

Étude sur l'utilité sociale de l'aide alimentaire apportée par les Restos du Cœur

Synthèse de l'étude

Juillet 2023

agence**phare**

AUTEUR-E-S :
CAROLINE ARNAL
PAUL NEYBOURGER
CLEMENCE PERRONNET
CLAIRE VERDIER



Synthèse

Étude sur l'utilité sociale de l'aide alimentaire apportée par les Restos du Cœur, réalisée par Caroline Arnal, Paul Neybourger, Clémence Perronnet et Claire Verdier.

Introduction

Le champ de l'aide alimentaire a connu ces dernières années de profondes transformations, tant dans l'augmentation du nombre de ses acteurs que, de manière corrélée, dans la diversification des modes d'approvisionnement et de distribution. Aux côtés des acteurs « historiques » ont émergé des structures plus locales donnant la priorité à de nouvelles formes d'intervention (circuits courts, jardins d'insertion, mise en valeur du bio...). Ces initiatives, sans prétendre répondre à la massification du nombre de personnes accueillies – qui a été multiplié par trois en dix ans –, ont néanmoins participé à **questionner les conditions d'un accès digne à une « alimentation sûre, diversifiée, de bonne qualité et en quantité suffisante »** (loi n°2018-938 du 30 octobre 2018). **Dès lors, les associations ont chacune réaffirmé les principes de leurs modèles et instauré parfois en leur sein des refontes de leur système de distribution.** En particulier, si la participation financière est posée par certaines associations ou structures comme un vecteur de dignité pour les personnes accueillies (épiceries solidaires, Secours Populaire, etc.), les Restos du Cœur restent attachés au **principe de gratuité** qui constitue une des pierres angulaires de son offre de secours. Par ailleurs, l'association a développé la « **distribution accompagnée** »¹ qui consiste pour chaque personnes accueillie (PA) à se faire accompagner par un bénévole celui-ci pouvant dès lors prodiguer des conseils (partage de recettes, équilibre nutritionnel...). Il s'agit également de nouer un contact censé être plus individualisé, l'enjeu étant de mieux identifier des besoins spécifiques et éventuellement de les orienter vers les « aides à

la personne » de l'association (sorties culturelles, micro-crédits, aide à la gestion budgétaire, etc.) ou à l'extérieur. Mais au-delà de ce parcours, la distribution accompagnée formalise également des lieux de convivialité les « coins café » et encourage plus globalement le bénévolat des PA.

C'est dans ce contexte que le Bureau National de l'association a souhaité, à l'été 2022, impulser une étude sur l'utilité sociale de son aide alimentaire (AA) qui a été confiée à l'Observatoire des Restos avec l'Agence Phare². Cette étude poursuit le double objectif de questionner, à l'heure d'une réflexion interne, les forces et faiblesses de son modèle de distribution – saisies dans les perceptions qu'en ont les PA – mais aussi les effets concrets du recours à l'AA sur leurs situations économiques, sociales et relationnelles. Elle répond plus précisément à **trois grandes questions** qui structurent le rapport final de l'étude remis en juillet 2023 :

- **Comment les PA vivent-elles le recours à l'AA** des Restos et quelles perceptions ont-elles de ses spécificités (notamment de la gratuité) ?
- **Comment les PA se saisissent-elles de l'aide** – dotation alimentaire mais aussi coin café ou aides à la personne – et en font usage ?
- **Dans quelle mesure l'aide alimentaire participe-t-elle d'une amélioration de leur situation** alimentaire, relationnelle et budgétaire ?

ENCADRÉ MÉTHODOLOGIQUE

L'étude repose sur la combinaison d'une enquête qualitative, menée entre novembre et

¹ La mise en œuvre de ce système s'est trouvée interrompue par la survenue de la crise sanitaire qui a largement bouleversé les conditions de distribution (voir l'étude menée par l'Agence Phare sur les effets spécifiques de ce contexte de pandémie : Caroline Arnal et al., *Étude flash sur les effets de la crise sanitaire sur l'organisation de l'aide alimentaire et les publics reçus par les Restos du Cœur*, Paris, Agence Phare, Les Restos du Cœur, 2021).

² Notons que cette expression de besoins a été formulée avant la hausse significative de l'inflation

en France qui a eu d'inévitables conséquences sur les situations des plus vulnérables. Les Restos du Cœur ont notamment connu une hausse de 20% d'inscriptions, ces nouveaux entrants présentant néanmoins des caractéristiques proches de la population déjà accueillie selon l'Observatoire. En cela, la présente étude, sans renseigner les conséquences spécifiques de l'inflation, fournit des repères pour une éventuelle comparaison temporelle suite à ce changement de contexte.

décembre 2022, et d'une enquête quantitative, menée décembre 2022 et mars 2023.

La première a consisté à réaliser **45 entretiens semi-directifs** dont 16 avec des bénévoles exerçant différents niveaux de responsabilité, et 29 avec des personnes accueillies présentant une diversité de situations. Ces entretiens ont été menés au sein de **5 centres** choisis leurs configurations territoriales et organisationnelles variées. Dans chacun, des **observations systématiques de la distribution** ont également été menées.

La seconde a consisté en la **passation d'un questionnaire auprès des personnes accueillies** et ce dans **84 centres** situés dans une trentaine d'associations départementales sélectionnés de manière à représenter le plus fidèlement possible la diversité des centres de l'association (contrôle de l'échantillon selon des critères de types de territoire, de taille des centres et de taux d'encadrement)³. La passation a été assurée soit par les équipes des centres, soit par des bénévoles extérieurs de l'Observatoire, le principe de l'auto-administration ayant par ailleurs été encouragé pour limiter les biais de désirabilité sociale⁴. Au final, près de **1600 réponses** ont été obtenues, les répondants présentant en outre, par contrôle *a posteriori*, des caractéristiques proches de la population francophone de référence des Restos du Cœur⁵ (en termes de genre, de niveaux de diplôme et de situations vis-à-vis de l'emploi) assurant ainsi une représentativité solide de l'échantillon. Les 1600 réponses récoltées ont ensuite été traitées et analysées statistiquement.

