

L'Observatoire
des Restos

ÉTUDE CARACTÉRISTIQUES DES PERSONNES ACCUEILLIES À L'AIDE ALIMENTAIRE DES RESTOS DU CŒUR

2024-2025



Données de l'étude

Le traitement statistique présenté ici a été effectué sur les 2318 centres qui accueillent les ménages à l'aide alimentaire. Ce traitement portera d'une part sur l'ensemble des ménages, d'autre part sur l'ensemble des personnes qui les constituent.



LES MÉNAGES¹

L'analyse portera sur **560 000 ménages**.

Les ménages dont il est question ici sont les ménages accueillis à l'aide alimentaire pendant les campagnes d'été et d'hiver 2024-2025.

Sont exclus du champ les ménages dont la demande est « refusée² ».



LES PERSONNES

L'analyse sur les personnes portera donc sur **1 266 039 personnes**. Cette analyse ne concerne que les personnes appartenant aux ménages acceptés et dont la demande d'aide alimentaire n'a pas été inactivée³.

Sont également exclues de cette étude les personnes accueillies sur les activités « Gens de la rue » de l'association, ce qui correspond à 2 300 000 contacts pour les campagnes 2024-2025⁴. Ces personnes sont généralement privées de logement. Il est donc difficile de recueillir des données auprès d'elles. Leur accueil est inconditionnel et sans aucune inscription préalable. Mais même si nous n'avons pas d'informations précises sur leurs situations et leurs profils, il semble évident que ces personnes se trouvent dans des situations encore plus précaires que celles accueillies à l'aide alimentaire « classique » des Restos du Cœur.

En résumé, sauf mention contraire, dans ce rapport les chiffres portent sur 560 000 ménages et 1 266 039 personnes.



LA TEMPORALITÉ

L'étude concerne les personnes accueillies entre avril 2024 et mars 2025 ce qui correspond à l'activité opérationnelle des Restos 2024-2025.

La période considérée se divise en deux séquences, correspondant à des modalités d'intervention distinctes :

- ➔ **D'avril à novembre 2024**, une première phase dite « d'été » durant laquelle les mesures de freinage étaient en vigueur, particulièrement sur le barème d'accès à l'aide alimentaire, ce qui s'est traduit par une diminution sensible du nombre de personnes accueillies.
- ➔ **À compter de novembre 2024 et jusqu'en avril 2025**, une seconde phase marquée par la mise en œuvre de la Nouvelle aide des Restos (NAR), qui s'est accompagnée d'une augmentation du nombre de personnes accueillies par la révision du barème d'accès à l'aide alimentaire.

L'ensemble des effets de ce nouveau dispositif d'aide sera analysé dans le rapport 2025-2026, qui permettra notamment de documenter l'augmentation significative du nombre de personnes accueillies.

1. Les données dont nous disposons sur les bénéficiaires de l'aide alimentaire sont de deux types : certaines variables concernent la famille entière, comme le logement ou les revenus du ménage, et d'autres sont des variables individuelles (comme l'âge, le sexe) concernant chaque membre de la famille. Collectées sur Ulysse, toutes ces données sont traduites sur ID Restos en bases de données (ou en tableaux). Puisque certaines variables concernent les ménages et d'autres les individus, les données sont organisées en deux tables, une table « personnes » et une table « ménages », qu'il est possible de croiser ensuite grâce à un identifiant Famille.

2. Les ménages refusés sont ceux qui ont des revenus supérieurs au barème

3. Des personnes peuvent être désactivées car ne faisant plus partie du ménage

4. Estimation des Restos du Cœur.

Intro

Fidèle à sa mission d'analyse, l'Observatoire des Restos du Cœur propose chaque année une analyse du profil des personnes accueillies dans ses 2318 centres. Ce rapport vise à mieux comprendre les publics que nous accueillons. Il apporte également un éclairage sur l'évolution de la pauvreté en France, tout en rappelant que les caractéristiques des personnes accueillies aux Restos présentent certaines spécificités par rapport à l'ensemble de la population française.

Pour mémoire, les Restos du Cœur assurent près de **35 % de l'aide alimentaire** distribuée dans le pays. Les Restos du Cœur fournissent cette aide gratuitement, principe d'action fondamental inscrit dans les statuts de l'association.

La **40^e campagne** des Restos du Cœur marque un tournant important dans l'évolution de l'association, sous l'effet amplificateur de la crise inflationniste de 2023, elle-même succédant à la crise sanitaire. Face à une précarité grandissante, les Restos ont repensé leur modèle avec la mise en place d'un **barème unique annuel**, qui se traduit notamment par le renforcement du **soutien aux familles monoparentales, aux jeunes enfants** et **aux personnes mal logées**, ainsi que par une meilleure répartition de l'aide alimentaire entre personnes seules et familles. Cette transformation répond à une double exigence : **mieux s'adapter aux réalités du terrain, apporter une aide équitable**, qui prenne en compte plusieurs critères de vulnérabilités, tout en assurant une gestion financière pérenne de l'association.

La **précarité alimentaire** constitue aujourd'hui un indicateur révélateur des inégalités sociales et des tensions économiques qui traversent la société française. Longtemps invisibilisée, elle s'est imposée comme un phénomène majeur depuis la crise sanitaire de 2020, puis avec la vague d'inflation qui s'en est suivie. Selon les dernières données du CRÉDOC, **entre 7 % et 16 % de la population française est concernée par une forme ou une autre de précarité alimentaire** : réduction contrainte des repas ou des portions, sentiment d'inquiétude face au manque, ou impossibilité d'accéder à des aliments protéiques de base.



Selon une étude de l'INSEE, la précarité alimentaire se manifeste sous des formes multiples et préoccupantes : 67 % des personnes interrogées déclarent devoir acheter des aliments moins chers que ceux qu'ils préféreraient, ou réduire la diversité de leur alimentation. Plus de la moitié (55 %) expriment une crainte fréquente ou occasionnelle de manquer de nourriture, 49 % affirment devoir restreindre les quantités consommées, voire sauter des repas, tandis que 35 % sollicitent l'aide de proches pour se nourrir.

Plus alarmant encore, 32 % disent se coucher parfois ou souvent en ayant faim.

La précarité alimentaire est étroitement liée au surpoids, à l'obésité et à diverses pathologies chroniques. En raison de contraintes budgétaires, les personnes en situation de précarité se tournent souvent vers des aliments ultra-transformés, riches en sucres, en graisses et en sel, mais pauvres en nutriments essentiels, car ces aliments sont plus accessibles et rassasants à moindre coût⁵. Ce déséquilibre nutritionnel contribue à une prévalence plus élevée de l'obésité dans les milieux défavorisés⁶. Cette situation engendre une vulnérabilité accrue face à des maladies chroniques telles que le diabète de type 2, les maladies cardiovasculaires ou encore certains cancers⁷ (OMS, 2021). La précarité alimentaire constitue ainsi un facteur majeur d'inégalités sociales de santé.

Cette précarité ne se manifeste pas de manière uniforme : elle touche plus particulièrement les femmes, les jeunes adultes et les personnes aux revenus modestes.



Les Restos si je veux manger et mieux, je n'ai pas le choix ».

Ce rapport présente les caractéristiques et conditions de vie des ménages accueillis à l'aide alimentaire des Restos du Cœur au cours des années 2024/2025, à savoir du 19 novembre 2024 au 9 mars 2025.

5. INSEE – Rapport les niveaux de vie en 2018 – 2020.

6. Selon l'étude Esteban de Santé publique France (2017), le taux d'obésité est près de deux fois plus élevé chez les adultes ayant un faible niveau de diplôme ou de revenus.

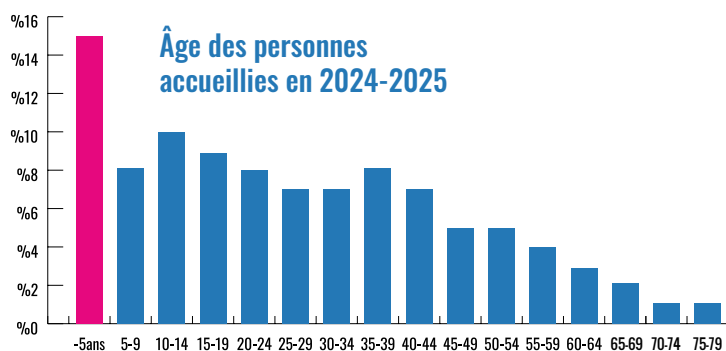
7. Rapport alimentation et santé – OMS, 2021.

