

Document 1 : quelques chiffres sur les épiceries

5,5 millions*

de personnes sont bénéficiaires de l'aide alimentaire

9,2 millions*

de personnes vivent sous le seuil de pauvreté

Les épiceries solidaires représentent **5% à 8%**** du secteur de l'aide alimentaire

Les clients bénéficiaires des épiceries solidaires :

57%

de femmes

43%

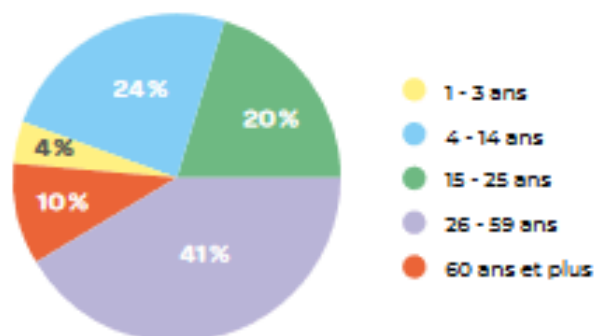
d'hommes

La situation des clients bénéficiaires :

Les clients bénéficiaires des épiceries solidaires sont principalement des travailleurs aux revenus modestes, des familles monoparentales, des étudiants, des personnes âgées aux petites retraites.

En 2020, les épiceries solidaires ont enregistré une augmentation d'environ 20% de leur fréquentation, et ont constaté l'apparition de nouveaux publics, non habitués à demander une aide alimentaire, notamment un plus grand nombre d'étudiants, les mères isolées, les travailleurs indépendants, les familles affectées par le chômage partiel.

Répartition par tranche d'âge



Les produits proposés dans les épiceries solidaires

Les produits distribués dans les épiceries solidaires se caractérisent notamment par une forte proportion de fruits et légumes frais. La répartition des différentes catégories nutritionnelles se rapproche des préconisations du Programme National Nutrition Santé (PNNS).

