



ÉTUDE

MESURE D'IMPACT DE L'ACTIVITÉ **DÉPART EN VACANCES** DES RESTOS DU CŒUR

REPÈRES SUR L'ÉTUDE D'IMPACT

Une démarche qui s'inscrit dans les orientations du **Projet Associatif National** pour mieux recueillir la parole des personnes accueillies.

L'étude s'est déroulée en deux phases. **Une première qualitative** réalisée entre janvier 2022 et septembre 2023, grâce à un financement CNAF dont les résultats ont été mis à l'épreuve par le biais d'une phase quantitative. **La phase qualitative** analyse et exploite les discours des personnes accueillies (PA) emprunte au récit de vie pour saisir les effets directs, indirects et les impacts du séjours avec différentes temporalités. **Cette étude longitudinale** menée pendant près de deux ans auprès d'une cohorte resserée de 24 PA des Restos du Cœur qui ont bénéficié de l'accompagnement au départ en vacances en 2022-2023 et qui révèlent des situations économiques, sociales et familiales diversifiées. Le panel couvre ainsi une majorité de profils de publics accompagnés par les Restos.

Dans un second temps, la **phase quantitative** a permis de tester à plus grande échelle les enseignements issus du volet qualitatif. En 2024, un questionnaire a été élaboré et diffusé auprès d'un échantillon représentatif de familles ayant bénéficié de départs en vacances. Cette enquête nous a permis de recueillir des données chiffrées et comparables, venant compléter et enrichir les analyses issues des échanges qualitatifs.

CHIFFRES CLÉS SUR L'ACTIVITÉ DEPARTS EN VACANCES DES RESTOS EN 2024

69

Associations
départementales

5 684

Personnes
accueillies
qui ont bénéficié d'un
accompagnement
au départ
en vacances

517

Personnes
seules
dont 164 seniors

1 112

Familles



La méthode

ÉTUDE QUALITATIVE

3 entretiens individuels menés avec chacun des membres de la cohorte (20) en amont du séjour, 2 mois après le retour et un an plus tard.

24 bénévoles vacances interrogés en miroir.

ÉTUDE QUANTITATIVE

1 questionnaire envoyé par texto sur un échantillonage représentatif.

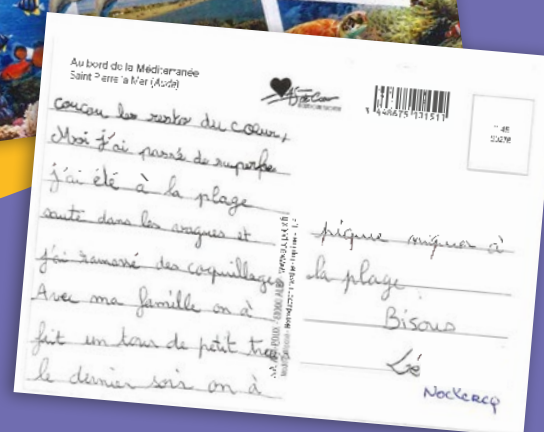
Près de **320 questionnaires** renseignés.

LE PROJET VACANCES DES RESTOS

Depuis leur création les Restaurants du Cœur poursuivent une mission fondamentale de **lutte contre la pauvreté et l'exclusion** sous toutes ses formes en France métropolitaine.

L'aide alimentaire, activité originelle des Restos est appréhendée comme une réponse d'urgence à une situation de précarité mais également comme le point d'entrée pour engager un accompagnement plus global des personnes accueillies sur **l'emploi, le logement, l'accès aux droits, au microcrédit, à la culture et aux loisirs**.

Chaque année près d'**1 français sur 3 ne part pas en vacances**, pour des raisons avant tout financières auxquelles s'ajoutent des freins psychologiques, culturels et familiaux. Les Restos ont donc développé une action spécifique sur le départ en vacances, conçue comme un levier de **remobilisation et de re sociabilisation des publics fragilisés**.



1.

UN ENGAGEMENT POUR LUTTER CONTRE LE NON-RECOURS AUX VACANCES



« Les vacances c'est pas pour les gens comme nous, c'est pour ceux qui gagnent beaucoup d'argent »

L'étude a tout d'abord révélé **des participants effectivement exclus du droit aux vacances** pour des motifs tangibles parmi lesquels la précarité financière, premier frein au départ en vacances auquel s'ajoutent d'autres problématiques sociales, familiales et de santé accentuant le non-recours.

Le retour des participants a également montré **une autocensure des publics vulnérables** qui s'interdisent de prendre quelques jours de repos, estimant ne pas y avoir droit.

