

QUARTIER BOURGEOIS

Gustave et Isa (40 ans)

 Vivent dans le 6ème – Lyon
 Appartement : 80m²
 Situation : pacsé.es
 Revenus : CDI, 6 000€/mois à deux

Témoignage de Gustave

J'habite dans ce quartier depuis 5 ans, on a acheté un appartement avec ma compagne. J'aime beaucoup vivre ici, le quartier est très sympa et il y a beaucoup de commerces. On aime bien manger et ici, on trouve une offre alimentaire bio et locale, mais aussi des supérettes type Vival, le marché du samedi matin et aussi plein de petits restaurants et d'autres plus gastronomiques pour les anniversaires.

Je travaille beaucoup, je n'ai pas le temps de cuisiner. J'ai juste à descendre de mon appartement pour trouver plusieurs resto et prendre un plat à emporter, pas trop gras, sinon à force, j'aurais quelques kilos en trop !



QUARTIER BOURGEOIS

Stéphanie (36 ans)

 Vit dans le 6ème – Lyon
 Appartement : 45m²
 Situation : célibataire
 Revenus : indépendante, 5 000€/mois

Témoignage de Stéphanie

Je vis à côté du parc de la Tête d'Or depuis 2 ans. J'ai choisi ce quartier car c'est calme, avec des espaces verts juste à côté. Je travaille beaucoup (dans l'immobilier) et je n'aime pas cuisiner. Je commande Uber Eat au travail midi et soir (je finis souvent de travailler vers 20h30-21h).

Les week-ends, je profite de mon temps libre pour aller manger au restaurant avec des ami.es. Pour les rares fois où je mange chez moi, j'ai un stock de plats cuisinés que je commande via des box de repas déjà préparés par des chef.fes cuisiniers et qui se conservent 10 jours au frigo. Bien pratique ! Je ne fais pas attention à mes dépenses alimentaires, je travaille beaucoup, c'est mon petit plaisir.



QUARTIER BOURGEOIS

-  **Jean-Christophe (50 ans) et Marie-Claire (42 ans)**
-  Vivent dans le 6ème – Lyon
-  Appartement : 130m²
-  Situation : marié.es, 6 enfants
-  Revenus : Marie-Claire femme au foyer, Jean-Christophe trader (10 000€/mois)

Témoignage de Marie-Claire

On habite dans le 6ème depuis 20 ans, nos enfants ont grandi ici. Côté alimentation, je ne travaille pas et les repas sont très importants pour moi : mes enfants ne sont jamais allés à la cantine, je cuisine midi et soir. Je veille à ce que les repas soient complets et équilibrés, avec des légumes frais, de la viande midi et soir et peu de matières grasses. J'achète des produits de qualité en bas de chez moi (fromagerie, boucherie, primeur).

Joseph, qui a maintenant 12 ans, veut devenir végétarien. Je ne comprends pas et je pense qu'il est trop jeune pour choisir son alimentation.



QUARTIER BOURGEOIS

-  **Kevin (22 ans)**
-  Vit dans le 6ème – Lyon
-  Appartement : 15m² sous les toits
-  Situation : célibataire
-  Revenus : étudiant, pas de revenus, aide de ses parents (500€/mois pour la nourriture, loisirs et habillement)

Témoignage de Kevin

Je loue un studio sous les toits dans le 6ème. C'est ma tante qui me le loue, c'est pas cher. Par contre, pour cuisiner, j'ai juste un micro-ondes et une bouilloire électrique. Je n'ai qu'une table qui me sert de bureau, de table pour manger et cuisiner. Je ne cuisine donc pas... Je mange principalement des nouilles chinoises déshydratées et de temps en temps des kebabs pour sortir voir mes ami.es (je ne peux pas les inviter ici, c'est trop petit).



QUARTIER BOURGEOIS

Tiang (86 ans)

Vit dans le 6ème – Lyon

Appartement : 45 m²

Situation : veuve

Revenus : retraitée, 2 000€ de retraite

Témoignage de Tiang

Je vis dans ce quartier depuis 50 ans, on peut dire que je le connais ! Depuis 3 ans, j'ai du mal à marcher, j'ai vraiment mal au dos. Étant d'origine chinoise, j'aime cuisiner des plats chinois. Et dans le 6ème, il n'y a pas d'épicerie qui vende des produits chinois (légumes, nouilles, épices...). Je dois donc prendre le bus pour aller dans le 7ème, vers Guillotière.

C'est de plus en plus compliqué, ça me fatigue beaucoup. Quand mes enfants viennent me voir, 2 fois par an, ils font les courses mais ça ne suffit pas.

