



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

## **Alimentation en quartiers prioritaires : une aspiration forte à mieux manger, freinée par la précarité**

À travers une enquête menée en 2025 auprès de près de 600 habitants de quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV), l'association Andès met en lumière un paradoxe fort : des habitudes alimentaires globalement saines et une véritable aspiration à une alimentation de qualité, mais des contraintes budgétaires et de mobilité à l'origine de nombreux renoncements.

Soutenue par l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires (ANCT), cette enquête permet d'objectiver et de mieux comprendre les habitudes et aspirations alimentaires des habitants.

En donnant à voir la réalité quotidienne des habitants des QPV, l'enquête rappelle que l'accès à une alimentation de qualité relève en grande partie de choix politiques, d'organisation territoriale et de solutions construites à partir du terrain. Andès formule des recommandations concrètes à destination des collectivités.



## Une précarité alimentaire généralisée

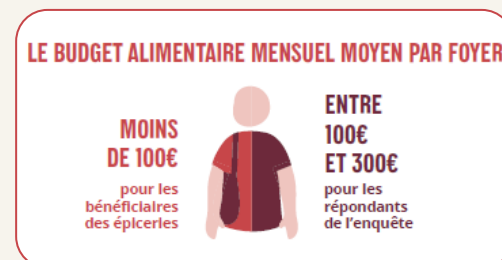
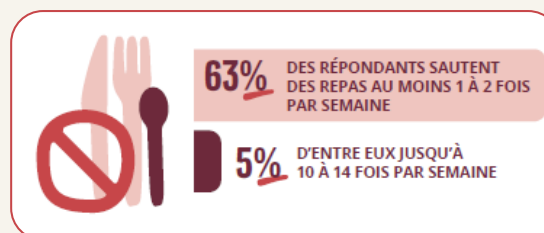
L'un des constats les plus frappants de l'enquête concerne la fréquence des restrictions alimentaires.

Les résultats sont sans appel :

- **63 %** des répondants déclarent sauter des repas. Ils déclarent se restreindre au moins une à deux fois par semaine. Pour certains, ces restrictions sont beaucoup plus fréquentes, pouvant aller jusqu'à dix à quatorze fois par semaine
- **57 %** ne peuvent pas acheter tous les aliments dont ils ont besoin.

Dans ces territoires, où **45 %** des habitants vivent sous le seuil de pauvreté, le budget alimentaire mensuel dépasse rarement **300** euros. Pour les bénéficiaires des épiceries solidaires, il est de moins de **100** euros par mois.

Ces montants, largement inférieurs aux budgets alimentaires de référence limitent fortement les choix alimentaires.



## Familles monoparentales : la contrainte à son maximum

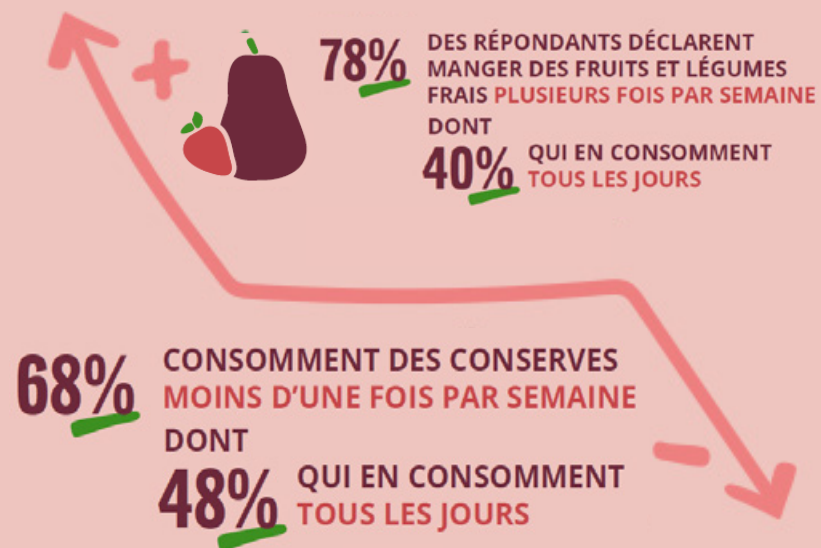
L'enquête met en évidence une vulnérabilité particulièrement forte des familles monoparentales :

- **74 %** déclarent ne pas pouvoir acheter tous les aliments dont elles ont envie ou besoin.

Ces foyers, majoritairement dirigés par des femmes, cumulent contraintes budgétaires, charge mentale liée à l'alimentation et responsabilité familiale.

Pourtant, loin des idées reçues, **78 %** des personnes interrogées consomment des fruits et légumes frais plusieurs fois par semaine et la majorité cuisine régulièrement.

### DES HABITUDES ALIMENTAIRES SAINES



## Une fracture générationnelle nette

L'étude révèle un clivage fort entre générations.