72% des épiceries du réseau proposent des produits bio

Catégories nutritionnelles versus PNNS

13%
Produits sucrés
Idéal PNNS : 2,5 %

18%
Produits laitiers
Idéal PNNS : 25 %

5%
Matières grasses
Idéal PNNS : 2,5 %



10%
Viande, oeufs, poissons
Idéal PNNS : 12 %

13%
Autres produits
alimentaires

9%
Féculents
Idéal PNNS : 25 %

31%
Fruits et légumes
Idéal PNNS : 33 %

LES 5 PRINCIPAUX IMPACTS DES ÉPICERIES SOLIDAIRES



1
Accès à une alimentation de qualité et diversifiée



2
Renforcement du lien social et sortie de l'isolement



3
Amélioration de l'estime de soi, de l'autonomie et du pouvoir d'agir



4
Renforcement de la capacité à surmonter les difficultés financières



5
Amélioration de l'accès aux droits et à l'information

Document 2 : témoignage

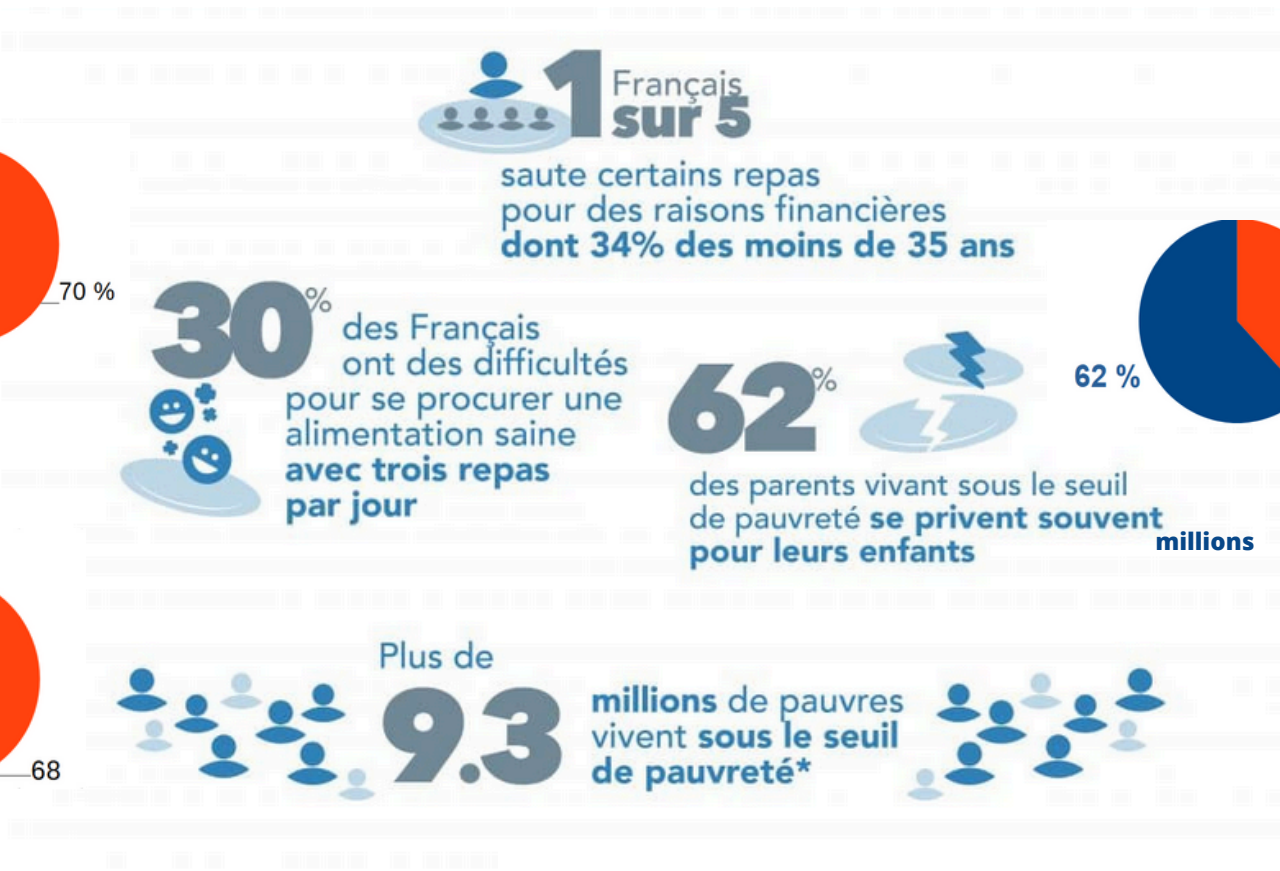


**« Je fréquente l'épicerie sociale
Le Maillon depuis 10 mois.**

Je m'y sens soutenue et cela me rassure de savoir que l'on peut aller y chercher de l'aide lorsque l'on en a besoin. En plus des aliments, je bénéficie de vêtements, de meubles, de livres et de jouets pour enfants. L'épicerie sociale me soutient et me conseille également dans le lancement de ma micro-entreprise. Elle m'aide à avancer. »

Adeline Barremaecker,
Bénéficiaire de 32 ans, sans emploi,
vivant en couple avec 3 enfants
(6, 9 et 20 ans)

Document 3 : alimentation et budget des foyers



SOURCES :
Agriculture.gouv.fr/Infographie-la-consommation-alimentaire
Ipsos/ Observatoire EL des nouvelles consommations/ le budget
manuel d'un étudiant
Familles rurales/ Observatoire des fruits et légumes
13e édition du baromètre Ipsos / Secours populaire
publiées en 2021

Novembre 2021

Document 4 : L'alimentation de qualité



EN EFFET, UNE CALORIE DE FRUITS ET LÉGUMES COÛTE EN MOYENNE 4 FOIS PLUS CHER QU'UNE CALORIE DE PRODUITS GRAS OU SUCRÉS !