Les personnes accueillies à l'aide alimentaire par les Restos

CARACTÉRISTIQUES DÉMOGRAPHIQUES : ÂGE ET GENRE DE L'ENSEMBLE DES PERSONNES ACCUEILLIES

→ Une forte présence des jeunes enfants et des familles

Parmi les personnes accueillies aux Restos du Cœur, la moitié ont moins de 25 ans, un tiers moins de 15 ans et 15 % moins de 5 ans.



1 266 039 personnes accueillies
15% des personnes accueillies ont moins de 5 ans

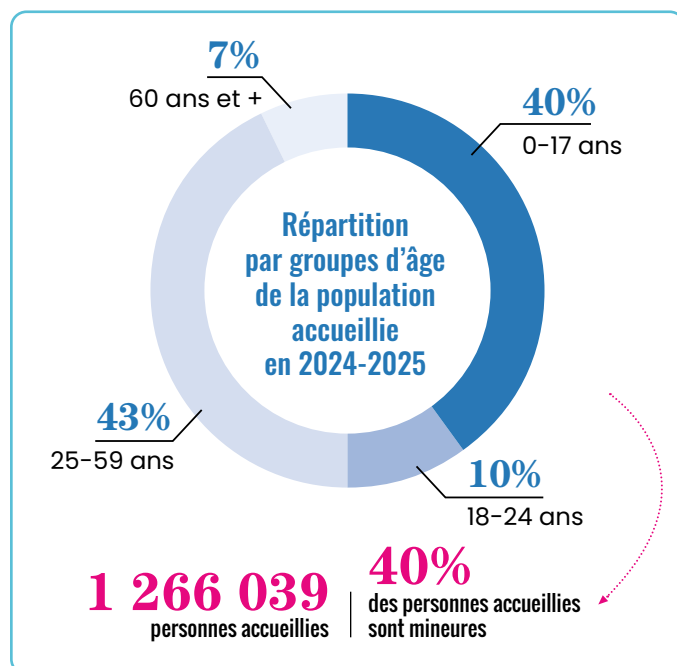
La tranche des enfants de **moins de 5 ans** représente à elle seule **15 % des personnes accueillies**, soit la proportion la plus importante. Cette donnée souligne la forte présence de familles avec de très jeunes enfants parmi les personnes accueillies, ce qui renvoie à une situation de précarité particulièrement marquée dès les premières années de vie. Les enfants de 10 à 14 ans constituent également une proportion importante (10 %).

Ces chiffres font écho à la dernière publication de l'INSEE⁸, qui indique que **22 % des enfants vivaient en situation de pauvreté en France en 2023**. Aux Restos du Cœur, les enfants sont nettement surreprésentés, ce qui reflète l'ampleur des inégalités sociales dès le plus jeune âge et leur impact sur les trajectoires familiales.

Nous pouvons également mettre en exergue, une précarité marquée chez les jeunes adultes, en effet, **les tranches d'âge 20-24 ans et 30-34 ans représentent chacune 7 à 8 % des personnes accueillies**.

À partir de 40 ans, la part des personnes accueillies diminue de manière continue. Les personnes âgées de plus de 65 ans représentent seulement 4 % des personnes accueillies et elles de 75 ans et plus, 1 %. Ce dernier chiffre particulièrement bas interpelle alors qu'en France le taux de pauvreté des plus de 65 ans est de près de 11 %⁹. Cette proportion est peut-être faible parce que les plus jeunes sont particulièrement nombreux, mais elle pourrait aussi révéler des difficultés spécifiques d'accès ou un manque d'information sur l'aide alimentaire auprès de cette population, voire une **précarité « silencieuse »** difficile à capter par les dispositifs traditionnels.

Un regroupement par grandes classes d'âge permet une vision plus synthétique des personnes accueillies.





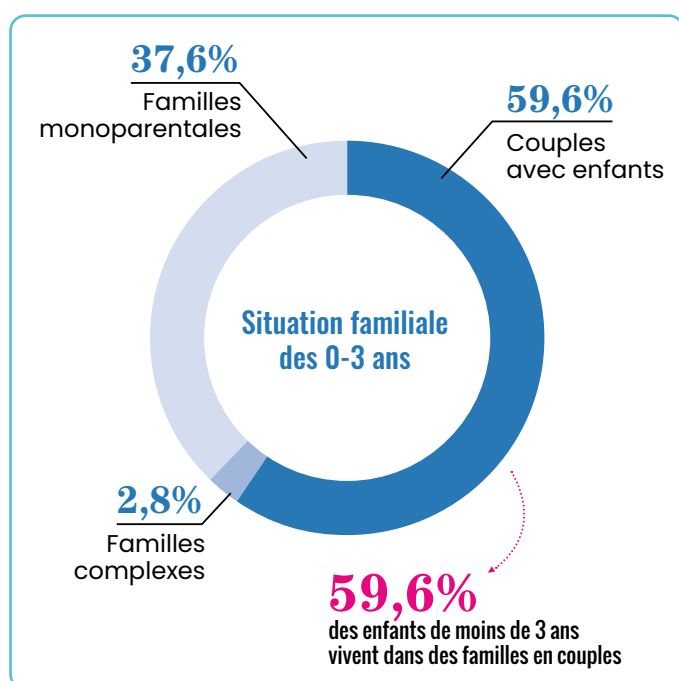
Les mineurs représentent 39 % des personnes accueillies, les jeunes adultes (18-24 ans) 10 % tandis qu'on compte 43 % d'adultes de moins de 60 ans (25-59 ans) et 8 % de 60 ans et plus.

La répartition par âge de la population est stable : ces pourcentages sont les mêmes que ceux des études annuelles précédentes.

→ Une petite enfance en première ligne de la précarité

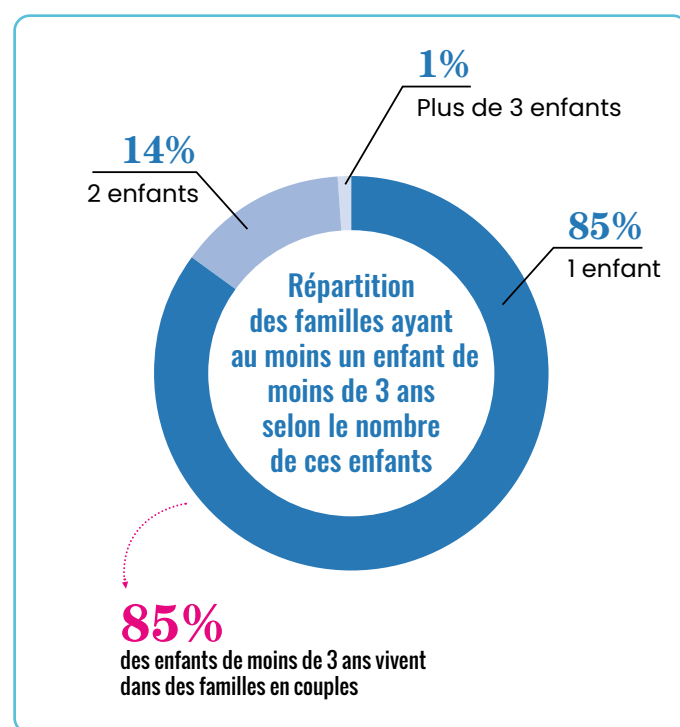
Au cours des campagnes 2024-2025, on a compté 92 115 familles ayant un enfant de moins de 3 ans, soit un nombre total de 108 821 enfants de moins de 3 ans accueillis aux Restos du cœur, représentant près de 9% des personnes accueillies.

Par ailleurs, les moins de 3 ans représentent actuellement presque 20 % des mineurs accueillis.



