

# Six millions d'adultes victimes d'"insécurité alimentaire"

LE MONDE | 23.11.2013 à 09h51 | [Catherine Rollot](#)

**C'est la France des frigos vides. Celle des produits discount et des petits paniers, celle aussi qui peine à frapper aux portes des associations caritatives pour se faire aider. Alors que s'ouvre lundi 25 novembre la 29e campagne des Restos du coeur, qui risque cette année d'atteindre le chiffre record de 1 million de personnes accueillies, de plus en plus de familles vivent en « insécurité alimentaire ».**

De ces ménages qui doivent faire des restrictions telles qu'ils n'ont plus accès en quantité mais surtout en qualité aux aliments pour satisfaire leurs besoins nutritionnels et leurs préférences alimentaires, on sait peu de chose. En France, contrairement aux Etats-Unis, la notion est encore mal connue et souvent confondue avec l'absence ou l'insuffisance de sécurité des aliments. La tentation est aussi facile de restreindre cette population à celle des 3, 5 millions de bénéficiaires de l'aide alimentaire. Pourtant, de l'avis de Nicole Darmon, directrice de recherche à l'Institut national de la recherche agronomique (INRA), qui a étudié les comportements alimentaires des personnes défavorisées, 12,2 % des adultes appartiendraient à un foyer en « *situation d'insécurité alimentaire pour raisons financières* », soit plus de 6 millions de personnes, un chiffre bien supérieur à la population qui a recours à l'aide alimentaire. « *Ce phénomène, même s'il est trois fois plus fréquent parmi les ménages défavorisés, ne se résume pas à la pauvreté monétaire, explique Mme Darmon. On estime ainsi que 22 % des personnes qui vivent en dessous du seuil de pauvreté sont en situation d'insécurité alimentaire. Bien que plus faible, cette proportion atteint près de 8 % parmi les personnes vivant au-dessus de ce seuil.* »

Plus jeunes que la moyenne de la population, plus souvent des femmes ou des personnes seules, les victimes de la précarité alimentaire sont aussi celles qui ont les déséquilibres nutritifs les plus importants. Elles consomment ainsi encore moins de fruits et de légumes que les plus pauvres mais aussi beaucoup plus de produits sucrés et de plats cuisinés, alors que les plus modestes se tournent plutôt vers les féculents raffinés (pâtes, riz, pain...). « *On peut être pauvre mais ne pas être dans une insatisfaction alimentaire, souligne Mme Darmon. L'assiette peut être remplie de féculents, mais le fait de faire de vrais repas, de se mettre à table, n'engendre pas la même frustration. En revanche, le "snacking", les repas simplifiés, consommés dans un contexte d'isolement, entraînent une alimentation déstructurée, source d'insatisfaction et de carence.* »

Par isolement, par manque d'information ou par pudeur... une grande part de cette population se tient souvent en marge de la distribution alimentaire. Ainsi Laurent Leroy, 50 ans, ouvrier au chômage depuis quatre ans à la suite d'un licenciement économique, a essayé pendant longtemps de « faire avec ». Au fur et à mesure de la baisse de ses indemnités chômage, la question de l'alimentation pour cet habitant de Montdidier (Somme) se résumait à une équation simple : « manger ce que je pouvais

*m'acheter* », en gros des conserves à bas prix, avalées sans plaisir, sur un coin de table. Et de temps en temps de la viande.

Il y a quelques mois, en fin de droits, « *au fond du trou* », avec 485 euros mensuels, il s'est finalement décidé à demander de l'aide à la Croix-Rouge, qui lui distribue deux fois par mois un colis de nourriture. Pour utiliser au mieux les 80 euros mensuels qu'il consacre à son alimentation, il suit aussi un atelier cuisine proposé par l'association caritative une fois par mois. « *J'ai retrouvé le goût de la cuisine, des repas équilibrés, même si je dois tout calculer* », explique Laurent Leroy qui, chaque matin, traque les rabais et promotions dans son supermarché et rêve de manger des huîtres, « *une envie qui remonte à 2007, quand travaillait encore* ».

Au Secours populaire, c'est un peu indirectement que l'association caritative a touché du doigt l'existence de ces « invisibles », pour qui les repas ont un goût de plus en plus amer. « *L'année dernière, raconte Jean-Louis Callens, secrétaire national chargé de l'aide alimentaire, nous avons constaté deux phénomènes inquiétants. Au niveau national, le nombre de personnes qui recevait des colis alimentaires avait augmenté de 13,2 %. Parallèlement, nous accusions une baisse de 8 % de nos donateurs fidèles, un socle fait d'ouvriers ou d'employés qui donnaient entre 50 et 100 euros par an.* »

L'association a alors mené une enquête pour comprendre les raisons de ce désengagement. « *Une grande partie de ces contributeurs modestes était en but à des difficultés, suite à une perte d'emploi ou une mise à la retraite. A notre grande surprise, nous avons découvert des situations très difficiles, avec des gens qui rognent de plus en plus leur budget alimentation et qui ne voulaient pas se retrouver de l'autre côté de la barrière, en quelque sorte, et demander à bénéficier d'une aide alimentaire.* » Pour le seul département du Nord-Pas-de-Calais, 1 600 anciens donateurs en difficulté ont finalement accepté un coup de pouce, après l'intervention de l'association caritative.

Pour Gaëtan Lassale, chargé de mission à l'Observatoire pauvreté-nutrition-alimentation (Opnalim), une initiative lancée il y a un an par la Fédération des banques alimentaires pour encourager la réflexion et les recherches sur les conséquences de la pauvreté sur la nutrition, « *l'alimentation est devenue une variable d'ajustement dans le budget familial, à tel point que le thème de l'insécurité alimentaire autrefois apanage des pays pauvres du Sud, touche désormais les pays riches du Nord* ». Un constat corroboré par l'enquête de l'Insee, parue en juillet, sur les comportements de consommation en 2011. A la question : « *Si vos ressources actuelles augmentaient de 10 %, que feriez-vous en priorité avec cet argent ?* », 16 % des ménages modestes ont répondu qu'ils consacraient leur argent à l'alimentation contre 11 % en 2005.