



Fiche n°1

La précarité alimentaire : de quoi parle-t-on ?

La précarité, ça veut dire quoi ?

Dans un **rapport du Conseil économique et social**¹ de 1987 portant sur les questions de pauvreté et de précarité, la précarité est définie comme suit :

« La **précarité** est l'absence d'une ou plusieurs des sécurités, notamment celle de l'emploi, permettant aux personnes et familles d'assumer leurs obligations professionnelles, familiales et sociales, et de jouir de leurs droits fondamentaux (...) ».

Il existe plusieurs types de précarités :

on peut parler de **précarité « alimentaire »** comme de **précarité « énergétique »** ou de **précarité « économique »** par exemple. Le concept de précarité alimentaire est ainsi une des déclinaisons thématiques possibles du concept de précarité.

Dans un rapport récent, la précarité alimentaire est définie comme « **une conjonction entre une situation de pauvreté économique et une série d'empêchements socio-culturels et politiques dans l'accès à une alimentation durable** »².

La précarité alimentaire renvoie à des difficultés qui vont au-delà de la question de ne pas pouvoir manger à sa faim

Une personne peut être en situation de précarité alimentaire car elle n'arrive pas à se nourrir et nourrir sa famille en quantité suffisante, mais aussi parce qu'elle est contrainte de manger des aliments de qualité moindre, ou qui ne correspondent pas à ses préférences gustatives ou à des besoins spécifiques qu'elle pourrait avoir compte tenu de son âge ou de son état de santé par exemple.

En France cuisiner et manger ensemble sont pour beaucoup de personnes tout aussi importants que la qualité et la quantité des produits alimentaires.

Cette précarité est souvent induite par le **manque d'argent** pouvant être consacré à l'alimentation, mais peut aussi être liée à **l'absence dans l'environnement proche de commerces permettant l'achat de la nourriture souhaitée, ou l'absence de moyens de transport pour y accéder.**

La notion de « **désert alimentaire** » a été développée pour désigner les espaces où les habitants ne peuvent pas se procurer des aliments qu'ils souhaitent à des prix abordables³.

Des chercheurs⁴ ont proposé une autre définition de la précarité alimentaire prenant en compte ces différents aspects:

La **précarité alimentaire** traduit une « situation dans laquelle une personne ne dispose pas d'un accès garanti à une alimentation suffisante et de qualité, durable, dans le respect de ses préférences alimentaires et de ses besoins nutritionnels, pouvant entraîner ou découler de l'exclusion et de la disqualification sociale ou d'un environnement appauvri ».

¹ WRESINSKI Joseph, Grande pauvreté et précarité économique et sociale, Conseil économique et social, Paris, 1987

² Terra Nova, *Vers une sécurité alimentaire durable*, 10 novembre 2021

³ Fabrique des territoires et santé, « Alimentations et territoires : comment garantir localement une alimentation de qualité et accessible à tous ? », *Dossier ressources*, février 2018

⁴ Labo de l'économie sociale et solidaire (ESS), *Agir contre la précarité alimentaire en favorisant l'accès de tou-te-s à une alimentation de qualité*, octobre 2021.



Qui sont les personnes concernées par la précarité alimentaire ?

La précarité alimentaire concerne des populations très différentes (familles composées d'un enfant ou plusieurs enfants et d'un seul parent, chômeurs, travailleurs pauvres, jeunes non-qualifiés, retraités, étudiants etc.) et **touche les territoires de manière inégale.**

Il existe une très grande diversité de situations de précarité alimentaire car celles-ci sont le résultat de la combinaison de plusieurs facteurs comme la situation familiale, la situation économique, la situation vis-à-vis de l'emploi, l'âge, le logement, la santé, la situation géographique ou encore la mobilité.

Par exemple, une personne seule vivant en milieu rural et n'ayant pas de possibilité de se déplacer ne rencontre pas le même type de difficultés pour se nourrir qu'une mère ou un père ayant à sa charge plusieurs enfants et habitant en ville. Cela implique que pour résoudre ces situations, il faut pouvoir proposer différents types de réponses.

La précarité alimentaire est difficile à traduire en chiffres. La plupart des données disponibles, notamment sur le nombre de bénéficiaires de l'aide alimentaire, proviennent des principales associations d'aide alimentaire. Or, toutes les personnes en situation de précarité alimentaire, pour différentes raisons, ne disposent pas de cette aide. Cela peut être car il n'y ont pas droit ou par manque de connaissance du système, par manque d'offre accessible ou encore par gêne voire honte d'y avoir recours. Le pourcentage de personnes en situation de précarité alimentaire concernés par ce non-recours n'est pas connu.

La pauvreté touche les territoires français de façon différente

Certains départements affichent une proportion particulièrement élevée de personnes en situation de pauvreté (mesurée par le taux de pauvreté).

- Dans les Outre-Mer par exemple, en 2018, le taux de pauvreté s'élève à **29,8%** en Martinique et **38,9 %** à la Réunion.
- En métropole, le Pas-de-Calais et la Seine-Saint-Denis affichent respectivement **19,3%** et **28,4 %** de taux de pauvreté ⁵.