BOURG PERIURBAIN

René (77 ans)

Vit à Chassieu (Rhône)

Maison : 60 m²

Situation : célibataire

Revenus : ouvrier retraité
au minimum vieillesse, 900€

Témoignage de René

Ma petite maison date des années 1950, j'ai fini de la payer avant la retraite. Je cultive mon potager, ça me donne des légumes et des pommes de terre. Pendant longtemps j'ai acheté le reste directement aux fermes de Chassieu, mais le dernier producteur de la commune a déménagé en 2015, quand l'accès au Groupama Stadium est passé sur ses champs. Je n'ai pas de voiture, alors maintenant je vais au supermarché de Chassieu en bus. Je prends les produits de marque distributeur, et une fois par mois, je paye un petit restaurant familial « à l'ancienne » à mes enfants et petits-enfants.



BOURG PERIURBAIN

-  Sébastien et Clara (quarantenaires)
-  Vivent à Chassieu (Rhône)
-  Maison : 200 m²
-  Situation : marié.es avec enfants
-  Revenus : ingénieurs, 8 000€ à deux

Témoignage de Sébastien

Nous avons deux enfants adolescents, et une grande maison avec piscine. On travaille beaucoup, et on passe aussi beaucoup de temps dans les trajets en voiture, alors pour l'alimentation on ne veut pas se « prendre la tête » : chaque samedi on commande tout pour la semaine au Drive Carrefour des 7 chemins à Vaulx-en-Velin, c'est pratique ! Il y a un magasin bio à Chassieu et un à côté du Drive mais pour nous c'est vraiment un truc de bobos ! Autour de chez nous, les restaurants sont variés (italien, kebabs, cuisine moderne), et il y a un McDo de l'autre côté de la rocade à Genas.



BOURG PERIURBAIN

-  Tony et Cindy (vingtenaires)
-  Vivent à Chassieu (Rhône)
-  Maison : 60 m²
-  Situation : pacsé.es avec enfants
-  Revenus : RSA, 1 200€

Témoignage de Cindy

Nous avons deux enfants en bas âge, notre appartement est loué en logement social. Tony est intérimaire et avec le RSA atteint 1200€, je fais des ménages au noir dans les périodes où les dépenses sont plus importantes. L'essence et l'entretien de notre voiture, dont Tony a besoin pour aller sur ses différentes missions, pèsent lourd dans le budget, alors pour les achats alimentaires on va au Lidl aux 7 chemins de Vaulx-en-Velin. On prend des plats tout prêts qu'il n'y a plus qu'à réchauffer : c'est moins cher que cuisiner des légumes frais. Ça nous laisse de quoi manger régulièrement dans des snacks, et fast-foods pour le plaisir.



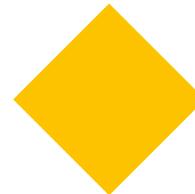
BOURG PERIURBAIN

-  **Amel et Lucien (trentenaires)**
-  Vivent à Chassieu (Rhône)
-  Maison : 120 m²
-  Situation : marié.es avec enfants
-  Revenus : 5000€ à deux



BOURG PERIURBAIN

-  **Mehmet (25 ans)**
-  Vit à Chassieu (Rhône)
-  Appartement : 50 m²
-  Situation : célibataire
-  Revenus : CDD, 1 600€



Témoignage d'Amel

Nous exerçons tous les deux des emplois qualifiés, au Vinatier (Lyon) et dans la zone d'activité de Vaulx-en-Velin. Nos deux enfants sont en primaire, c'est en prévision de leur naissance que nous sommes venus nous installer dans une maison avec jardin : on trouve ça plus sain pour eux. La maison est grande et dispose de larges plans de travail agréables pour cuisiner. Autant que possible, on mange bio et fait maison, mais il n'y a pas de magasin adapté sur la commune, il faut aller au Satoriz des 7 chemins à Vaulx-en-Velin.

Témoignage de Mehmet

Je loue un F2 pas loin de mon travail, je suis technicien supérieur dans la zone d'activité au sud de Chassieu. En plus de mon salaire j'ai des Tickets Resto, qui me servent à payer dans les nombreuses cantines ouvertes le midi uniquement dans la zone d'activité. Pour le soir et le week-end, il n'y a pas de boucherie hallal sur la commune, donc je vais au Rize Market, aux 7 chemins à Vaulx, pour trouver des produits hallal et turcs.