La répartition des enfants de moins de 3 ans selon leur type de famille reste stable. Si une légère majorité (59 %) vit avec leurs deux parents, ils sont près de **4 sur 10 à vivre avec un seul parent**, le plus souvent auprès de leur mère. Ces chiffres rappellent le rôle central et croissant des familles monoparentales dans les premières années de vie de l'enfant, soulignant l'importance de mieux les reconnaître et les accompagner.

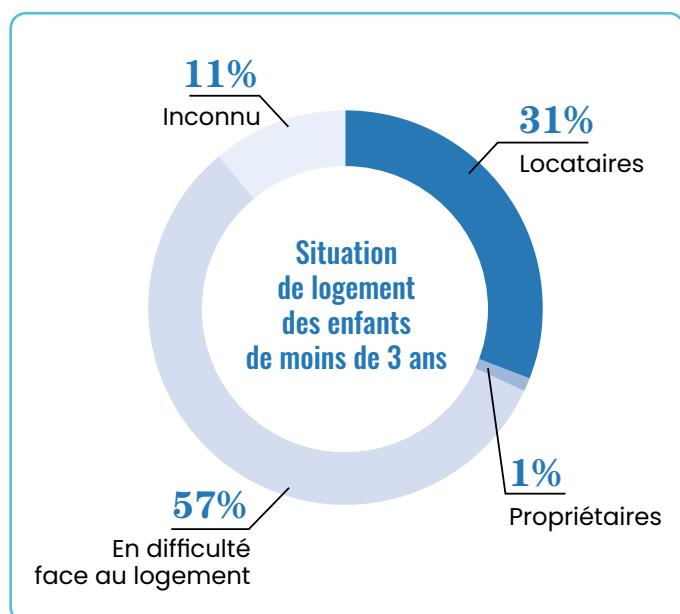
Si les familles comptant au moins un enfant de moins de 3 ans, en général n'en comptent qu'un (86 %), 14 % en comptent au moins deux.



8. L'essentiel sur la pauvreté - Insee 2025

9. L'essentiel sur la pauvreté - Insee 2025

Les conditions de logement des familles ayant des enfants de moins de 3 ans révèlent une précarité nettement plus marquée que celle observée dans l'ensemble des familles.



Par ailleurs, 57 % des familles avec enfants de moins de 3 ans se déclarent en difficulté face au logement (hébergement précaire, hébergement d'urgence, logements insalubres, surpeuplement...), contre 42 % pour l'ensemble des familles. Ce surcroît de 15 points témoigne d'une situation alarmante, d'autant plus préoccupante qu'elle concerne des enfants en bas âge, particulièrement vulnérables. En outre, 31 % de ces familles sont locataires, un taux bien inférieur à celui observé dans l'ensemble des familles (50 %). Ces écarts soulignent la **grande fragilité résidentielle des familles avec de très jeunes enfants**, et appellent à un renforcement des politiques publiques en matière d'accès au logement stable, abordable et adapté à leurs besoins.

→ Une jeunesse confrontée à une précarité croissante

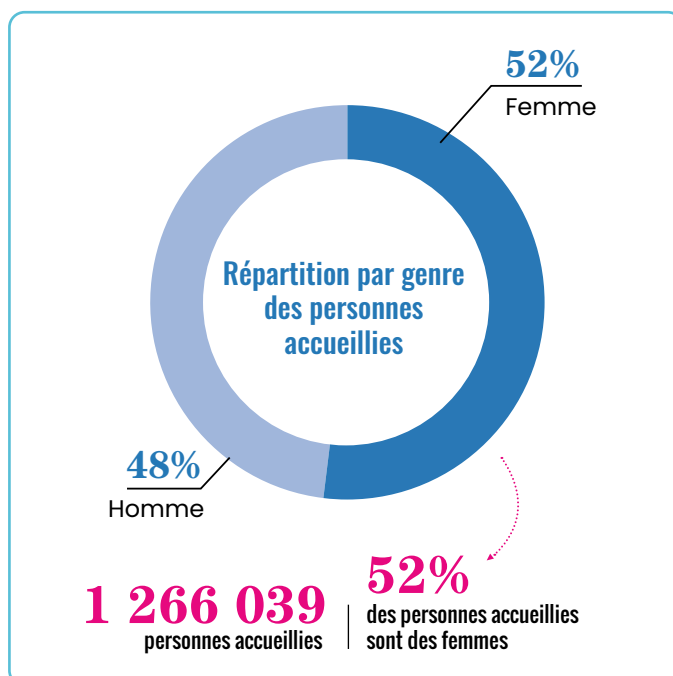
La précarité des jeunes en France constitue une réalité préoccupante, comme en témoignent plusieurs indicateurs récents. Selon l'Insee, au premier trimestre 2025, 12,8 % des jeunes de 15 à 29 ans en France métropolitaine ne sont ni en emploi, ni en formation (NEET)¹⁰, révélant une insertion professionnelle difficile pour une partie significative de cette tranche d'âge. En 2023, le taux de chômage des 15-24 ans atteignait 17,2 %, et les moins de 30 ans non insérés dans l'emploi représentaient 11 % des ménages pauvres¹¹.

Les étudiants, quant à eux, incarnent une forme particulière de précarité. Près d'un tiers déclaraient en 2023 ne pas disposer de ressources suffisantes pour couvrir leurs besoins mensuels, et un cinquième faisaient face à des difficultés financières majeures¹². Cette instabilité a des conséquences directes sur leur alimentation, deuxième poste de dépense après le logement : deux étudiants sur trois ont déjà sauté un repas faute d'argent,



et 66 % des bénéficiaires d'AGORAé déclarent en sauter chaque semaine¹³. Ces données montrent que **les jeunes, qu'ils soient en recherche d'emploi ou en cours d'études, sont fortement exposés à la pauvreté et à l'insécurité alimentaire**.

→ Genre des personnes accueillies : des femmes légèrement majoritaires



Lorsqu'on considère l'ensemble des personnes accueillies par les Restos du Cœur, **les femmes représentent 52 %** du total, une proportion proche de celle observée dans la population française.

¹⁰ Insee, L'essentiel sur... le chômage, 2025

¹¹ Insee, L'essentiel sur... le chômage, 2025

¹² Observatoire de la vie étudiante, Conditions de vie, 2023 et 2024

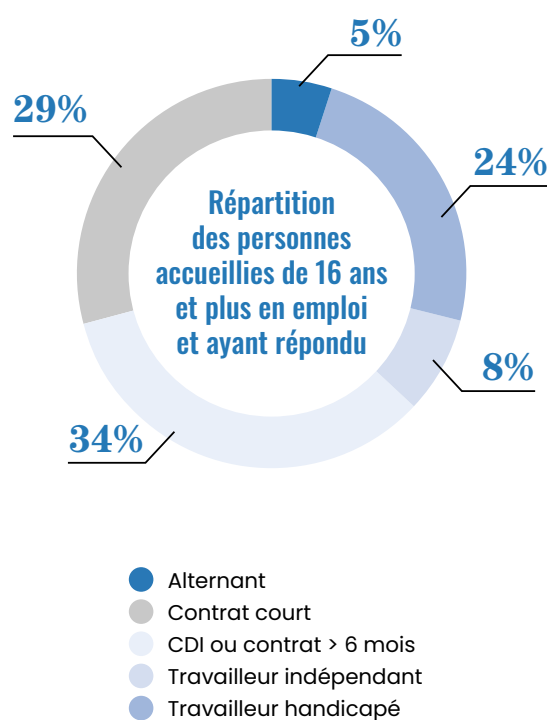
¹³ Etude réalisée par l'IFOP avec l'association Copl





LA SITUATION D'EMPLOI DES PERSONNES ACCUEILLIES DE 16 ANS ET PLUS

Nous analyserons ci-dessous la situation en emploi des personnes accueillies âgées de 16 ans ayant répondu à cette question (soit 444 107 personnes)¹⁴.



Les profils professionnels des personnes de 16 ans ou plus, accompagnées par les Restos du Cœur en 2024-2025, parmi l'ensemble seules 13 % déclarent être en emploi, une proportion révélatrice du niveau élevé d'inactivité et de précarité. Au sein de ce groupe restreint, les situations professionnelles restent marquées par l'instabilité.