Les vécus de l'aide alimentaire

En instituant une dépendance – ici à une association – pour subvenir à des besoins essentiels, **le recours à l'AA s'associe bien souvent à un sentiment de honte sociale** pouvant conduire « à une perte de dignité et d'estime de soi »⁶. **L'étude permet d'éclairer les déterminants de ce sentiment, ses nuances et variations selon les profils de PA mais aussi les facteurs d'atténuation ou de renforcement de ce ressenti.**

Une perception globalement positive de l'association mais des nuances porteuses de sens

Interrogées en premier lieu en entretien sur leur perception initiale de l'association, **les PA portent globalement un regard très positif sur les Restos du Cœur**. Lorsqu'elle est connue, l'association – par la personnalité de son fondateur notamment – fait figure de référence, servie en cela par une médiatisation importante. Cela n'empêche pas que devoir en pousser les portes pour la première fois génère des appréhensions, les PA exprimant avoir redouté de se voir refuser l'aide ou d'être jugées pour leurs situations – sentiment notamment exprimé par les personnes en parcours migratoire. Pour autant, l'appréhension initiale semble, pour une large part des personnes accueillies, rapidement levée puisque **76 % des répondants au questionnaire déclarent s'être sentis « tout à fait » à l'aise lors de l'inscription. Ce sentiment s'arrime dans les récits à des postures d'écoute et de mise en confiance des bénévoles** mais aussi de non-jugement qui garantissent le ressenti d'« avoir droit » à l'aide et non de « faire l'aumône ». **Passés ces**

³ Cette construction d'un échantillon représentatif des centres s'est fondée sur les données issues du travail de l'Observatoire des Restos « Mieux connaître les centres » datant de l'hiver 2021-2022.

⁴ Ce biais consiste pour les PA à faire plaisir aux bénévoles à qui elles estiment souvent devoir beaucoup et donc potentiellement à orienter leurs réponses dans un sens plus positif que ce qu'elles auraient déclaré.

⁵ Nous précisons francophone car les personnes non-francophones ne sont en effet pas représentées

dans cet échantillon, le questionnaire n'ayant été traduit qu'en anglais et la connaissance des langues parlées au sein des centres étant faible, ce biais étant commun à d'autres études menées antérieurement.

⁶ Magali Ramel et al., *Se nourrir lorsqu'on est pauvre. Analyse et ressenti des personnes en situation de précarité*, Paris, ATD Quart Monde, 2016.

premiers temps, les PA se montrent massivement très satisfaites de leur expérience au sein de l'association, la perception positive de l'AA se confortant d'autant plus avec le temps. Ainsi entre **75 et 81 % des répondants au questionnaire se disent « très satisfaits » des jours et horaires de distribution, de l'accessibilité des centres ou encore de l'accueil fait pas les bénévoles** dont la « gentillesse » et l'« humanité » sont régulièrement loués en entretien. **La satisfaction vis-à-vis des possibilités de choix entre les produits est néanmoins un peu plus faible** puisque 16 % des PA interrogées n'en sont pas satisfaites et 35 % ont un avis plus mesuré (assez satisfait), le manque de diversité des produits ayant également été souligné dans les entretiens. **L'analyse statistique, par le croisement de variables, montre que l'appréciation positive est plus nuancée pour deux catégories de publics : d'une part pour les familles et, d'autre part, pour les personnes ayant connu une situation de déclassement.** En effet les personnes les plus diplômées – dont on peut poser qu'elles ont connu antérieurement les situations les plus stables, le diplôme restant une protection – et celles ayant des enfants affichent des avis sensiblement plus mesurés notamment vis-à-vis de la diversité des produits. Une hypothèse est que ces **catégories de publics ont plus d'attentes vis-à-vis de l'équilibre alimentaire** souhaitant l'assurer pour leurs enfants ou ayant été plus sensibilisés à cette exigence (discours socialement situé). Ces points de vue plus critiques ne nuancent néanmoins que peu le **sentiment de grande reconnaissance globalement partagé par les personnes accueillies.** La mise en valeur de l'engagement désintéressé des bénévoles, voire leur « dévotion », impliquée par le fait que la relation d'assistance est intrinsèquement asymétrique (l'un donne et l'autre reçoit) forge un **sentiment inéluctable de redevabilité dont on peut penser qu'il influe largement sur les opinions des PA.** Sans être son seul déterminant, il est dès lors important de le prendre en compte comme facteur expliquant le regard porté sur l'association.

Le rapport à soi dans l'aide : un sentiment de dignité souvent ébranlé

Au-delà de la perception des Restos du Cœur – et bien qu'elle soit positive – le recours à l'AA soulève on l'a dit des enjeux relatifs à la perception de soi. La **référence à la « honte » reste souvent présente dans les discours des enquêtés même si elle se révèle avec plus ou moins d'intensité selon les trajectoires** sociales et migratoires. Ainsi **trois types de registres peuvent être dégagés de l'enquête** par entretiens, chacun lié à une catégorie spécifique de public.

En premier lieu, le recours à l'AA se fait sur un mode « résigné », les PA le posant comme une conséquence malheureusement attendue de la grande fragilité de leur situation et exprimant un **sentiment moindre de honte.** Ce discours est notamment le fait des **personnes en situation de migration pour qui le sentiment de redevabilité – vis-à-vis de l'association mais aussi, plus globalement, de la France – est d'autant plus renforcé.** Ce registre qui contraste beaucoup avec le discours des autres enquêtés peut s'expliquer – c'est une hypothèse – par le fait que les **trajectoires de ces PA sont particulièrement marquées par la grande pauvreté,** la migration ayant correspondu à une tentative d'amélioration des conditions de vie. Pour elles, **le recours à l'AA peut dès lors être vécu, à leur arrivée en France, comme un « passage obligé »** le temps de « s'insérer » (obtenir des papiers, trouver un travail, etc.) ou être perçu comme un « moindre mal » comparativement à leur situation dans leur pays d'origine. **Au-delà des personnes migrantes, on retrouve ce vécu d'une inéluctabilité du recours chez les personnes autochtones ayant depuis toujours vécu dans la précarité** et ayant même fréquenté enfant les distributions de l'association.