QUARTIER MIXTE

-  **João et Olivia (personnes âgées)**
-  Vivent aux Gratte-Ciel (Villeurbanne)
-  Appartement : 60 m²
-  Situation : marié.es
-  Revenus : retraité.es, 2 000€ à deux

Témoignage de João

Nous vivons ici depuis 50 ans, on a acheté quand c'était pas cher, les prix ont beaucoup augmenté depuis.

Nous aimons faire les courses dans plein de magasins : boucherie, poissonnerie, primeur, fromagerie, épicerie fine, marché le samedi matin, cave à vins de temps en temps et un restaurant par mois. On discute dans la queue et avec les commerçants, tout peut se faire à pied dans le quartier. Bien sûr ça prend du temps, mais nous en avons maintenant que nous sommes en retraite.

QUARTIER MIXTE

-  **Hélène (21 ans)**
-  Vit à Villeurbanne
-  Appartement : 30 m²
-  Situation : célibataire
-  Revenus : loyer + 1 000€

Témoignage d'Hélène

Je suis étudiante, mais j'ai la chance d'avoir des parents qui peuvent payer mes études. En plus du loyer, ils me donnent 1 000€ chaque mois. Le studio fait 30m² avec un coin cuisine bien équipé, mais honnêtement je ne m'en sers presque pas : je sors beaucoup, donc je mange dehors (fast food près de la fac, apéros, restos, bars...). Quand je suis chez moi je pourrais prendre le temps de cuisiner moi-même, mais je n'ai jamais appris et je me sens nulle, du coup je préfère me faire livrer des plats par Uber.



QUARTIER MIXTE

 **Benjamin et Elise (35 ans)**

 Vivent à Flachet (Villeurbanne)

 Appartement : 90 m²

 Situation : couple avec enfants

 Revenus : 6 000€ à deux

Témoignage de Benjamin

On a trouvé entre Flachet et Grandclément un appartement aménagé dans un ancien atelier, c'est pas banal mais c'est spacieux. On aime beaucoup l'ambiance du quartier : on croise toutes sortes de gens de toutes les origines et de tous les styles.

Ca ouvre plein de choix pour l'alimentation : fruits et légumes de l'AMAP, épicerie bio et locale une fois par semaine, et avec tous les restos en bas de chez nous (sénégalais, thaïlandais, arménien, chinois...), on a le monde entier dans notre assiette !

Pour nous c'est important l'écologie, donc on veut avoir une alimentation avec des produits de saison, locaux et bio.



QUARTIER MIXTE

 **Masomah (26 ans)**

 Vit à Villeurbanne

 Chambre : 20 m²

 Situation : mère isolée, 2 enfants

 Revenus : ADA, 630€

Témoignage de Masomah

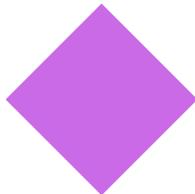
Je viens d'Afghanistan, je parle très peu français.

En attendant que la sous-préfecture étudie mon dossier je touche l'aide aux demandeurs d'asile et je suis hébergée en hôtel social, c'est juste une chambre avec 2 lits et une salle de douche. J'ai réussi à récupérer un micro-onde, alors quand je vais à l'aide alimentaire je ne prends que les plats déjà cuisinés. Je vais à l'aide alimentaire car l'alimentation en magasin est trop chère. Ca fait peu de choix, et en plus je ne connais pas la plupart des produits, ce n'est pas très bon. La cuisine afghane me manque et à mes enfants aussi.



QUARTIER MIXTE

-  **Emma, Steve et Gabrielle (30 ans)**
-  Vivent à Villeurbanne
-  Appartement : 70 m²
-  Situation : colocataires
-  Revenus : environ 1 800€ chacun.e

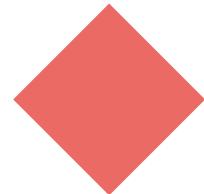


Témoignage d'Emma

Nous sommes trois jeunes actifs, on vit en colocation autant par choix du style de vie qu'à cause des prix de l'immobilier. Les courses sont faites en commun, on a un gros budget alimentation car on fait attention à ce qu'on mange : beaucoup de fruits et légumes, végétarien (que du bio et local). On passe du temps à cuisiner, on mange très souvent ensemble, on invite des gens : pour nous, le repas c'est un temps de convivialité très important.