Un an plus tard, **un changement est observé dans les discours et représentations associées aux vacances** – et plus largement à l'occupation du temps libre – désormais perçues comme une occasion de pouvoir sortir de l'isolement et de couper quelques jours avec la routine du quotidien.

« Finalement on a le droit nous aussi de faire un break dans le quotidien, de souffler un peu »

Au retour des vacances 2 participants sur 3 envisageaient ainsi de repartir, même sur une période plus courte et avec d'autres conditions d'accueil.

La situation socio-économique de 2023-24 caractérisée entre autres par une hausse de la précarité au niveau national et l'augmentation générale des prix a toutefois montré la fragilité des publics accueillis aux Restos du cœur qui ont à nouveau largement renoncé aux vacances, réduit la durée du séjour ou sont repartis chez leur entourage.

67% des personnes accueillies n'étaient pas parties en vacances sur les 5 dernières années

95% des personnes accueillies affirment qu'elles ne seraient pas parties sans l'accompagnement des Restos du Cœur

90% d'entre elles pour des raisons financières.

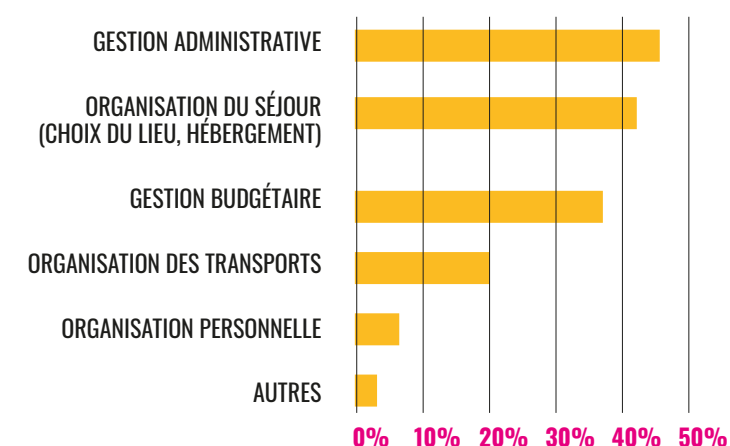
2.

ÊTRE ACTEUR DE SON PROJET DE VACANCES POUR REGAGNER CONFIANCE EN SOI

Au-delà du fait de « partir » il y a la volonté chez une majorité de personnes accueillies d'être dans une **posture active vis-à-vis du projet de vacances** qui se concrétise à différents niveaux en fonction du **degré d'autonomie** : co-financement et anticipation d'un budget dédié aux vacances, implication dans le choix du séjour – lorsque cela est possible –, construction du programme d'activités, réservation des billets de train, etc. En étant **décisionnaires**, les personnes accueillies se sentent **revalorisées et moins redevables**.

Pour les profils les plus vulnérables et éloignés des vacances, la phase préparatoire est essentielle et participe à l'**autonomisation et la responsabilisation** des personnes. **Le rôle du référent vacances apparaît clef dans la concrétisation du projet** : présence rassurante sur toutes les démarches, levée de certains freins périphériques, soutien jusqu'au jour du départ, accompagnement au train, etc. Sa présence est également bienvenue également pendant le séjour lorsque ce dernier est accompagné.

LES THÉMATIQUES SUR LESQUELLES LES VACANCIERS ATTENDENT D'ÊTRE ACCOMPAGNÉS PAR LES RESTOS DU CŒUR



* Les réponses pouvaient être cumulatives

« Ce n'est parce qu'on a pas les moyens qu'on a besoin d'être pris par la main [...] Ce qui m'a plu avec les Restos c'est qu'ils nous ont fait confiance, on a pu partir sans être en groupe »

« J'ai vraiment aimé organiser le séjour avec la bénévole. On est allé à la gare, on a regardé ce qu'on pouvait faire comme activités avec les enfants »



3.

EFFACER LE TEMPS D'UNE SEMAINE LES STIGMATES DE LA PRÉCARITÉ

« Pour une fois cette année, je n'ai pas évité les discussions sur les vacances avec les collègues ».



La phase préparatoire du séjour a mis en lumière des appréhensions communes à celles de tous les vacanciers sur la météo, la qualité de l'hébergement, les infrastructures à proximité. Elle a également révélé des appréhensions plus spécifiques au profil du public : le risque financier, la peur d'être inadapté, mal perçu parce que ne maîtrisant pas les codes ou encore la crainte d'être étiqueté «vacancier pauvre».