En second lieu, et par contraste vis-à-vis du premier registre, les PA peuvent lier le recours à l'AA à une « honte d'en arriver là » et, dès lors, à un basculement stigmatisant dans la pauvreté. Ce discours émane davantage de **personnes majoritairement issues de**

milieux peu favorisés et dont l'entrée dans l'AA fait souvent suite à divers événements (divorce, perte du conjoint, invalidité, arrivée à la retraite, etc.). **Contrairement aux personnes précédentes, elles s'auto-définissaient peu comme un public potentiel de l'aide des Restos** et expliquent leur sentiment de honte par le fait qu'elles ne pensaient pas un jour devoir y recourir. Fréquenter les distributions va ainsi à l'encontre de leur « fierté », nombre de personnes ayant longtemps hésité à s'inscrire malgré une insécurité alimentaire parfois grave. S'il peut s'estomper à mesure que l'expérience – positive – au sein de l'association se construit, **le sentiment de honte de ces personnes peut se voir redoubler notamment pour les mères isolées** n'étant pas seules capables de subvenir aux besoins de leur(s) enfant(s).

En troisième lieu, une partie – plus minoritaire – des personnes interrogées exprime un rapport plus ambivalent au recours évoquant une crainte de « ne pas être à sa place ». Comme le groupe précédent, les **personnes ayant ce vécu ont subi un basculement dans la précarité mais sont plus diplômées et issues de milieux plus favorisés** et par là plus proches des trajectoires des bénévoles. Cette proximité forge le **sentiment d'être « du mauvais côté » de l'AA**, la honte ressentie étant davantage liée, de manière distincte du groupe précédent, à une **perception d'une « illégitimité » du recours.** Il peut s'agir de **mères seules dont la situation est devenue difficile après le départ du conjoint ou de personnes ayant subi un déclassement** suite à des « accidents de la vie » ou une précarisation liée au passage à la retraite.

Au-delà de ces effets de trajectoires, le rapport à soi et le sentiment de dignité ou d'indignité qui en découle est également déterminé par les **attentes diversifiées des PA.** L'étude

qualitative permet de distinguer **deux types d'attentes opposés.**

Pour une partie des personnes interrogées, le recours à l'AA est avant tout tourné vers l'apport de denrées. C'est le cas dans l'échantillon des **personnes les plus précaires mais aussi des couples avec enfant(s).** Pour eux, ce sont donc les conditions de distribution tout autant que la quantité, la qualité et la diversité des denrées qui donnent le sentiment d'être traitées plus ou moins dignement. Une dotation qui semble trop faible, des produits jugés de mauvaise qualité ou des choix trop contraints (choix de prendre ou de ne pas prendre plutôt que selon ses préférences et goûts) peuvent dès lors entraver leur sentiment de dignité. Cependant la dépendance de ces personnes – les plus précarisées rappelons-le – à l'aide renforce le sentiment de redevabilité qui, en écho, freine l'expression de critiques. Lors des entretiens, certaines personnes ont néanmoins évoqué leur incompréhension de la mise œuvre du système à points⁷ et leur sentiment d'être parfois traitées différemment des autres. Pour ces enquêtés, la dignité de l'accueil tient également beaucoup aux conditions d'attente, l'attente n'étant pour eux qu'une perte de temps car ne cherchant pas, comme les personnes du groupe suivant, à tisser des liens.

En effet, **pour une autre partie des PA interrogées en entretien, le recours à l'AA est d'abord centré sur leur recherche de lien social,** leurs attentes étant surtout de pouvoir échanger avec les bénévoles. La dotation alimentaire reste importante mais ne constitue pas, à leurs yeux, ce qui forge leur sentiment de dignité. Être reconnu, identifié, pouvoir bénéficier de la « chaleur humaine » des bénévoles représentent bien davantage que pour le premier groupe le support d'un vécu positif. Il s'agit dans l'échantillon des **personnes qui sont socialement plus proches des bénévoles et donc les moins précaires** et qui sont

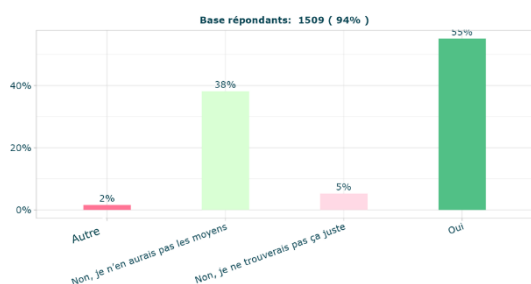
⁷ Le système à points, inscrit dans la réforme de la « distribution accompagnée », consiste à attribuer à chaque foyer un nombre total de points (équivalent à 6 repas par semaine et donc à la dotation) en

fonction notamment du nombre de personne(s) le constituant et à attribuer ensuite à chaque type de denrées un nombre de points (par exemple 1 pour des légumes, 2 pour de la viande, etc.)

tendanciellement moins dépendantes de la dotation des Restos pour manger. Pour eux, la qualité des liens noués est gage de dignité, des rapports plus distancés ou un manque de considération pouvant alors entraîner un sentiment de moindre dignité et ce même si prédomine dans les discours la reconnaissance de l'« humanité » des bénévoles.

Concernant la gratuité, l'étude permet de souligner l'attachement des PA à ce principe et ce moins par défense du modèle de l'association que par nécessité face à leurs ressources souvent très limitées. Ainsi l'enquête par questionnaire révèle que si **55 % des répondants déclarent qu'ils viendraient à l'AA même si celle-ci était payante, 38 % renonceraient à venir sur un argument financier** et 5 % ne viendraient plus ne trouvant pas cela juste (voir graphique).