QUARTIER POPULAIRE

-  **Asha et Oussa (41 et 45 ans)**
-  Vivent à Cusset, Villeurbanne
-  Appartement : 52 m²
-  Situation : mariés.es, 2 enfants de 14 et 16 ans
-  Revenus : 1 500€



Témoignage d'Asha

On est une famille avec 2 enfants. Je travaille de nuit (20h-6h), je suis aide soignante en EHPAD. Mon mari, Oussa, est au chômage depuis 4 ans. C'est moi qui assure la gestion des repas : quand je rentre du travail à 7h, je suis très fatiguée, j'essaie de dormir jusqu'à midi puis je mange avec mes enfants qui rentrent de l'école. Et l'après midi, je fais les courses chez Lidl et cuisine les repas du soir et lendemain midi. Mes enfants mangent seuls le soir, en réchauffant ce que j'ai cuisiné. Vu que je n'ai pas beaucoup de temps ni d'argent, je vais au plus simple : pâtes, frites, salade... Mais ça a des conséquences sur mes enfants, ils sont tous les deux en surpoids.



QUARTIER POPULAIRE

Fatoumata et Jacky (50 et 52 ans)

 Vivent à Cusset, Villeurbanne

 Appartement : 70 m²

 Situation : marié.es, 3 enfants entre 16 et 25 ans

 Revenus : CDD, 2 000€ à deux

Témoignage de Jacky

On vit dans cet appartement depuis 10 ans, avec nos 3 enfants qui sont maintenant presque tous des adultes. Deux d'entre eux sont au chômage, et le 3ème au lycée. On a donc 2 salaires pour nous 5. Autour de chez nous, on trouve beaucoup de snacks, de fast-food, un supermarché discount, une épicerie de quartier et une boucherie hallal. On fait majoritairement nos courses chez Lidl. Moi, j'aimerais bien manger mieux, plus de produits frais et de fruits et légumes mais vu qu'on travaille tous les deux, on n'a pas trop le temps de cuisiner, et vu qu'on n'a que deux salaires pour 5, c'est trop compliqué. En plus nos garçons veulent manger de la viande pour la musculation, et ça coûte cher !



QUARTIER POPULAIRE

Camille (27 ans)

 Vit à Cusset, Villeurbanne

 Appartement : 25 m²

 Situation : célibataire, 1 enfant

 Revenus : RSA, 985€/mois

Témoignage de Camille

Je vis seule avec mon enfant de 4 ans. C'est la galère pour finir le mois. C'est important pour moi que mon enfant apprenne à nager, je me serre la ceinture pour lui offrir des séances de piscine. J'ai envie que mon enfant mange bien : je prends le temps de cuisiner pendant qu'elle est à l'école. Je vais à l'aide alimentaire toutes les semaines pour réduire le budget nourriture. Le problème c'est que je n'ai pas trop le choix des produits, et qu'on a pas beaucoup de fruits et légumes et de viande. Difficile d'avoir une alimentation équilibrée avec des féculents et des plats cuisinés...



QUARTIER POPULAIRE

Paco et Lucia (45 et 40 ans)

 Vivent à Cusset, Villeurbanne

 Appartement : 48 m²

 Situation : marié.es, 4 enfants entre 2 et 15 ans

 Revenus : intérim, entre 1 200 et 1 800€

Témoignage de Paco

On est une famille nombreuse avec 4 enfants. On travaille tous les deux. On vit dans un logement très petit pour nous 6. On a demandé un plus grand appartement mais on est sur liste d'attente depuis 3 ans. Dans notre appartement, la cuisine est dans la même pièce que le salon. On a très peu de placards et un tout petit frigo. Il faut faire les courses tous les 2 jours. Quand on cuisine, on fait un seul plat dans une grande marmite et ça nous tient 3 jours, midi et soir. Les enfants râlent parce que c'est toujours la même chose à manger.

QUARTIER POPULAIRE

Thao (45 ans)

 Vit à Cusset, Villeurbanne

 Appartement : 22 m²

 Situation : célibataire

 Revenus : allocation adulte handicapé, 919€

Témoignage de Thao

Je vis seul dans mon petit studio. Il y a 5 ans, j'ai eu un accident du travail dans l'usine où je travaillais : je suis en fauteuil roulant depuis. Côté repas, mes voisins (très sympa !) m'amènent une fois par semaine des plats qu'ils ont cuisiné. Pour le reste, je dois faire mes courses. Je vais au plus proche, parce que c'est galère avec mon fauteuil. C'est l'épicerie du bas de l'immeuble, elle est plus chère et il y a peu de choix. En plus, dans mon studio, ma cuisine n'est pas adaptée au fauteuil roulant, je ne peux pas cuisiner : je mange donc principalement des boîtes de conserve réchauffées au micro-onde.