Seules **34 %** d'entre elles disposent d'un emploi stable (CDI ou CDD de plus de six mois), soit **à peine 4,4 % de l'ensemble des personnes de plus de 16 ans accueillies**. Tandis que **29 %** des personnes en emploi sont en contrat court (soit **3,8 %** de la population totale), **5 %** sont en alternance (**0,65 %**), et **8 %** sont travailleurs indépendants (**1,04 %**). Mais remarquons que 24% ont un contrat de travailleur handicapé, le revenu de leur travail est alors probablement insuffisant demandant de recourir à l'aide alimentaire.

Cette réalité s'inscrit dans une tendance nationale : selon l'Observatoire des inégalités¹⁵, **16 %** des salariés français occupent un emploi précaire (CDD, intérim, apprentissage), un chiffre qui a doublé en quarante ans. Ce phénomène est particulièrement marqué chez les jeunes : plus d'un jeune actif sur deux est en situation d'emploi précaire, d'après une enquête du Céreq¹⁶ sur l'insertion professionnelle des jeunes.

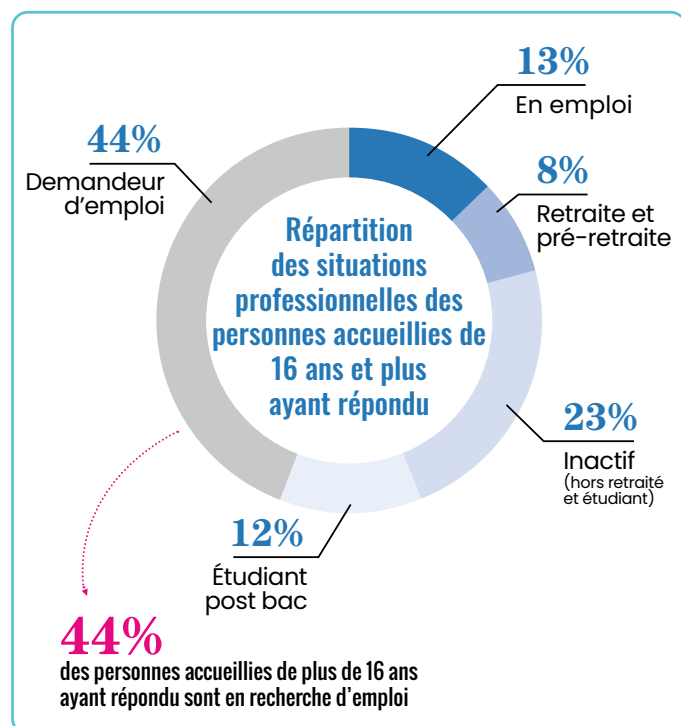


En parallèle, les données internes montrent que **44 % des personnes accueillies sont demandeuses d'emploi**, un taux presque six fois supérieur à la moyenne nationale estimée à 7,5 % en 2024¹⁷. À cela s'ajoutent 23 % d'inactifs hors retraités et étudiants, 13 % d'étudiants, et 8 % de personnes en retraite ou préretraite. Ce profil d'ensemble illustre la concentration d'une population en grande fragilité économique, marquée par l'éloignement durable de l'emploi, l'instabilité des parcours de formation, ou encore l'impossibilité matérielle de soutenir une activité rémunérée. En sociologie du travail, cette situation renvoie à la notion de *«disqualification sociale»¹⁸, dans laquelle la perte d'emploi n'est pas seulement une rupture économique, mais aussi une atteinte au statut social et à l'estime de soi. Ce phénomène est d'autant plus fort que les personnes accueillies cumulent souvent d'autres formes de précarité : logement instable, isolement, santé dégradée.

La forte proportion de personnes sans emploi parmi les publics accueillis trouve un écho dans une tendance nationale plus diffuse : selon la DARES¹⁹, plus de trois millions de personnes en France sont inscrites à Pôle emploi depuis plus d'un an, traduisant une dynamique de chômage de longue durée persistante. Cette situation touche particulièrement les personnes faiblement qualifiées, les jeunes sortis sans diplôme, et les seniors autant de profils que l'on retrouve majoritairement parmi les bénéficiaires de l'aide alimentaire. De plus, selon une étude de l'OFCE²⁰, 1,8 million de travailleurs vivent sous le seuil de pauvreté, illustrant la montée du phénomène des «travailleurs pauvres». Cette configuration fragilise la fonction intégratrice du travail, et contribue à alimenter une spirale d'exclusion pour les personnes déjà en difficulté sociale et économique.

Ce contexte économique peu favorable aggrave les inégalités d'accès à l'emploi. Les transformations du salariat ont conduit à un effritement du socle de sécurité que constituait l'emploi stable, exposant une part croissante de la population à une «zone grise» entre emploi, précarité et inactivité²¹. Dans ce cadre, les personnes accueillies par les Restos du Cœur apparaissent comme des figures emblématiques de cette fragilisation structurelle des liens entre travail et intégration sociale.

Ces constats confirment que la situation des personnes accueillies n'est pas marginale, mais symptomatique d'un déséquilibre plus profond dans l'accès aux ressources économiques et symboliques offertes par l'emploi. Cela souligne la nécessité d'un accompagnement global, qui ne se limite pas à l'insertion professionnelle, mais intègre aussi un soutien psychologique, un accès aux droits, et une revalorisation des personnes par l'engagement, la formation ou des formes d'activité socialement reconnues, ce que les Restos tentent de faire en proposant de nombreuses aides à la personne.



14. En gardant à l'esprit que le taux de non-réponse dépasse 50 %

15. Observatoire des inégalités. Emploi précaire : 40 ans de progression. Rapport 2023

16. Céreq. Quand l'emploi ne protège plus de la précarité : trajectoires des jeunes et transformation du marché du travail. Enquête Génération 2017, publication 2024

17. Insee. Chômage au sens du BIT - Résultats 2024. Insee, 2025

18. Paugam, Serge. La disqualification sociale. Essai sur la nouvelle pauvreté. Presses Universitaires de France, 1991

19. DARES. Chômage de longue durée et inscription à Pôle emploi : données 2024. Ministère du Travail, 2024

20. OFCE. Travailleurs pauvres et emploi précaire : les limites du travail comme rempart contre la pauvreté. Rapport d'analyse économique, 2024

21. Castel, Robert. Les métamorphoses de la question sociale. Une chronique du salariat. Gallimard, 1995

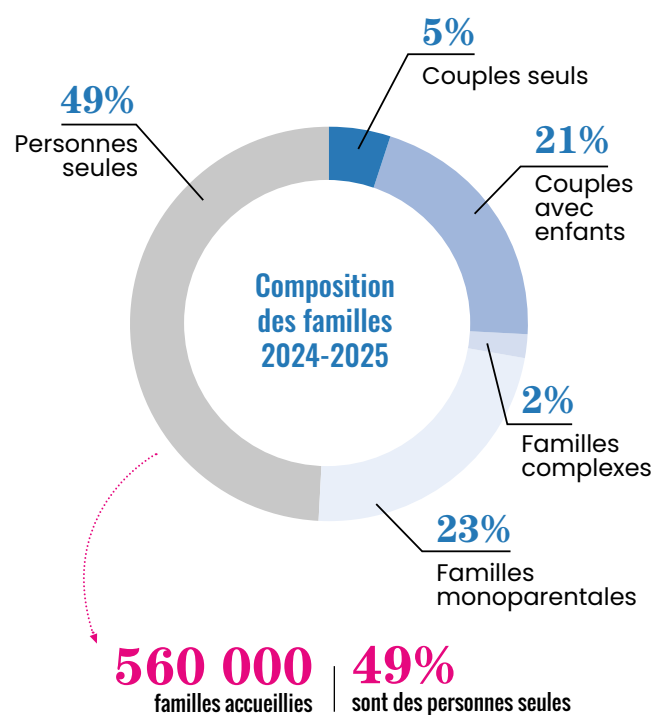
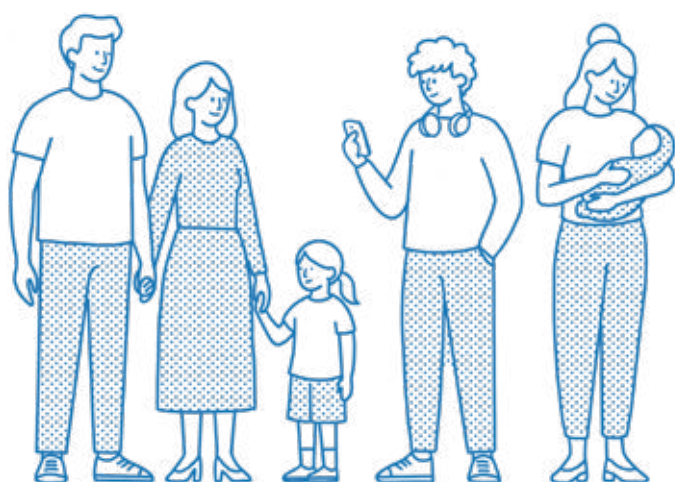
02

Caractéristiques des ménages accueillis aux Restos



LA COMPOSITION DES MÉNAGES

560 000 familles
1 266 039 personnes



« Ma vie est une course et en même temps j'essaie de joindre les deux bouts ».