« Si l'AA n'était pas gratuite, viendriez-vous aux Restos du Cœur ? »



Par croisement de variables, l'analyse statistique montre que **les défenseurs de la gratuité par nécessité financière sont parmi les plus vulnérables des PA**. Ainsi les personnes sans aucune ressource sont les plus nombreuses (53 %) à déclarer qu'elles ne viendraient plus si l'aide était payante car n'en auraient plus les moyens. Ainsi, si la participation financière peut être jugée « dérisoire » pour les personnes les moins précarisées, **la gratuité revêt une dimension majeure et même une condition d'accès à l'AA pour les franges de la population accueillie les plus fragilisées économiquement**. L'enquête par questionnaire révèle aussi que les profils de PA les plus attachés au principe de gratuité sont les étudiants, les familles migrantes, les demandeurs d'emploi ou

encore les travailleurs pauvres. Par ailleurs, dans les entretiens, **lorsque les PA mettent en perspective l'aide gratuite des Restos du Cœur avec celle, payante, distribuée par d'autres structures, elles présentent la gratuité comme un atout** et une motivation à recourir prioritairement à l'aide des Restos. En effet, et notamment pour les personnes les plus en difficultés, **l'expérience du recours à des aides exigeant une contrepartie financière a pu constituer des situations désagréables**. Le fait de ne pouvoir subvenir – et en faire l'aveu aux bénévoles en demandant crédit – à une participation par ailleurs présentée comme « symbolique » peut participer d'un sentiment renforcé d'indignité et de honte (ne pas être en capacité de pourvoir à si peu). Dès lors, et **de manière ambivalente, si la gratuité du modèle des Restos renforce le sentiment de redevabilité à l'égard de l'association, elle est également un support de dignité pour les personnes les plus en difficultés**. L'étude qualitative montre également que **contribuer financièrement n'est pas assimilé par les PA à de la participation au sens propre**. En effet, **lorsqu'elles évoquent leur souhait de rendre à l'association ce qu'elle apporte, elles font bien davantage référence à leur volonté de faire du bénévolat** et d'aider en retour, cette perspective constituant la forme majeure de contre-don envisagée. Aussi l'encouragement à l'engagement bénévole – longtemps dénié par les associations – et le fait d'offrir des formes de participation autre que monétaire peut constituer des vecteurs d'un vécu plus digne de l'AA et apporter davantage de réciprocité.

Les usages de l'aide alimentaire

Aux manières plurielles de vivre l'AA répondent des façons de s'en saisir et donc de mobiliser l'offre de services des Restos (dotation alimentaire mais aussi fréquentation du coin café ou aides à la personne) tout autant que celle d'autres structures (associations, CCAS, etc.). **L'étude permet de relever des modes**

d'investissement variés et d'en éclairer les conséquences tout autant que de repérer les profils de PA ayant un recours plus ou moins extensif à l'AA.

Un recours régulier et exclusif à l'AA des Restos qui dessine une importante dépendance

L'enquête par questionnaire permet de montrer que **la grande majorité des PA recourt très régulièrement à l'association. 9 personnes sur 10 déclarent ainsi venir à toutes les distributions** auxquelles elles sont inscrites. Seule exception à cette règle, les étudiants qui ne sont que la moitié à venir systématiquement. **A cette systématisme, s'ajoute une exclusivité puisque seulement 12 % des personnes accueillies font appel à d'autres structures** d'aide alimentaire. Ainsi, les ressources alimentaires de plus d'une personne interrogée sur 2 proviennent aux trois quarts des Restos et 1 répondant sur 6 se nourrit même exclusivement des produits fournis par l'association. Quand elles complètent malgré tout leurs ressources par un autre biais, ce sont les achats en commerce qui prédominent.

Les entretiens permettent de compléter ce tableau et notamment ce constat d'exclusivité puisque plusieurs personnes interrogées ont également exprimé **s'en tenir, au sein de l'association, à l'AA** et donc ne pas chercher « à avoir plus » et donc à mobiliser les autres aides ou dispositifs disponibles (coin café, aides à la personne). Ne pas demander plus, se satisfaire de ce que l'on a, venir coûte que coûte sont des discours et des pratiques si ancrées chez les personnes accueillies qu'elles deviennent partie intégrante de leur identité sociale de personne accompagnée. **Celle-ci est constitutive de ce que nous avons plus largement appelé un « métier de personne accompagnée » (voir encadré)** qui décrit l'adoption par les personnes accueillies de comportements suffisamment appréciés des

bénévoles pour favoriser leur intégration au sein des centres et maximiser leurs chances d'être traités et servi de manière équitable⁸. En l'occurrence, il semble également essentiel d'**afficher sa fidélité à l'association** – et par là à ses bénévoles – tant pour exprimer sa reconnaissance envers ses derniers que pour éviter d'être associé à l'image stigmatisée d'« assisté » ou de « profiteur », ce qui **peut dès lors expliquer le faible taux de poly-accompagnés** – déclarés – sur le plan alimentaire.

LE « MÉTIER DE PERSONNE ACCOMPAGNÉE » : UN CONCEPT À CLARIFIER

Inspiré du concept de « métier d'élève » (Perrenoud, 1995), cette notion désigne le fait d'apprendre à respecter les normes, les codes plus ou moins implicites d'une société (ici l'association) et à chercher à correspondre au rôle qui est attendu, voire à développer des compétences spécifiques pour y parvenir. Loin de décrire une forme de professionnalisation dans la pauvreté ou de donner caution à des discours dénonçant un supposé assistanat, cette notion semble *a contrario* importante à mobiliser pour décrire et analyser des discours et pratiques des PA, qui font écho aux manières dont les bénévoles, par leurs propres représentations, définissent des attentes sur la manière de « bien » saisir l'aide et de se comporter en « bon » personnes accueillies.