VILLAGE RURAL

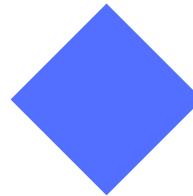
 **Céline (40 ans)**

 Vit à Saint-Jean-de-Bournay

 Logement : appartement de 35m² avec petit jardin

 Situation : célibataire, 1 enfant de 2 ans

 Revenus : chômage, 1 053€



VILLAGE RURAL

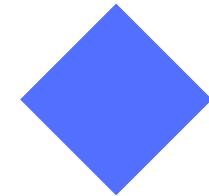
 **Anis et Francesca (trentenaires)**

 Vivent à Saint-Jean-de-Bournay

 Logement : maison de 150m²

 Situation : en couple

 Revenus : 3 600€ à deux



Témoignage de Céline

Je suis revenue vivre dans mon village natal avec ma petite fille, dont je m'occupe à plein temps. On vit avec mon chômage. Au village, c'est la débrouille pour s'échanger des légumes que je fais pousser contre du fromage, du pain.

Il y a un petit marché une fois par semaine, et depuis la fermeture du Aldi l'année dernière, il faut faire 25 minutes de voiture pour trouver à Bourgoin-Jallieu ou Vienne un supermarché avec des produits peu chers.

J'aide mes voisins en leur ramenant les packs d'eau et de lait, 1 fois par semaine.



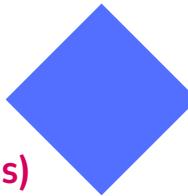
Témoignage d'Anis

Avec Francesca on a changé de vie pour s'installer à la campagne. Notre salaire a baissé par rapport à la ville, mais on peut maintenant faire notre propre petit jardin, le soir en rentrant du travail. On va au marché le samedi pour acheter ce dont on a besoin, et pour tout ce qu'on ne trouve pas au marché on va à la supérette la plus proche – ce n'est pas grand mais cela évite de prendre trop souvent la voiture. Ce qui nous manque : les bars et les petits restaurants !



VILLAGE RURAL

-  **Bernard (50 ans) et Pascale (47 ans)**
-  Vivent à Saint Jean de Bournay
-  Logement : maison en face de la ferme
-  Situation : en couple avec 3 enfants
-  Revenus : entre 800 et 1 200€/mois



Témoignage de Pascale

Je vis avec Bernard, nos 3 garçons et la grand-mère Germaine. Bernard est éleveur laitier, je l'aide pour les papiers et les soins des animaux. Les journées sont rythmées par les vaches : petit-déjeuner à 5h, casse-croûte à 10h et repas à 12h, cuisiné par la mère de Bernard qui se plaint beaucoup de l'augmentation du prix de la viande à Intermarché. Mon fils ne supporterait pas de ne pas manger de viande à son repas.

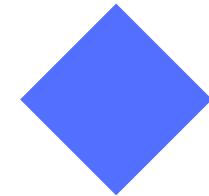
De temps en temps, un ami chasseur nous ramène une cuisse de chevreuil ou de sanglier le dimanche, en sauce avec du vin rouge, c'est notre repas préféré !

Je n'achète pas de bio, de toute façon je n'y crois pas. Le bio, je pense que c'est juste pour nous faire payer plus cher.



VILLAGE RURAL

-  **Lucie (28 ans)**
-  Vit à Saint Jean de Bournay
-  Logement : caravane
-  Situation : célibataire
-  Revenus : 1 200€/mois

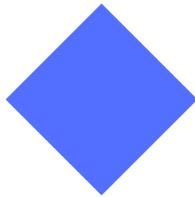


Témoignage de Lucie

J'entame ma reconversion dans le maraîchage. J'ai installé ma caravane dans la ferme où je suis embauchée pour la saison. Je travaille toute la journée, au soleil, et souvent je n'ai pas très faim quand je m'arrête. J'ai pris l'habitude de manger des légumes crus, pour éviter de réchauffer la caravane en été. De toutes façons, je n'ai qu'une plaque et un petit frigo. Pour faire mes courses, je prends son vélo et roule 1h pour aller à la Biocoop, je n'achète que le minimum pour pouvoir le porter dans mes sacoches.



VILLAGE RURAL



-  **Pierre (85 ans)**
-  Vit à Saint Jean de Bournay
-  Logement : EHPAD
-  Situation : veuf
-  Revenus : minimum vieillesse, 900€/mois

Témoignage de Pierre

Quand j'ai perdu ma femme il y a 5 ans, je suis parti vivre en maison de retraite car je ne sais pas cuisiner. Aujourd'hui, je mange les repas préparés par la cuisine centrale et qui sont livrés tous les jours. C'est varié, mais cela ne ressemble pas aux petits plats de ma Pierrette. Et puis, avec le dentier, je ne peux plus mâcher comme avant, donc c'est potage et purée à tous les repas !