Pour autant le séjour est vécu comme une parenthèse apaisante et réjouissante qui bouscule un quotidien difficile et une tendance des personnes en situation de précarité à se replier sur soi et sur l'espace domestique. Les vacances sont l'occasion de sortir de cette invisibilité pour s'autoriser le temps d'une semaine une certaine oisiveté, des activités de loisirs – rares voire inexistantes le reste de l'année – et des dépenses associées à des petits plaisirs parce que non rationnelles.

Les participants de la cohorte soulignent ainsi une ambivalence entre le caractère « exceptionnel » du séjour (lieu d'hébergement confortable et spacieux, prise en charge des repas, ...) et la volonté d'être « comme tout le monde ».

En amont et en aval du séjour, les personnes accueillies de la cohorte évoquent à plusieurs reprises leur fierté de pouvoir partager leurs projets ou souvenirs de l'été à leur entourage, qui participent à leur donner une meilleure image d'eux-mêmes et prolonge les bienfaits du séjour à court terme.

... Avec un risque toutefois sur le retour des vacances, pas toujours bien vécu au sein de la cohorte: le retour au quotidien a pu exacerber le mal-logement, la solitude, le manque de ressources économiques de certains personnes accueillies au sein de la cohorte.



Un effet sur la normalisation qui est exacerbé sur les séjours autonomes



L'anticipation d'un budget est clef pour garantir les effets cités ci-dessus



« Dans le groupe [des Restos] je me suis très vite bien entendue avec deux autres mamans et on a fait presque toutes les vacances ensemble ! »

« Pendant la semaine les enfants ont vu une maman moins stressée, moins fatiguée qui avait du temps pour eux. On a fait que profiter »

4.

CONSTRUIRE UNE MEMOIRE FAMILIALE JOYEUSE

Pour les familles, les vacances sont l'occasion de partager des moments privilégiés et de qualité avec ses enfants, recréer des liens familiaux apaisés et construire des souvenirs positifs autour d'activités ou de temps festifs. Les parents démontrent une plus grande confiance dans leur capacité à assumer une fonction parentale parfois mise à mal au quotidien. **Un apaisement des relations intra-familiales qui perdure plusieurs semaines après le séjour.**

...Au risque parfois de s'oublier un peu et de pas trouver le temps de vivre des moments pour soi. « Les vacances c'étaient avant tout pour les enfants, je passe après c'est normal. »

Près de **70%** des personnes accueillies voient dans les vacances un moyen de passer des moments privilégiés en famille.

5.

VACANCES ET (RE) SOCIALISATION

Les vacances sont aussi l'occasion de sociabiliser avec d'autres vacanciers de tous horizons, **et de rompre l'isolement social qui pèse sur de nombreux profils de la cohorte**, en particulier chez les personnes seules exprimant de fortes attentes sur cette dimension du séjour. Nouer des liens ponctuels ou qui s'inscriront dans la durée produit un effet avéré sur l'estime de soi et le regard que les personnes accueillies portent sur eux-mêmes et sur leur situation.

Cet effet est également présent chez les familles monoparentales qui apprécient pouvoir rencontrer et passer du bon temps avec d'autres adultes.



Un effet davantage présent sur les séjours collectifs et sur les lieux de vacances qui proposent des activités temps conviviaux accessibles à tous les vacanciers sans conditions de ressources

88% des personnes accueillies affirment avoir fait de nouvelles rencontres.

93% pour les personnes accueillies parties en voyage collectif.

74% des personnes ont gardé des contacts.

6. LES BIENFAITS DES VACANCES



89%

des vacanciers affirment se sentir mieux moralement durant les vacances

Cet effet perdure pour
55%
des personnes 6 mois après les vacances

75%

des vacanciers observent durant le séjour des effets positifs sur leur santé physique (sommeil, énergie)

Cet effet perdure pour
44%
des personnes 6 mois après les vacances



7. UN EFFET « BOOSTANT » À COURT TERME

Quelques semaines après leur retour de vacances, les participants de la cohorte formulent des **nouveaux projets ou envies que les vacances ont pu faire naître** et qui pour certains – bien qu'à la marge – vont se concrétiser par l'engagement de démarches entraînant des **répercussions sur la situation individuelle, sociale ou familiale des personnes**.

QUELQUES EXEMPLES AU SEIN DE LA COHORTE

- Inscription des enfants dans un centre socioculturel de proximité pour leur permettre d'accéder à des activités de loisirs.
- Inscription dans un parcours de soins, pour une opération repoussée depuis plusieurs années.
- Poursuite d'une formation professionnalisante avec davantage de régularité et l'envie d'accéder à un emploi plus rapidement pour faire évoluer sa situation d'hébergement.
- Prise en charge de problématiques comportementales chez les enfants par l'orientation vers un spécialiste.