D'autres raisons peuvent être tirées de l'étude pour **expliquer la faiblesse du poly-accompagnement** sur le plan alimentaire. Les PA peuvent tout bonnement **ne pas connaître les autres offres** de secours associatives ou publiques comme c'est le cas en particulier dans notre enquête qualitative des personnes migrantes dont le repérage dans les aides existantes est souvent difficile. Ensuite, la non-sollicitation des autres structures peut tenir aux

⁸ Michel Messu, « Apprendre à être soi lorsqu'on est un assisté social », *Éducation et sociétés*, 2008, vol. 22, n° 2, p. 97-111.

mauvaises expériences préalables faites par les personnes ou leur incapacité – on l’a vu précédemment – à s’acquitter de participations financières même modestes. Ces pratiques de non-recours, visiblement majoritaires, contrastent cependant avec les représentations des bénévoles interrogés qui pensent que les PA ont souvent recours à d’autres types d’aides.

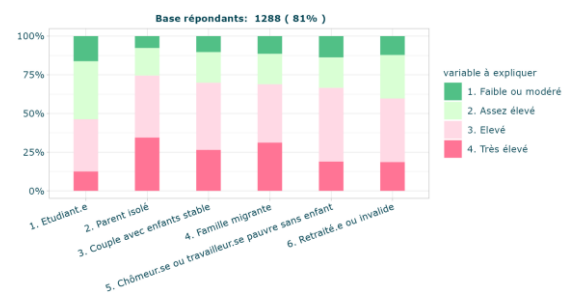
D’un recours extensif à un rapport distancié : un continuum de modes d’investissement de l’AA

L’exploitation du questionnaire permet de distinguer des **degrés variables de saisie de l’AA**. D’un côté, on retrouve les PA qui viennent très régulièrement, fréquentent le coin café, discutent avec les bénévoles et bénéficient d’aides à la personne. Il s’agit, selon les croisements de variables les plus significatifs, des **personnes accueillies les plus anciens** mais aussi davantage de **nationalité française ou en charge de familles**. De l’autre, on retrouve les personnes accueillies qui viennent plus occasionnellement, préfèrent éviter les échanges et ne sollicitent pas les autres types d’aides. Ce type de rapport plus distancié à l’association émane prioritairement des jeunes, et plus encore des **étudiants** qui ont 9 fois moins de chances d’avoir un recours extensif à l’AA que les autres catégories. Mais il concerne également les seniors, **les plus de 65 ans** étant aussi comparativement les plus nombreux à se saisir moins des modalités d’accompagnement. Les pistes explicatives de cette plus grande distance divergent selon ces deux profils : **les étudiants peuvent en effet exprimer un moindre besoin de lien social** – *a fortiori* avec des bénévoles âgés – et préférer s’en tenir à la dotation alimentaire ; **les PA âgées peuvent elles s’en tenir également à cette seule dimension de l’aide mais davantage par exercice zélé de leur métier de PA** (ne pas oser demander plus au risque d’être perçu comme profitant de l’aide).

Au-delà de ces éléments, **ces degrés variables d’intensité du recours peuvent être liés aux situations d’insécurité alimentaire**

antérieures à la venue aux Restos (renseignées par différentes questions du questionnaire). En effet, **les familles – en particulier monoparentales – sont les catégories de publics qui arrivent dans l’AA le plus en fragilité** sur ce plan (voir graphique) et dont on peut dès lors avancer qu’elles ont des besoins importants et cherchent davantage à mobiliser l’offre dans son ensemble, les familles migrantes, par auto-censure ou manque d’information étant néanmoins plus rétives à le faire. **A l’inverse, les étudiants et les retraités constituent, avant le recours, les catégories de publics tendanciellement les plus protégées** (voir graphique), leurs besoins étant davantage tournés vers le fait de « manger mieux », cette moindre insécurité pouvant expliquer le recours plus distancié précédemment évoqué.

Niveau d’insécurité alimentaire pré-recours selon le profil des PA



FOCUS SUR LE COIN CAFÉ : UN ESPACE FRÉQUENTÉ MAIS PAS PAR TOUS

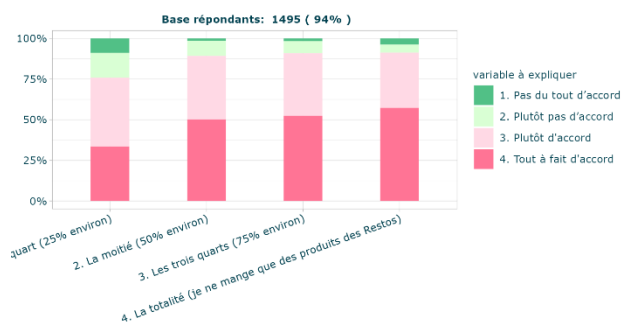
Lieu essentiel d’entretien du lien social dans le modèle des Restos, le coin café apparaît largement apprécié de ceux qui le fréquentent qui mettent l’accent sur sa dimension conviviale et y nouent des échanges avec les bénévoles mais aussi, parfois, avec les autres PA. Mobilisé par 6 personnes sur 10 à des fréquences distinctes, il l’est d’autant plus par les personnes ayant le plus d’ancienneté, confirmant que le temps joue en faveur de sa découverte. Pour autant, la fréquentation du coin café est variable selon les catégories de publics. Ainsi, d’abord, les femmes y ont moins recours que les hommes, ce qui peut s’expliquer par le fait que, gardant l’essentiel du travail domestique et familial, elles ont – *a fortiori* pour

les mères seules – moins de temps pour nouer des liens. Mais cette distinction genrée peut également renvoyer aux codes essentiellement masculins qui encadrent ces lieux de sociabilité (récit et mise en valeur de soi). Ensuite, l'enquête quantitative montre que les étudiants et les familles migrantes sont les profils mobilisant le moins ce dispositif. Pour les premiers, il est possible de poser l'hypothèse d'un moindre besoin sur ce plan (voir supra) et d'une distance générationnelle avec les bénévoles qui les y poussent moins. Pour les familles migrantes, on peut poser qu'elles sont moins à l'aise pour discuter et qu'elles craignent d'y être jugées (notamment sur leur parcours migratoire).