Chez les retraités, les pratiques alimentaires apparaissent plus régulières et structurées :

- **62 %** consomment des fruits frais tous les jours ;
- **62 %** cuisinent tous les jours

À l'inverse, les étudiants concentrent davantage de fragilités alimentaires :

- **42 %** cuisinent tous les jours et 10% ne cuisinent jamais ;
- **74 %** mangent au fast food 1 à 14 fois par semaine ;
- **51 %** boivent des sodas plusieurs fois par semaine.

Par ailleurs :

- **12 %** ne se sentent pas du tout informés sur l'alimentation équilibrée ;
- **41 %** estiment ne pas manger équilibré au quotidien.



### ... MAIS QUI DIFFÈRENT GRANDEMENT EN FONCTION DES GÉNÉRATIONS



SÉNIORS (+ DE 65 ANS)

RETRAITÉS



JEUNES (18 - 25 ANS)

ÉTUDIANTS

#### MANGENT DES FRUITS FRAIS

**68%** TOUS LES JOURS

**27%** AU MIEUX 1 FOIS PAR SEMAINE

**10%** JAMAIS

#### CUISINENT

**62%** TOUS LES JOURS

**42%** TOUS LES JOURS

**10%** JAMAIS

#### MANGENT AU FAST FOOD

1 À 14 FOIS PAR SEMAINE

**26%**

**74%** 1 À 14 FOIS PAR SEMAINE

## La mobilité comme angle mort des restrictions alimentaire

Si **90 %** des répondants disposent d'une cuisine adéquate et des équipements nécessaires pour cuisiner, l'accès à l'offre alimentaire reste fortement conditionné par la mobilité.

**41 %** perçoivent le fait de se déplacer pour faire leurs courses comme une contrainte. Les supermarchés et commerces de proximité concentrent l'essentiel des achats, tandis que les marchés restent peu fréquentés.

L'enquête montre ainsi que l'équipement du logement ne suffit pas : l'organisation territoriale de l'offre alimentaire de proximité joue un rôle central.

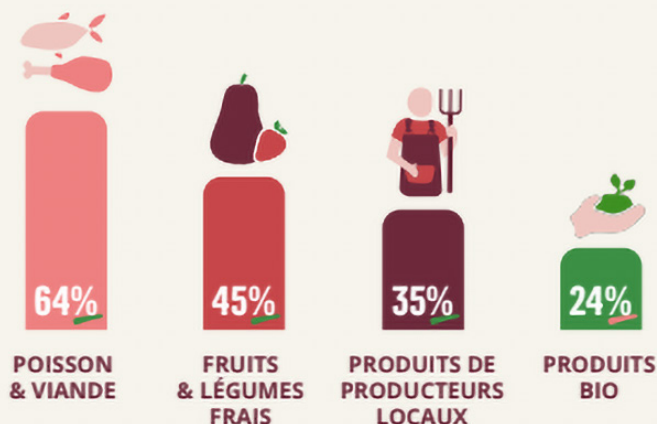
## Si le budget se desserait, que mettrait-on dans l'assiette ?

Lorsqu'on interroge les habitants sur leurs choix potentiels avec 50 % de budget supplémentaire, les réponses dessinent une hiérarchie claire :

- **64 %** achèteraient de la viande et du poisson ;
- **45 %** des fruits et légumes frais ;
- **35 %** des produits de producteurs locaux ;
- **24 %** des produits biologiques.

Les habitants expriment une attente claire en produits frais et locaux. Le bio arrive en quatrième position. L'aspiration à une alimentation de qualité est réelle, mais elle reste entravée par les budgets contraints et l'offre disponible.

« SI J'AVAIS 50% DE BUDGET EN PLUS POUR FAIRE MES COURSES, J'ACHÈTERAIS EN PRIORITÉ : »



Les solutions plébiscitées par les habitants sont avant tout pragmatiques :

- Accès à des fruits et légumes à prix réduit (**92 %**) ;
- Groupements d'achats solidaires (**66 %**) ;
- Jardins collectifs (**52 %**)



# Les dispositifs Andès en quartier prioritaire : un impact concret et mesurable

## Le modèle innovant des épiceries solidaires

Avec plus de 630 structures en France, Andès fédère un réseau d'épiceries solidaires qui accompagnent plus de 260 000 personnes par an.

Dans les QPV, 120 épiceries du réseau sont implantées au cœur des quartiers. Leur impact est majeur puisque 92% des bénéficiaires sont satisfaits de l'offre alimentaire de l'épicerie, 85% déclarent avoir accès à une alimentation de meilleure qualité et 88% rencontrent de nouvelles personnes et ont envie d'entretenir les liens qu'ils ont créés.