Mère, famille monoparentale.

Les personnes accueillies présentent une **diversité de configurations familiales**, relativement stables d'une année sur l'autre avec cependant un accroissement des personnes seules qui représentent désormais près d'une configuration sur 2, à savoir 49 %, soit une progression de 6 points depuis la campagne 2020-2021. En parallèle, on observe une stabilité des familles monoparentales (23 %) et des couples avec enfants (21 %) par rapport à la même période. La moitié des familles sont donc des familles monoparentales.



Les couples sans enfant et les familles complexes restent minoritaires, représentant respectivement 5 % et 2 % des configurations.

Notons que **40 % des familles accueillies aux Restos ont au moins un enfant**²² et 17 % en ont au moins 3, 13 % des familles accueillies ont au moins un enfant de moins de 3 ans.

Les familles monoparentales constituent une catégorie particulièrement exposée à la précarité. Majoritairement composées de mères seules avec enfants, elles doivent souvent faire face à une charge parentale et financière élevée, tout en rencontrant des obstacles importants dans l'accès à un emploi stable, à un logement adapté ou à des modes de garde. A titre d'exemple, selon l'INSEE, elles sont 39 % à déclarer avoir des difficultés pour finir le mois²³.

Cette accumulation de vulnérabilités les place parmi les plus fragilisés socialement et économiquement, 34 % d'entre elles vivent sous le seuil de pauvreté.

Leur présence constante parmi les familles accueillies, reflète la persistance de ces inégalités structurelles.

Au-delà des difficultés économiques, les familles monoparentales accueillies font également face à des difficultés sociales. L'Observatoire des Restos du Cœur a mené une étude spécifique sur les besoins des familles accueillies, révélant des indicateurs particulièrement préoccupants. Ainsi, 70 % des familles monoparentales déclarent avoir traversé au moins deux semaines consécutives en se sentant tristes, déprimées ou sans espoir (soit 6 points de plus que l'ensemble de la population), 42 % évaluent leur état de santé de manière négative²⁴ s'attribuant une note inférieure à 5 sur 10 (soit 7 points de plus que l'ensemble de la population). Enfin, 80 % indiquent rencontrer des obstacles pour proposer des activités à leurs enfants, faute de moyens, de temps ou d'accès à des offres adaptées.

Ces données mettent en lumière l'ampleur des difficultés vécues par ces familles, bien au-delà des seuls aspects matériels, et soulignent l'importance d'un accompagnement global.

« **Au moins avec l'aide des Restos, je sais que mes enfants mangeront équilibré et ça me soulage, au moins là-dessus** ».

Mère, famille monoparentale.



²² Enfant faisant référence aux personnes de moins de 18 ans

²³ Insee - Privation matérielle et sociale - 2024

²⁴ Etude Besoins des personnes accueillies, Observatoire des Restos du Cœur, 2025

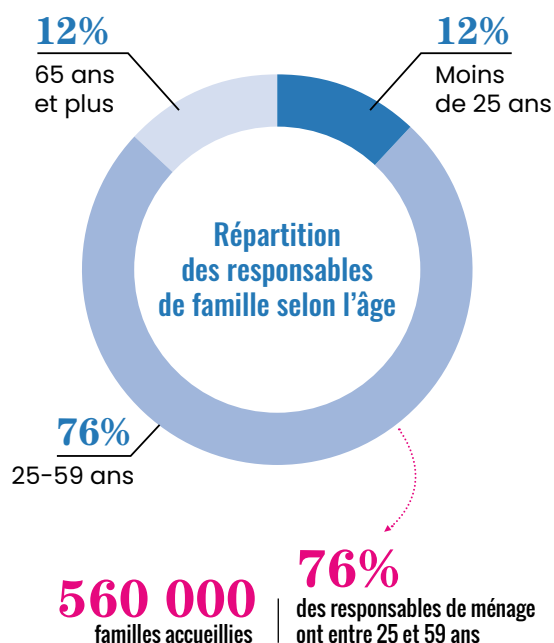


CARACTÉRISTIQUES SOCIO DÉMOGRAPHIQUES DES RESPONSABLES DE FAMILLES

La majorité des personnes accueillies aux Restos du Cœur vivent dans des ménages comptant un seul responsable, en raison notamment de la forte proportion de familles monoparentales et de personnes vivant seules.



Âge des responsables des familles²⁵



La très grande majorité d'entre eux, soit **76 %**, sont âgés **de 25 à 59 ans**, ce qui correspond à la population active. Cela témoigne de la précarité qui touche une part importante d'adultes en âge de travailler, souvent confrontés à des difficultés économiques durables.

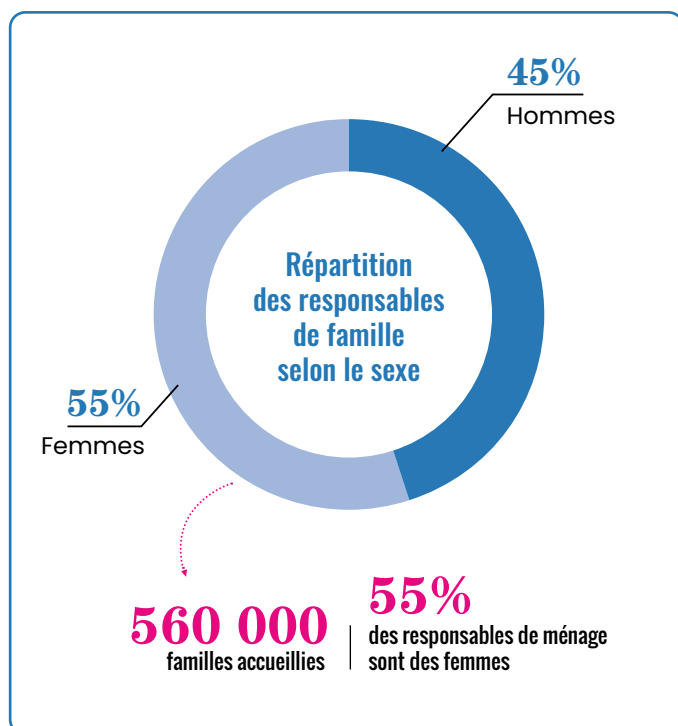
Les jeunes de moins de 25 ans représentent 12 % des responsables de famille, un chiffre significatif qui met en lumière la vulnérabilité croissante des jeunes adultes, parfois déjà parents. Parmi les familles accueillies, 8 % ont à leur tête au moins un adulte de moins de 25 ans ayant au moins un enfant de moins de 3 ans²⁶. Enfin, 13 % des responsables de famille ont 65 ans ou plus, ce qui illustre également la présence de seniors, souvent confrontés à des retraites insuffisantes pour faire face à la vie quotidienne.

²⁵ Afin de prendre en compte l'ensemble des personnes qui se sont présentées durant les campagnes dont les naissances, l'âge a été calculé en fin de campagne

²⁶ On dénombre 43 145 familles ayant au moins un responsable de moins de 25 ans et au moins 1 enfant de moins de 3 ans en fin de campagne



Le genre des responsables : une féminisation des responsables de famille



Cette surreprésentation féminine s'explique en partie par la **forte présence de familles monoparentales**, majoritairement portées par des mères seules. Elle met en lumière la précarité spécifique que peuvent rencontrer les femmes, souvent confrontées à des revenus plus faibles, à des parcours professionnels discontinus, et à une charge parentale importante.