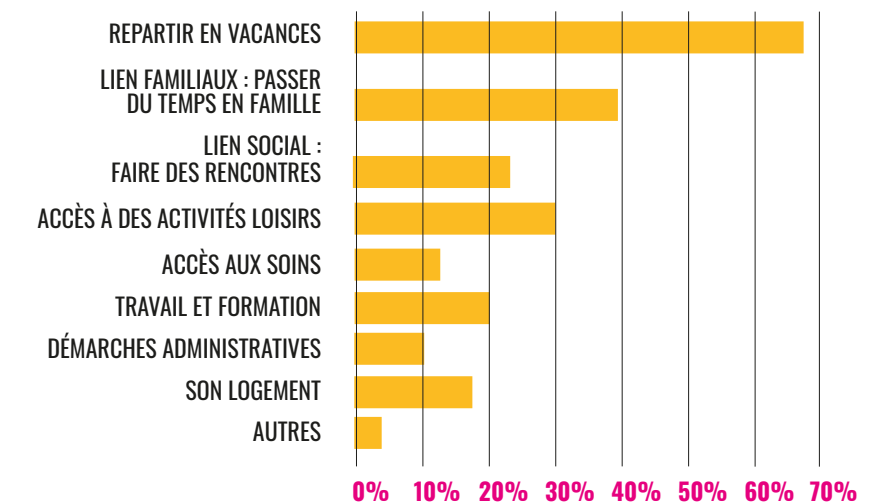
« Ça n'a pas changé ma vie mais ça m'a fait du bien, j'ai eu l'impression pendant une semaine de ne pas être réduite à ma condition financière, j'ai pu retrouver un peu de courage pour affronter les soucis du quotidien »

Pour **83%** des personnes accueillies, le fait de partir en vacances leur a donné envie de nouveaux projets.

68% ont envie de repartir en vacances :
→ **40%** d'entre eux pour restaurer les liens familiaux
→ **30%** pour profiter des loisirs.

20% ont des projets de travail ou de formation.

TPOLOGIE DES NOUVEAUX PROJETS ENVISAGÉS



8.

DES EFFETS SUR LE LONG TERME PLUS DIFFICILES À IDENTIFIER

La situation socio-économique des participants de la cohorte a tout d'abord très peu évolué, dans un contexte inflationniste et de hausse de la précarité. Les difficultés financières d'une majorité d'entre eux se sont maintenues dans le temps et se **cumulent avec d'autres problématiques sociales et de santé sur lesquelles les vacances peuvent difficilement jouer.**

C'est le cas notamment de seniors en situation de grande précarité, de personnes qui attendent une réponse pour un logement social ou de personnes qui font face à des freins périphériques ne leur permettant pas d'engager un parcours professionnel (mobilité, garde d'enfants, etc.).

Par ailleurs, **les vacances semblent rarement mobilisées dans le cadre d'un accompagnement socioprofessionnel.** Elles relèveraient plutôt d'une démarche individuelle et ponctuelle, vécues comme une « pause », une expérience à priori décorrélée de leur parcours et des autres dispositifs/initiatives dont ils bénéficient.

23% des personnes accueillies ne ressentent plus le besoin d'être accompagnées sur les mêmes aspects que ceux de la préparation des vacances.

30% des personnes accueillies le sont ensuite sur des aspects différents.



« Au retour des vacances, on se sent le cœur un peu plus léger, ça a ouvert une petite fenêtre de joie »

« Pendant une semaine, j'ai eu l'impression d'être comme tout le monde et ça faisait du bien »

LES 8 POINTS À RETENIR

1

Un engagement pour **lutter contre le non-recours aux vacances** et faciliter l'accès des publics précaires aux activités de loisirs.

7

Un **effet boostant à court terme**, l'émergence de projets et envies personnelles / professionnelles.

2

Un projet pour **(re)gagner confiance en soi** et en autonomie.

8

A plus long terme, **des effets sur les parcours** plus ponctuels et dépendant de facteurs externes.

3

Une semaine pour **effacer les stigmates de la précarité.**

4

Des vacances reposantes et **socialisantes.**

5

Des moments privilégiés pour **créer une mémoire familiale joyeuse.**

6

Un effet important sur **l'estime de soi, l'énergie et la confiance dans l'avenir.**



L'aide au départ en vacances proposée les Restos du Cœur est une activité construite comme un chaînon qui participe à **lutter contre l'exclusion sociale des plus fragiles.**



**L'Observatoire
des Restos**

CONTACT

observatoire@restosducoeur.org

**Retrouvez les études de l'Observatoire
sur notre site :**

www.restosducoeur.org/lobservatoire