Des effets soulignés mais néanmoins à nuancer sur la réduction de l'insécurité alimentaire

L'enquête par questionnaire permet en premier lieu de montrer **qu'une très large majorité des répondants déclarent un effet positif de l'AA sur leur situation alimentaire** puisqu'ils sont 89 % à affirmer « manger à leur faim » et 81 % à « manger mieux » depuis le recours. Bien que massif, **ce résultat peut néanmoins être relativisé, l'influence du sentiment de redevabilité pouvant être attesté** par l'analyse statistique. En effet, de manière relativement contre-intuitive, **les PA qui déclarent d'autant plus manger en quantité suffisante sont celles pour qui la dépendance aux Restos est la plus grande** – puisque la dotation représente la totalité de leurs ressources alimentaires – **et ce alors même qu'elle n'est censée représenter que 6 repas par semaine** (voir graphique).

« Avec les Restos, je mange à ma faim » selon la part que représente les denrées distribuées par l'association dans les ressources alimentaires



Les effets de l'aide alimentaire

Des objectifs qu'elle poursuit ont été tirés **trois effets majeurs attendus de l'AA** des Restos du Cœur : **la sécurisation sur le plan alimentaire, la diminution du sentiment d'isolement social et enfin l'amélioration de la situation budgétaire**. L'étude, au-delà d'affirmer ou d'infirmer ces effets, permet d'en éclairer les degrés d'atteinte selon les contextes et les profils de PA et de fournir des pistes explicatives de ces variations.

Par ailleurs, l'analyse de questions décrivant l'intensité de diverses pratiques de privation *pré* et *post* recours (sauter des repas, se priver pour un proche, renoncer à des produits en raison de leur coût, etc.) **montre que bien que l'AA ait amélioré la situation, elle ne parvient que peu à résorber totalement l'insécurité alimentaire**. C'est le cas de seulement 6 % des répondants, 15 % ayant connu une amélioration importante, et 43 % seulement modérée. Pour 20 % des PA interrogées, on note par ailleurs une stagnation

de leur situation alimentaire, 16 % l'ayant même vue se dégrader⁹.

Cet écart entre un taux de satisfaction très élevé vis-à-vis de l'AA et la persistance d'une précarité alimentaire se retrouve dans les entretiens réalisés puisque les PA interrogées tout en affirmant leur forte reconnaissance vis-à-vis de l'association et le mieux-être qu'elle permet, affirment également – sur le mode de la confiance – qu'elles continuent à se priver et, parfois, à avoir faim.

L'analyse statistique des réponses au questionnaire permet d'identifier des **facteurs favorisant ou diminuant cet effet de sécurisation**. D'abord, **la capacité des Restos à réduire les difficultés alimentaires apparaît plus importante dans les centres situés en zone rurale** et ayant un taux d'encadrement fort (ratio élevé de bénévoles par rapport au nombre de personnes accueillies) **par rapport aux centres urbains** où la pression est plus forte¹⁰. Une piste d'explication est que les grands centres urbains accueillent davantage de personnes particulièrement fragilisées, notamment par un cumul de difficultés (économiques, sociales mais aussi administratives), leur insécurité initiale – pré-recours – étant plus forte et donc plus difficilement compensable. On peut également émettre l'hypothèse de conditions légèrement plus favorables dans les campagnes où le coût de la vie demeure notamment moins élevé et les partenariats locaux garantissent une diversité de produits.

Au-delà des contextes d'implantation des centres, certaines catégories de publics des Restos du Cœur demeurent plus fragilisées que d'autres sur le plan alimentaire. C'est le cas d'une part des familles monoparentales qui étaient déjà les plus fragilisées sur le plan alimentaire avant de recourir à l'AA. Elles sont en

effet 52 % à rester dans une insécurité qualifiable d'élevée ou de très élevée après leur inscription contre 25 % des étudiants ou 34 % des retraités. Cette situation s'explique par le fait que les charges familiales pèsent inévitablement plus lourd dans un budget qui repose bien souvent sur une seule source de revenus. Les entretiens soulignent dès lors la **propension plus forte des mères seules à recourir à plusieurs types d'aides alimentaires** là où le poly-accompagnement demeure, on l'a vu, une pratique peu usitée. **D'autre part, un autre public, pourtant parmi les plus protégés sur le plan alimentaire avant le recours, demeure tendanciellement plus fragilisé : il s'agit des jeunes**. 46 % des moins de 25 ans connaissent ainsi une insécurité élevée ou très élevée après le recours contre 30 % des plus de 65 ans. Cette plus grande fragilité alimentaire des jeunes – excluant néanmoins les étudiants qui restent, avec les retraités, les moins en insécurité post recours – peut s'expliquer par le fait qu'ils **exercent des emplois peu qualifiés et donc peu rémunérés et exercés dans des conditions d'emploi peu protectrices** (intérim, CDD). Lorsqu'ils sont sans activité, le **droit à des prestations sociales ne leur est pas ouvert**, la crise sanitaire ayant par ailleurs eu des effets déstabilisateurs de long terme sur ces catégories (voir étude précédemment citée).

Des effets affirmés sur la réduction du sentiment d'isolement, notamment pour les plus âgés

De manière aussi massive que pour l'apport sur le plan alimentaire, les PA interrogées dans le cadre du questionnaire sont 81 % à se sentir moins seules depuis qu'elles fréquentent les Restos du Cœur. A l'appui de cette déclaration, elles soulignent globalement en entretien l'écoute bienveillante des bénévoles, leur humour et leur appréciation en conséquence positive de ces moments de convivialité. **La**

⁹ Ces résultats statistiques sont obtenus par la création de variables synthétiques à partir des réponses obtenues aux questions sur les pratiques de privation et éclairant dès lors un degré plus ou moins fort d'insécurité alimentaire, l'écart entre les

réponses avant le recours et actuellement constituant ensuite une gamme de résorption plus ou moins forte de l'insécurité.

