIERS

IL faut créer des emplois adaptés : pour des corps mal nourris et usés

Il faut que les biens essentiels soient moins chers : offre alimentaire en lien avec les revenus de base

Il faut que la maladie n'impacte pas l'accès aux biens essentiels, vivre malade, invalide doit être possible pas survivre

Informers les personnes qui sont isolées et seules pour qu'il y ait moins de non-recours aux droits

IMPACT SUR LA SANTE

Les aliments équilibrés doivent être accessibles dans les grandes surfaces

Les jardins nourriciers ouverts aux personnes pauvres

Arrêter la pub sur les produits mauvais pour la santé, faire des promos pour le meilleur fruits, légumes et viande

On rencontre les personnes à la salle de fitness et là en parler

TRAVAILLER L'OFFRE DE PRODUITS SAINS EQUILIBRES LOCAUX ACCESSIBLES

Les associations doivent réfléchir pour acheter pas cher avec nous

Il faut donner des astuces pour avoir mieux et pas cher, pas juste donner des sous ou des chèques

Les circuits courts doivent être accessibles aux pauvres mais aussi aux personnes seules, regroupements ?

JOUER COLLECTIF

Informers et faire de la sensibilisation là où sont tous les gens Les salles de fitness

Former des associations pour le bien manger ou intervenir dans les associations

Organiser des balades des moments détente avec les personnes qui se sentent isolées

Faire des actions locales au plus près de l'habitat des gens