En revanche, si l'on se focalise sur les ménages composés de personne seule, la majorité des responsables sont des hommes, qui représentent 57 % de cette catégorie. Cette surreprésentation masculine contraste avec l'équilibre global entre les sexes et reflète une forme de précarité particulièrement marquée chez les hommes isolés, souvent plus exposés à l'isolement social, aux parcours de rupture, ou à une moindre sollicitation des dispositifs d'accompagnement.

En 2023, le taux de pauvreté au seuil de 60 % s'élevait à 16,1 % pour les femmes, contre 14,6 % pour les hommes, alors qu'il était de 15,4 % pour l'ensemble de la population²⁷. Cette surreprésentation féminine parmi les personnes en situation de pauvreté est confirmée par le Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes, qui rappelait dans son rapport 2024 sur le sexisme en France que les femmes constituaient 55 % des ménages pauvres et 57 % des bénéficiaires du RSA. Malgré un niveau de diplôme généralement plus élevé que celui des hommes elles représentent une part importante des emplois précaires : CDD courts, contrats à temps partiel²⁸. Ainsi les femmes représentent 70 % des travailleurs pauvres, notamment car elles occupent 79,5 % des emplois à temps partiels et 70 % des emplois en CDD et postes en intérim²⁹.

Cette précarité professionnelle pèse lourdement sur leur situation économique à long terme, en particulier à la retraite. En 2021, leur pension personnelle était en moyenne inférieure de 40 % à celle des hommes, et de 28 % même en tenant compte des pensions de réversion. Ces écarts s'expliquent par des inégalités persistantes en matière de salaire, de temps de travail et de parcours professionnels, souvent marqués par des interruptions ou des temps partiels subis³⁰.



**Les privations c'est tous
les jours, tout le temps,
le nez dans ma calculette ».**

Femme seule, 33 ans
avec 3 enfants.



²⁷ Insee, Pauvreté selon le sexe et le seuil, 2024

²⁸ Insee, Évolution des inégalités entre les femmes et les hommes : faut-il se réjouir ou se désoler ? 2025

²⁹ Emmaüs France, En 2025, la précarité touche toujours plus durement les femmes, 2025

³⁰ Ibid



SITUATION DU LOGEMENT DE L'ENSEMBLE DES FAMILLES ACCUEILLIES

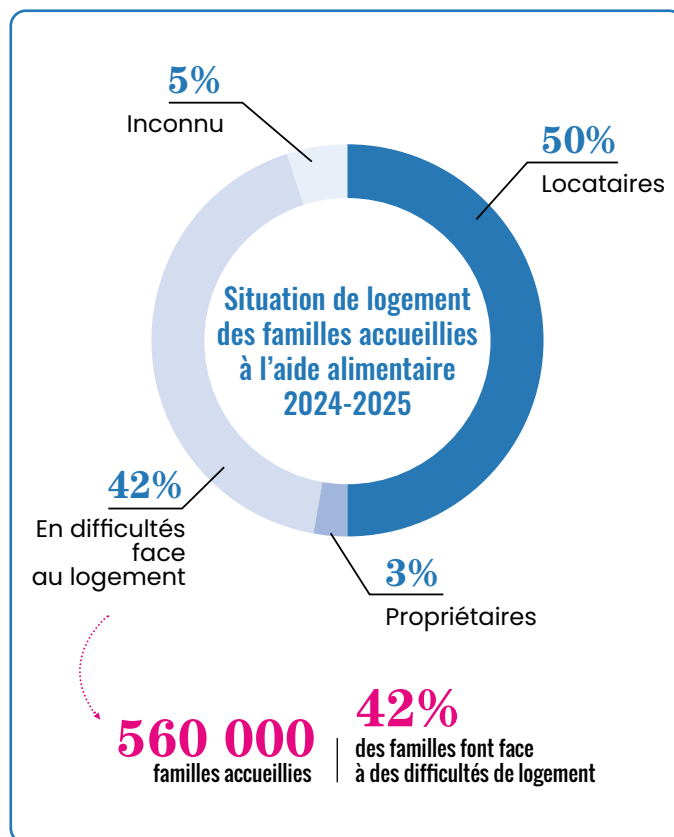
En 2024, la crise du logement en France atteint un niveau critique : **près de 350 000 personnes sont sans domicile fixe**, un chiffre qui a plus que doublé depuis 2012. Au-delà, 4,2 millions de personnes subissent des conditions de logement très difficiles, et environ 12,1 millions sont fragilisées par le mal-logement — impayés, surpeuplement, insalubrité ou précarité énergétique. La situation s'aggrave fortement : 30 % des ménages ont eu froid chez eux en 2024 (contre 14 % en 2020), soit près du double³¹ !

La demande de logement social atteint un record de 2,7 millions de ménages en attente.

En 2024, 13 % de la population métropolitaine vivant dans un logement ordinaire est en situation de privation matérielle et sociale.

À retenir également que 32 % des personnes vivant dans un logement ordinaire sont concernées par une situation de pauvreté monétaire, de privation matérielle et sociale ou de difficultés financières.

Les constats dressés à l'échelle nationale trouvent une résonance concrète dans les situations vécues par les personnes accueillies aux Restos du Cœur.



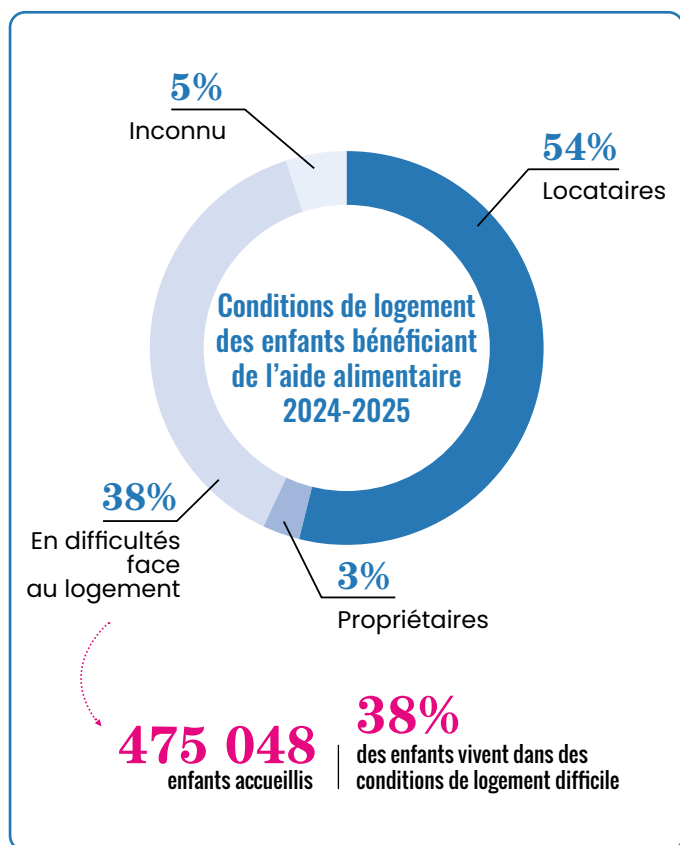
Les données sur le type de logement des familles accueillies par les Restos du Cœur révèlent une forte précarité résidentielle. En effet, **la moitié des familles (50 %) sont locataires**, tandis que seules 3 % sont propriétaires de leur logement quand 42 % des familles se trouvent en difficulté face au logement, sans logement personnel, hébergement précaire, hébergement d'urgence...

Ces données mettent également en évidence de **fortes inégalités selon la nationalité des familles accueillies**. Parmi les familles françaises, 7 % sont propriétaires de leur logement, contre seulement 0,5 % des familles de nationalité étrangère. Si 72 % des familles françaises sont locataires, cette proportion chute à 35 % chez les familles étrangères, qui sont bien plus souvent privées d'un logement personnel. En effet, 39 % des familles étrangères se trouvent sans logement personnel (hébergement d'urgence, hébergement chez des tiers, etc.), contre 9 % des familles françaises. Ces écarts traduisent une précarité résidentielle particulièrement marquée pour les personnes de nationalité étrangère, souvent confrontées à des obstacles juridiques, économiques et administratifs pour accéder à un logement stable.