### LES ÉPICERIES SOLIDAIRES UN IMPACT CONCRET SUR LA VIE DES BÉNÉFICIAIRES

#### AMÉLIORATION DE L'ALIMENTATION



**93%**

ONT ACCÈS À PLUS DE PRODUITS ALIMENTAIRES GRÂCE À L'ÉPICERIE

**85%**

déclarent avoir une alimentation de meilleure qualité grâce à l'épicerie

#### ESTIME DE SOI & POUVOIR D'AGIR

**84%**

ONT ENVIE DE PARTAGER LES SAVOIRS ET LES COMPÉTENCES DÉVELOPPÉS PENDANT LES ATELIERS

**91%**

COMPRENNENT MIEUX LES DROITS ET LES AIDES QU'ILS PEUVENT SOLLICITER

**80%**

se sentent plus confiants pour surmonter les difficultés par eux-mêmes et agir sur leur avenir



#### LIEN SOCIAL & SORTIE DE L'ISOLEMENT

**88%**

DES RÉPONDANTS RENCONTRENT DE NOUVELLES PERSONNES À L'ÉPICERIE ET ONT ENVIE D'ENTREtenir LES LIENS QU'ILS ONT CRÉÉS

**75%**

se sentent moins isolés



#### UN SERVICE QUI RÉPOND AUX BESOINS ET PLAÎT AUX HABITANTS



**92%**

SONT SATISFAITS DE L'OFFRE ALIMENTAIRE DE L'ÉPICERIE



**86%**

SONT SATISFAITS DES ATELIERS ET ANIMATIONS PROPOSÉS PAR L'ÉPICERIE

Seuls **9%** redoutent le regard des autres parce qu'ils fréquentent le dispositif

*"Grâce l'épicerie, j'ai pu garantir une alimentation correcte pour mes enfants. On a le choix de prendre ce qu'on aime, on trouve des produits variés pour manger équilibré. Et on trouve beaucoup de soutien. On rencontre parfois des personnes qui ont vécu la même chose que nous."*



## Mon Panier Primeur et Solidaire : un impact nutritionnel, économique et social

Andès déploie aussi en QPV Mon Panier Primeur et Solidaire, proposant des fruits et légumes frais à 1 €/kg à tous les habitants des logements sociaux partenaires afin de répondre aux attentes exprimées.

Les impacts sont significatifs :

- **93 %** déclarent avoir davantage envie de consommer des produits frais ;
- **88 %** se disent très heureux(se)s d'avoir accès à ce service de vente de fruits et légumes frais ;
- **83 %** indiquent améliorer leur situation économique grâce au dispositif.

L'impact est à la fois nutritionnel et budgétaire. Le panier solidaire agit comme un levier double : il favorise une alimentation plus saine tout en redonnant de l'air au pouvoir d'achat.

« Le fait d'aller chercher mon panier, ça me fait cuisiner »

Le dispositif ne se limite pas à une réponse alimentaire. Il recrée des espaces d'échange et de convivialité au cœur des quartiers :

- **78 %** rencontrent du monde et vivent des moments de convivialité ;
- Seuls **1,7 %** redoutent le regard des autres parce qu'ils fréquentent le dispositif.

Aller chercher son panier devient un moment social à part entière. Les bénéficiaires évoquent des retrouvailles, des échanges et un sentiment de solidarité retrouvée. Loin de stigmatiser, le dispositif valorise.



## Quatre priorités pour agir

À l'issue de cette étude, Andès formule des recommandations claires à destination des collectivités :

- 1 Développer des dispositifs accessibles et non stigmatisants ;
- 2 Renforcer les épiceries solidaires comme outils globaux de lutte contre la précarité ;
- 3 Apporter des solutions aux problématiques de mobilité, notamment via des épiceries itinérantes ;
- 4 Sensibiliser particulièrement les jeunes aux enjeux d'une alimentation saine et équilibrée.

L'alimentation en QPV n'est pas une question d'intérêt ou de compétence, mais de justice sociale. Garantir un accès digne et durable à une alimentation de qualité constitue un levier majeur de cohésion sociale et de santé publique.



### Andès, premier réseau national d'épiceries solidaires

Créé en 2000, Andès est le premier réseau d'épiceries solidaires en France. Aujourd'hui, avec plus de 630 structures partenaires, Andès soutient chaque année plus de 260 000 personnes et distribue l'équivalent de plus de 40 millions de repas. L'objectif de l'association est de lutter contre l'exclusion sociale, la précarité alimentaire et de favoriser l'insertion professionnelle des plus vulnérables. Avec son approche unique, Andès va au-delà de la simple distribution alimentaire, en s'investissant pleinement dans la création de liens sociaux et dans l'autonomisation des bénéficiaires.

L'enquête menée en 2025 auprès des habitants des QPV a été réalisée en partenariat avec Lyon Métropole Habitat (LMH) et Valdey, et soutenue par l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires (ANCT).



**andès**  
LES ÉPICERIES SOLIDAIRES

**GroupeSOS**

Pour en savoir plus

[Site web](#)



Contact presse

 Alice Delacroix-Verchet

 [alice@edissio.com](mailto:alice@edissio.com)

 09 52 93 08 31