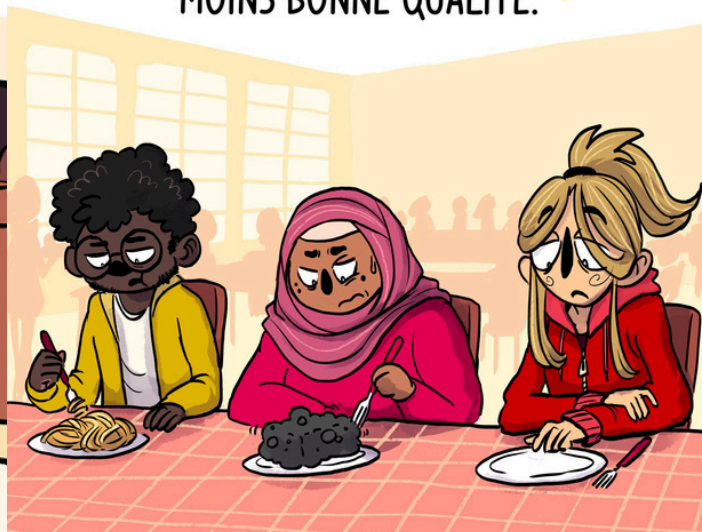
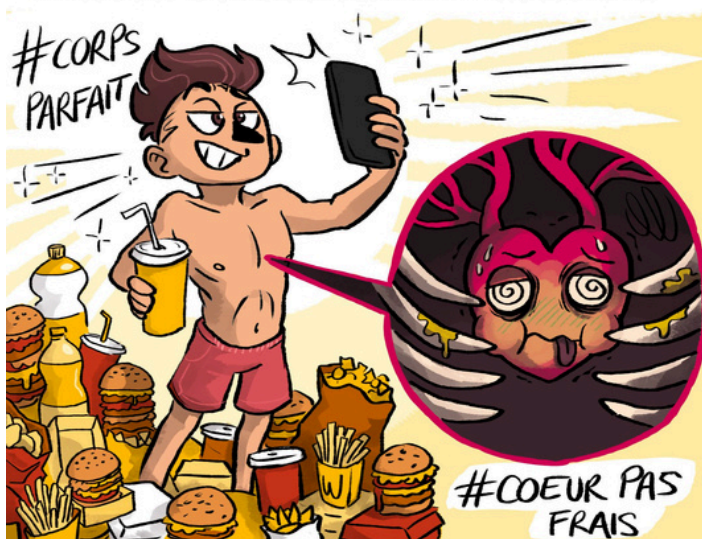
LA MISSION DE **VRAC** EST DE PERMETTRE À TOUS.TES L'ACCÈS À UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ.



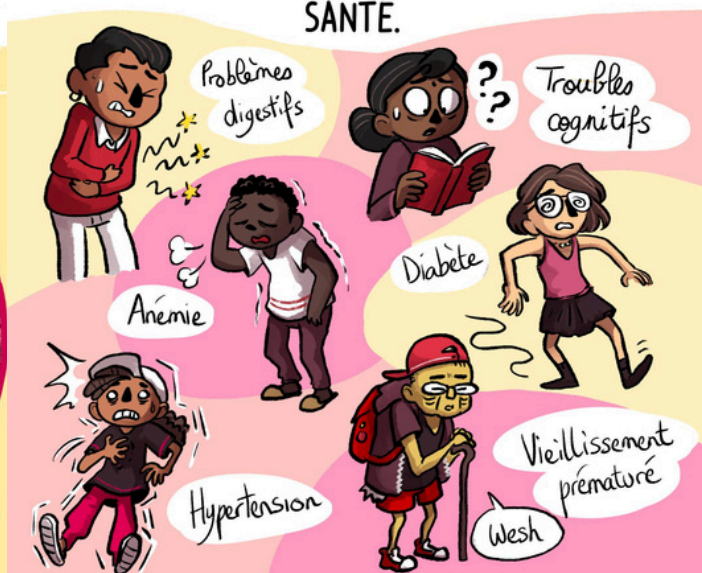
C'EST L'UNE DES RAISONS QUI FORCENT LES GENS À CHOISIR UNE ALIMENTATION DE MOINS BONNE QUALITÉ.



OR, BIEN MANGER, CE N'EST PAS QU'UNE QUESTION DE PHYSIQUE (QUI DÉPEND BEAUCOUP DU MÉTABOLISME DE CHACUN.E !)



UNE MAUVAISE ALIMENTATION PEUT EN EFFET ENGENDRER TOUTES SORTES DE PROBLÈMES DE SANTÉ.



MAIS L'ALIMENTATION A AUSSI UNE IMPORTANCE SOCIALE À NE PAS NÉGLIGER ...



Maman

Ça se passe bien tes études, ma puce ? Tu invites tes amis à manger pour les fêtes ?

L'ALIMENTATION REVÊT DES DIMENSIONS CULTURELLES, IDENTITAIRES ET SYMBOLIQUES PROPRES À CHACUN.E.



... AINSI QUE DES CONSÉQUENCES SUR L'ESTIME DE SOI ET L'HUMEUR.



BREF, CE QU'ON MANGE FAIT PARTIE DE NOUS !