Parmi les personnes accueillies, une autre catégorie est particulièrement vulnérable face aux conditions de logement, **les mineurs**.

31. 30^e rapport de la Fondation pour le Logement, 2025

32. 30^e rapport de la Fondation pour le Logement, 2025



Les conditions de logement sont contrastées pour les enfants. Les enfants vivent majoritairement dans des logements locatifs (54 %), une proportion légèrement supérieure à celle observée dans la population globale (50 %). Si la part des enfants en situation de difficulté face au logement (hébergement instable, précaire, inadapté) s'élève à 38 %, elle reste légèrement inférieure à celle observée dans l'ensemble de la population (42 %). Cette différence, bien qu'à première vue rassurante, ne doit pas masquer la réalité : une part significative d'enfants grandissent dans des conditions de logement fragiles, voire insalubres.

Par ailleurs, 3 % des enfants sont sans abri, vivant dans des situations d'extrême urgence.

L'étude de l'Observatoire sur les besoins des personnes accueillies révèle que le fait d'être logé ne suffit pas à assurer des conditions de vie satisfaisantes³³ : 52 % des répondants déclarent être confrontés à au moins une forme de mal-logement parmi les cinq citées (logement mal équipé, humide, trop petit, inadapté ou insalubre).

Certaines catégories de population sont particulièrement exposées à ces difficultés : les jeunes de 18 à 24 ans, les parents d'enfants de moins de 3 ans, ainsi que les personnes de nationalité étrangère.

La précarité face au logement affecte les individus à la fois sur le plan matériel et social. L'instabilité du logement aggrave les situations de vulnérabilité : elle complique l'accès à l'emploi, freine l'insertion sociale, perturbe le suivi médical et la scolarité des enfants, tout en accentuant l'isolement. À l'inverse, l'accès à un logement stable et adapté joue un rôle central dans la sécurisation des parcours. Il constitue un point d'appui essentiel pour reconstruire des repères, entamer des démarches d'insertion, et parfois retisser des liens familiaux.



Je me contente du strict minimum et parfois moins, mais je suis pas à plaindre, Dieu merci j'ai un toit ».

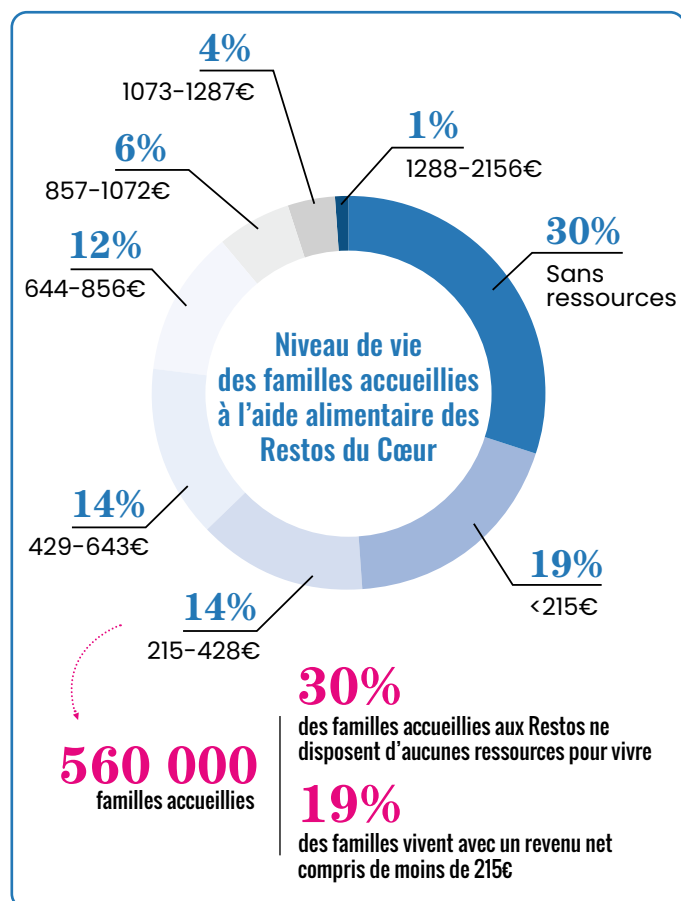
Homme, 45 ans seul, vivant dans un studio.

³³ 30^e rapport de la Fondation pour le Logement, 2025

MONTANTS ET STRUCTURES DES RESSOURCES DÉCLARÉES PAR LES FAMILLES ACCUEILLIES

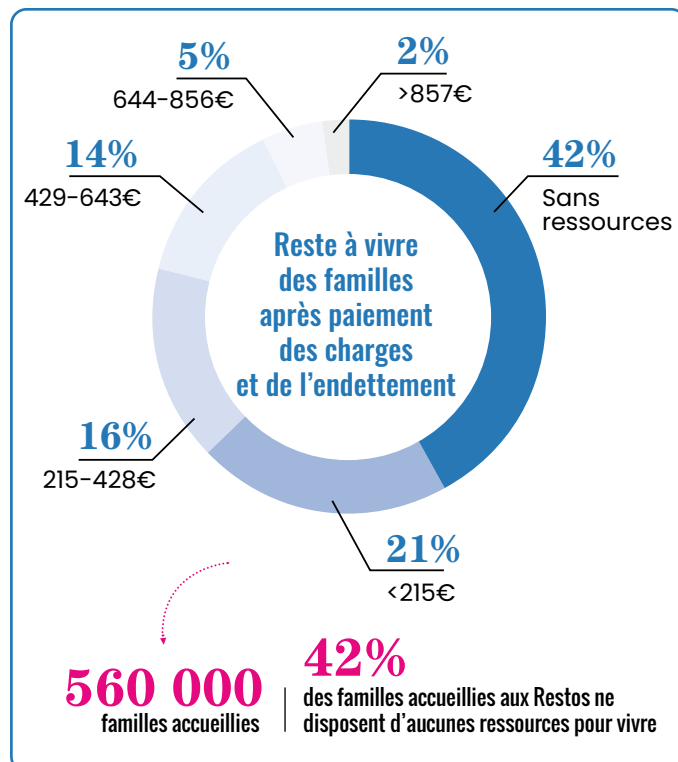
Le niveau de vie calculé par l'Insee est égal au revenu disponible³⁴ du ménage diminué des impôts divisés par le nombre d'unités de consommation (UC). Le niveau de vie est donc le même pour tous les individus d'un même ménage. Le seuil de pauvreté est fixé par convention à 60 % du niveau de vie médian de la population. Il correspond à un revenu disponible de 1 288 euros par mois pour une personne vivant seule et de 2 705 euros pour un couple avec deux enfants âgés de moins de 14 ans³⁵.

Le Reste à vivre est ici ce qu'il reste pour vivre une fois toutes les charges et l'endettement réglés. Comme le niveau de vie, il prend également en compte le nombre d'unités de consommation du ménage.



L'ensemble des familles accueillies aux Restos vit en dessous du seuil de pauvreté, 77 % des familles accueillies vivent avec deux fois moins que le seuil de pauvreté (soit 644 €³⁶), c'est une aggravation de 7 points depuis l'année dernière et une aggravation de 17 points depuis 2022.

Elles sont près de 90 % à vivre en dessous du seuil de pauvreté, quand celui-ci est fixé à 40 % du revenu médian (soit avec moins de 859 €).



Près de 30 % des familles accueillies déclarent ne disposer d'aucunes ressources pour vivre. Et lorsque l'on s'intéresse au reste à vivre, c'est-à-dire ce qu'il reste réellement une fois les charges fixes et les dettes payées, la situation apparaît encore plus alarmante : 42 % des familles sont sans aucun moyen de subsistance. C'est 7 points de plus qu'en 2023, signe d'une dégradation rapide des conditions de vie. Les personnes seules sont encore plus touchées : près d'un ménage isolé sur deux, vit avec un reste à vivre nul.

Par ailleurs, la part des familles disposant d'un reste à vivre inférieur à 215 € par mois est également en nette augmentation : elles étaient 12 % en 2023-2024, elles sont désormais en 2024-2025 21 %, soit une progression de 9 points en un an.