⁵ INSEE, « Taux de pauvreté selon l'âge du référent fiscal en 2018 : comparaisons départementales », 2021



La précarité en France : quelques ordres de grandeur

Personnes en situation de pauvreté monétaire en France

- D'après l'INSEE⁶, une personne est considérée comme pauvre lorsqu'elle vit dans un ménage dont le niveau de vie est inférieur au seuil de pauvreté. **En 2019, en France métropolitaine, 9,2 millions de personnes - soit 14,6 % de la population - vivaient en dessous du seuil de pauvreté** (fixé à 60 % du niveau de vie médian, il correspondait à **1 102 euros par mois pour une personne seule**⁷).
- On parle de grande pauvreté quand une personne rencontre des privations sociales et matérielles importantes et qu'elle perçoit de très faibles revenus (**moins de 930 euros par mois pour une personne seule**). **En France en 2018, 1,9 million de personnes étaient en situation de grande pauvreté**⁸.

Bénéficiaires de l'aide alimentaire et insécurité alimentaire en France



- En 2017, **3,3%** de personnes appartenant à un foyer ont utilisé une aide alimentaire au cours du mois précédant l'enquête⁹.
- En 2017, le nombre de personnes en insécurité alimentaire était estimé à **12%**⁹.

Précarité alimentaire : quelques chiffres clés



- **1 Français sur 5** déclare ne pas arriver à se procurer une alimentation saine et équilibrée pour assurer trois repas par jour¹⁰.
- **1 Français sur 5** déclare sauter certains repas pour des raisons financières¹¹.

⁶ Institut national de la statistique et des études économiques

⁷ Insee-DGFIP-Cnaf-Cnav-CCMSA, [enquête Revenus fiscaux et sociaux](#) 2015 à 2019 ; modèle Ines 2020 (ERFS 2019 actualisée)

⁸ INSEE, « Revenus et patrimoine des ménages, Edition 2021 », 2021

⁹ Anses, Troisième étude individuelle nationale des consommations alimentaires (Etude INCA3). Avril 2017.

<https://www.anses.fr/fr/content/inca-3-evolution-des-habitudes-et-modes-de-consommation-de-nouveaux-enjeux-en-mati%C3%A8re-de>

¹⁰ Secours populaire/Ipsos, *Baromètre de la pauvreté 2018*, 2018. 12% des personnes interrogées ont répondu « oui, beaucoup » à la question : « Rencontrez-vous des difficultés financières pour vous procurer une alimentation saine vous permettant de faire 3 repas par jour ? ». 8% ont répondu « oui, un peu ».

¹¹ Secours populaire/Ipsos, *Baromètre de la pauvreté 2021*, 2021. 8% des personnes interrogées ont répondu « oui, souvent » à la question « Vous arrive-t-il de sauter des repas pour des raisons financières » ? et 12% ont répondu « oui, parfois ».



Bien manger, ça coûte combien ?

Budget alimentaire

- De manière générale, **la part du budget des ménages consacrée à l'alimentation a baissé** : d'après l'INSEE elle est passée en moyenne de **34,6% en 1960 à 16,1% en 2017¹²**, notamment en raison de la hausse des niveaux de vie.
- Plus les budgets des ménages sont faibles, plus les choix alimentaires (qui ne relèvent pas uniquement des goûts ou des habitudes) sont contraints car le montant disponible pour l'alimentation est faible mais ce peu d'argent pèse lourd dans le budget total. Ces contraintes pèsent fortement sur la qualité nutritionnelle de l'alimentation consommée.
- La part du budget consacré à l'alimentation augmente quand le budget total diminue : en 2017 elle est d'environ 18% chez les plus pauvres et 13% chez les plus aisés.
- **En France, le budget alimentaire qui permettrait à une personne de se procurer un panier équilibré (c'est-à-dire nutritionnellement adéquat) serait de 3,85 € par jour et par personne**, d'après une étude de l'INRAE¹³.



L'alimentation : une variable d'ajustement du budget des ménages ?

- **La part du budget des ménages consacrée à l'alimentation est plus importante chez les ménages les plus pauvres : l'alimentation est le second poste budgétaire pour les 17,2 % de la population les plus défavorisés¹⁴.**
- Pour autant, parce que certaines dépenses fixes comme le logement ou les transports constituent des contraintes vis-à-vis desquelles on n'a que peu de marges de manœuvre, l'alimentation est le poste de dépense que l'on va le plus souvent chercher à diminuer en cas de difficultés financières : on parle ainsi de « **variable d'ajustement** ».

¹² « Les dépenses des ménages en 2017. Enquête Budget de famille – Insee Résultats »

<https://www.insee.fr/fr/statistiques/4648335?sommaire=4648339>

¹³ Darmon N. Nutrition, Santé et pauvreté. In « L'autodiagnostic Accessible : Pour une alimentation durable accessible à tous », Partie "Ressources" N°8. p 86-89. Janvier 2020. Ce chiffre a été obtenu en considérant que les aliments étaient achetés à leur prix moyen.

¹⁴ CNA, *Avis 81. Alimentation favorable à la santé*, 2018