¹⁰ C'est-à-dire où le nombre de bénévoles est plus bas au regard du nombre de PA.

fréquentation du centre peut dès lors constituer une parenthèse dans un vécu de la précarité souvent lourd. Néanmoins cette création de lien social s’ancre d’abord et surtout dans les interactions avec les bénévoles, celles avec les autres PA étant le plus souvent évitées et ce pour différentes raisons (auto-censure du fait d’une crainte d’être jugé, sentiment de renforcement du déclassement).

Là encore **le fait de fréquenter un grand centre urbain confère une moindre propension à déclarer cet impact** comparativement aux centres ruraux. Les PA mettent en avant le fonctionnement quasi « familial » des centres ruraux qu’ils opposent – lorsqu’ils les ont connus – aux flux importants de personnes qui limitent les occasions d’échanges dans les centres urbains. Une piste explicative de cet écart tient donc au fait que les liens d’interconnaissance sont potentiellement plus forts dans les milieux ruraux et que les interactions entre PA puissent ici davantage participer de ce sentiment.

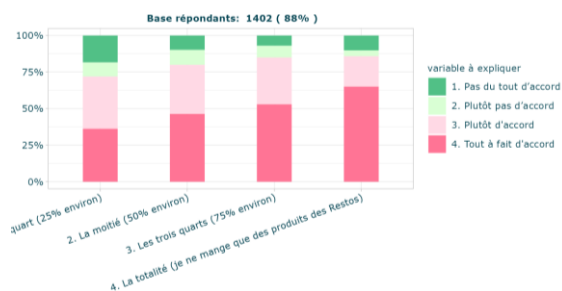
Plus encore, **le fait de se sentir moins seul grâce à l’aide est davantage exprimé par certains profils de PA et en premier lieu par les plus âgés**. Les retraités ont ainsi, toutes choses égales par ailleurs, deux fois plus de chances de déclarer ressentir cette atténuation de l’isolement que les personnes au foyer. Les personnes retraitées interrogées en entretien accréditent cette tendance évoquant souvent le délitement de leurs réseaux de sociabilité. Pour autant, ils sont aussi ceux qui insistent le plus sur leur évitement des relations avec les autres PA exprimant que leur côtoiement renforcerait d’autant leur sentiment de déclassement et par là leur honte à être assimilés à plus pauvres qu’eux, des préjugés racistes pouvant également être à l’origine de cette posture. Dès lors, les contacts avec les bénévoles – même brefs – suffisent à asseoir ce sentiment de moindre isolement.

A l’opposé, les familles – qu’il s’agisse des parents isolés, des couples avec enfants en situation administrative stable ou des familles migrantes en situation incertaine – **sont les**

catégories de publics où la part des répondants « pas du tout d’accord » sur cet effet est la plus importante (par exemple 13 % des familles en situation de migration). Ce plus grand scepticisme peut s’expliquer par le fait que les familles sont moins disponibles pour nouer des relations lors des distributions, les conditions d’accueil étant généralement peu propices à l’accueil des enfants mais aussi potentiellement par une plus grande distance générationnelle avec les bénévoles parfois redoublée de complexes liés à une maîtrise difficile de la langue française pour les familles migrantes.

Au-delà de ces distinctions, l’étude – tant qualitative que quantitative – révèle que **le temps joue (assez logiquement) en faveur de cet effet**, le taux de personnes convaincues augmentant à mesure de l’ancienneté s’accroît (voir graphique). Plus encore, se sentir moins seul **s’adosse à un recours extensif à l’aide des Restos**. En effet le fait de venir à chaque distribution, d’avoir bénéficié au moins une fois d’aides à la personne, de discuter avec les bénévoles et d’avoir une dépendance forte à l’association sur le plan alimentaire sont quatre facteurs concourant à un ressenti plus marqué d’une rupture de l’isolement (voir graphique). L’importance du sentiment de redevabilité peut à nouveau être mobilisée puisque cet investissement fort de l’aide implique en écho un souci d’autant plus prononcé de valoriser l’apport de l’association.

« Venir à l’aide alimentaire me permet de me sentir moins seul » selon la part de la dotation Restos dans les ressources alimentaires



L'enquête par entretiens souligne enfin que le degré d'atteinte de cet effet dépend aussi des attentes initiales différenciées des PA.

En effet, les discours recueillis éclairent une gamme large d'attentes allant d'un besoin faible de lien social – des contacts brefs suffisant à ressentir l'atténuation de l'isolement – à l'espoir d'un soutien psychologique voire d'un effet de « resocialisation » pour certains enquêtés. Une étude plus précise de ces attentes et besoins différenciés selon les profils des personnes accueillies pourrait permettre d'aller plus loin dans l'analyse de cette piste explicative.

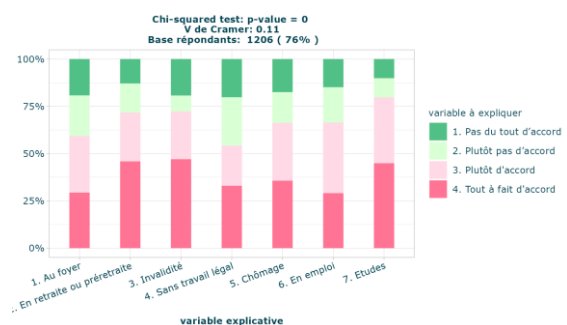
Des effets beaucoup plus limités sur l'amélioration de la situation budgétaire