La pauvreté a des conséquences profondes et durables sur les conditions de vie, en particulier pour les familles avec enfants. Elle se traduit souvent par une alimentation limitée, à des soins de santé de qualité, ou encore à l'éducation et aux loisirs, accentuant les inégalités dès le plus jeune âge.

Dans l'étude Besoins des personnes accueillies, 22 % des personnes déclaraient ne pas avoir pas accès ou un accès partiel aux médicaments, 80 % rencontrent des freins pour proposer des activités de loisirs à leurs enfants.

« Je ne mange de la viande qu'avec les Restos ».

Personne seule, 45 ans accueillie aux Restos.

Au-delà de ces privations immédiates, la pauvreté en France, s'inscrit souvent dans le temps : 70 % des personnes sous le seuil de pauvreté en 2016 le sont encore en 2019, preuve de la difficulté à sortir de cette spirale. Les sorties durables de la pauvreté restent rares : seules 2 personnes sur 10 parviennent à ne plus être pauvres dans les trois années qui suivent. À l'inverse, 4 personnes sur 10 vivent des va-et-vient en situation de pauvreté, alternant périodes de difficultés et de répit, tandis que 4 autres sur 10 restent durablement pauvres.

Cette persistance de la pauvreté fragilise durablement les parcours de vie, affecte la santé mentale et physique, et compromet les perspectives d'avenir, notamment pour les enfants.

« Parfois je me demande combien de temps on va tenir comme ça, je prie pour que mes enfants s'en sortent ».

Mère en couple, 3 enfants.

34. Ressources nettes d'impôts

35. Etude INSEE 2022 – Revenus – Niveaux de vie – Pouvoir d'achat – France

36. Taux de pauvreté à 60% du niveau de vie médian soit 1288€

37. Observatoire des restos du Cœur – Etude besoins des personnes accueillies, 2025

38. Insee – Insee Focus n° 208, 2020



Conclusion

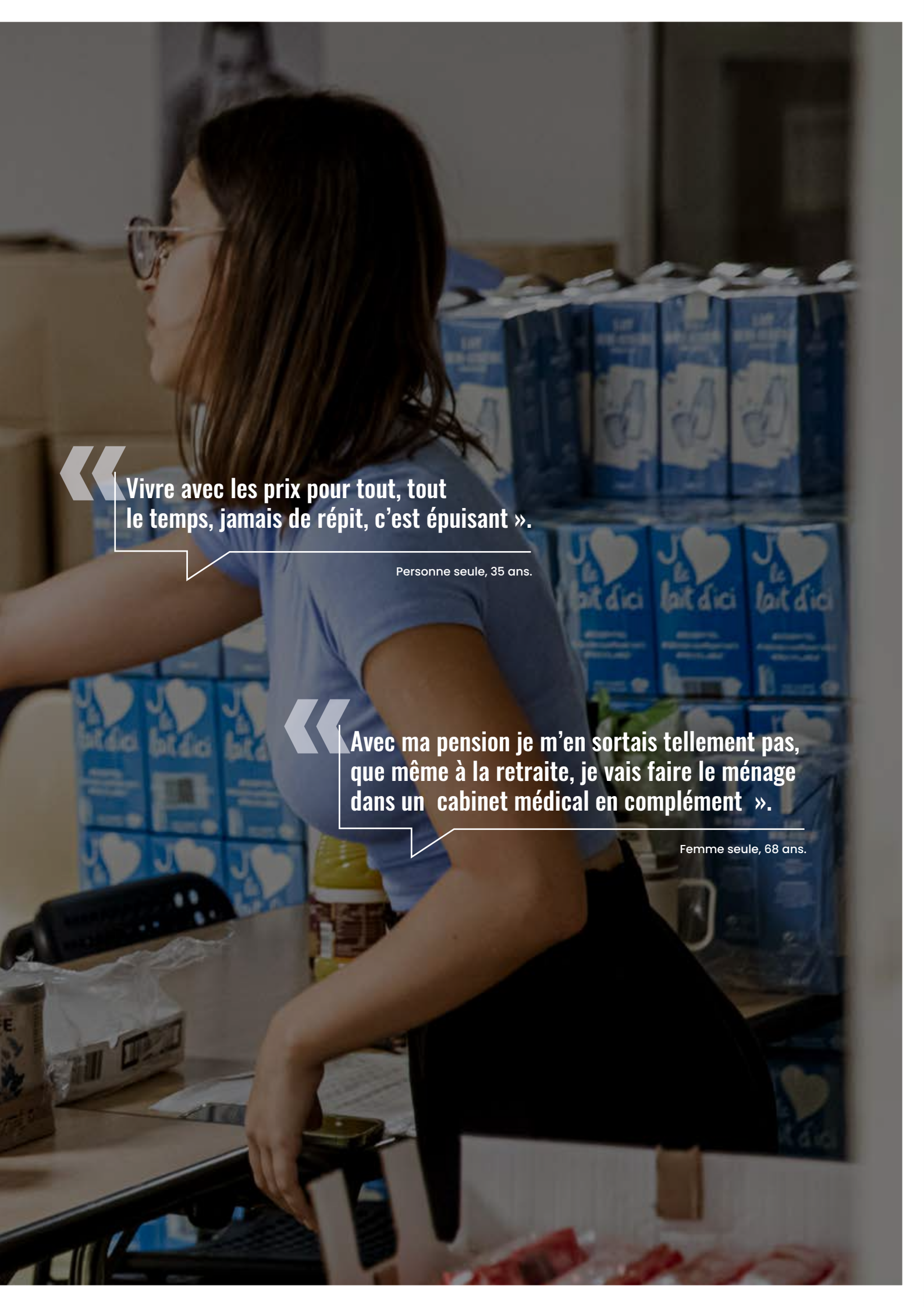
En 2023, en France métropolitaine, **15,4 % de la population vit sous le seuil de pauvreté**, c'est-à-dire le taux le plus élevé depuis la création de l'indicateur il y a une trentaine d'années : la pauvreté ne recule pas et s'installe durablement dans le quotidien, avec des **conséquences profondes sur la santé, l'alimentation, le logement** et les **perspectives d'avenir**.

La campagne 2024-2025 des Restos du Cœur s'inscrit dans un **contexte économique marqué par une précarité persistante**, accentuée par la hausse durable du coût de la vie. Si l'inflation globale ralentit, ce reflux reste trompeur pour les publics les plus fragiles : les prix alimentaires restent à des niveaux durablement élevés, les prix des produits alimentaires se sont stabilisés, sans jamais revenir à leur niveau antérieur.

Parallèlement, les tarifs du gaz sont devenus les plus inflationnistes : au tarif réglementé, la facture moyenne a augmenté de 34 % entre juin 2024 et juin 2025. Cette pression accrue sur les dépenses incompressibles fragilise encore davantage les ménages déjà en difficulté.

Dans ce contexte, les campagnes Hiver 2025 et Été 2025 ont été marquées par une hausse significative des inscriptions à l'aide alimentaire, mais aussi par une régularité renforcée dans la fréquentation des distributions alimentaires. Ce double phénomène traduit un ancrage plus profond de la pauvreté, et une importance accrue de l'aide proposée par les Restos du Cœur pour faire face aux besoins essentiels.

Face à cette réalité, il est impératif de **poursuivre et renforcer l'action des Restos du Cœur**, dans une logique d'adaptation continue aux besoins croissants des publics accueillis. Cette mobilisation doit aller de pair avec un engagement renouvelé des **pouvoirs publics**, pour **lutter contre les inégalités sociales** et éviter que la pauvreté ne s'installe durablement comme une composante structurelle de notre société.



Vivre avec les prix pour tout, tout le temps, jamais de répit, c'est épuisant ».

Personne seule, 35 ans.



Avec ma pension je m'en sortais tellement pas, que même à la retraite, je vais faire le ménage dans un cabinet médical en complément ».

Femme seule, 68 ans.



CONTACT

observatoire@restosducoeur.org

POUR NOUS AIDER

Adressez vos dons par courrier :

Les Restaurants du Cœur
42, rue de Clichy – 75009 Paris

Ou en ligne sur notre site :

www.restosducoeur.org/dons