En comparaison des effets précédents, l'affirmation que l'AA concourt à une amélioration de la situation budgétaire (par les économies réalisées) apparaît plus nuancée. En effet si les PA affirment dans les mêmes proportions que précédemment que l'aide leur permet de régler **plus facilement des dépenses obligatoires (80%)**, elles ne sont **plus que 2 sur 3 à affirmer qu'elle leur permet de s'affranchir de dettes, le chiffre tombant à 43% pour le fait d'affirmer pouvoir se faire plaisir grâce à elle.** On peut penser que ces taux plus bas tiennent potentiellement à une difficulté à faire l'aveu – lors de la passation – d'une situation d'endettement ou par l'hésitation à affirmer « se faire plaisir » qui peut résonner pour les PA comme un non-droit dans le cadre d'une relation d'assistance et donc, par-là, un risque de ne pas être reconnu comme méritant l'aide de la part des bénévoles. Au-delà de ces hypothèses, l'étude permet de souligner que **la perception d'un gain monétaire est liée à l'usage plus ou moins extensif de l'aide. En effet, le fait de connaître les aides à la personne (sans forcément y recourir) et de discuter avec les bénévoles renforce ce sentiment :** par exemple 69 % des personnes ayant des échanges avec les équipes des centres relèvent un effet positif de l'AA sur la possibilité de régler leurs dettes contre 55% qui s'y refusent car ce n'est pas un besoin. **Cette corrélation peut suggérer que la reconnaissance de cet effet**

sur le plan budgétaire émane des PA les plus favorisées économiquement puisque celles qui entretiennent des rapports étroits avec les bénévoles sont aussi celles qui en sont les plus proches (proximité sociale et générationnelle) et donc potentiellement déjà parmi les mieux dotées en capitaux économiques.

Ce constat est confirmé par le fait que **les catégories de publics les moins nombreuses à souligner cet effet sont les familles migrantes et les personnes en attente de régularisation ou en situation irrégulière.** Ainsi 49 % des familles migrantes ne perçoivent pas de gain en termes de règlement des impayés contre 20 % des étudiants ou 28 % des retraités. Le croisement avec la situation professionnelle renforce ce constat puisque 46 % des personnes sans travail légal se déclarent en désaccord avec cet effet contre 20% des personnes en études. Ce constat peut éclairer le fait que le cumul de difficultés (administratives et donc économiques) empêche les PA de percevoir des effets plus indirects de l'AA, les personnes ayant une situation administrative incertaine ne pouvant en outre tout bonnement pas contracter de dettes. Dès lors, l'amélioration de la situation budgétaire vaut davantage pour les personnes seules sans enfants à charge – étudiants et retraités – dont la dépendance aux Restos est moindre.

« L'aide alimentaire me permet de garder de l'argent pour régler des dettes/impayés » selon la situation professionnelle



L'enquête qualitative confirme que l'aide des Restos permet d'abord et surtout de réallouer des ressources d'abord vers des dépenses obligatoires (loyer, facture d'eau et d'électricité), une minorité de personnes déclarant se permettre « des petits plaisirs ». Les PA

expriment qu'elle ne permet également que peu d'investir de nouveaux postes de dépenses pour l'habillement par exemple, la culture ou les loisirs.

Conclusion

Cette étude a permis de mettre en lumière **trois résultats majeurs sur chacun des trois axes de questionnement** qui la guidait.

Le premier est de montrer que les vécus de l'AA – en particulier en termes de dignité ou d'indignité – sont déterminés par les trajectoires des personnes – notamment sociales et migratoires – et par les attentes différenciées qu'elles formulent (axées davantage sur l'offre de produits alimentaires ou sur la recherche de lien social). Mais ils sont également largement tributaires des conditions dans lesquelles les distributions s'organisent et donc à la manière dont le modèle de l'association se déploie ainsi qu'aux pratiques quotidiennes des bénévoles. Dès lors, le soin donné à prodiguer un accueil de qualité, sans jugement ni préjugé, dans l'écoute active apparaît comme le principal support de dignité, d'autant plus que le sentiment de redevabilité des PA peut en cacher le manque ou l'érosion.

Le second est d'attester que les usages de l'AA sont multiples mais restent néanmoins majoritairement marqués par un degré fort de dépendance à la dotation fournie. L'étude a dès lors mis en valeur plusieurs paradoxes en particulier le fait que malgré une insécurité alimentaire qui reste forte, les PA recourent peu à d'autres types de secours alimentaires. Un mode d'explication fournie tient à la propension des PA à s'y refuser – ou à déclarer s'y refuser – pour garder une identité positive aux yeux des bénévoles (métier de PA). L'exploitation des données a permis également de montrer des modes de saisie plus ou moins extensifs du recours – les familles mobilisant davantage les aides y compris au-delà de l'alimentaire stricto sensu, les étudiants étant quant à eux plus distanciés. De manière générale, les aides à la personne restent faiblement mobilisées laissant

une incomplétude dans le modèle d'une AA comme « prétexte » à un accompagnement plus large.

Enfin, un troisième résultat est de souligner que les effets positifs de l'aide apportée par les Restos sont massivement déclarés notamment sur l'amélioration de la situation alimentaire ou la rupture de l'isolement. Ces hauts degrés de satisfaction masquent néanmoins une persistance de l'insécurité alimentaire notamment pour les familles monoparentales et les jeunes (non-étudiants) dont les cumuls de difficultés entravent la capacité de l'aide à assurer un mieux-être pérenne. L'impact bénéfique de l'accompagnement sur le lien social est quant à lui particulièrement ressenti par les plus âgés dont l'isolement relationnel est plus marqué. Cependant les effets plus indirects de l'aide, comme une amélioration possible sur le plan budgétaire, apparaissent beaucoup moins perçus, les gains monétaires étant trop faibles pour cela. Au final l'AA, tout en permettant des améliorations sensibles, ne permet que rarement de sortir de la précarité économique.

Bibliographie.

ARNAL Caroline, AUDRAN Martin, BARCAT Paulin, FREULET Louise et REGUER-PETIT Manon, *Étude flash sur les effets de la crise sanitaire sur l'organisation de l'aide alimentaire et les publics reçus par les Restos du Cœur*, Paris, Agence Phare, Observatoire des Restos du Cœur, 2021.

MESSU Michel, « Apprendre à être soi lorsqu'on est un assisté social », *Éducation et sociétés*, 2008, vol. 22, n° 2, p. 97-111.

RAMEL Magali, BOISSONNAT PELSUY Huguette, SIBUE-DE CAIGNY Chantal et ZIMMER Marie-France, *Se nourrir lorsqu'on est pauvre. Analyse et ressenti des personnes en situation de précarité*, Paris, ATD Quart Monde, 2016.

agence**phare**