

# EN BREF!

NOTE DE SYNTHÈSE

N° 8

JANVIER 2026

[www.chaireunesco-adm.com](http://www.chaireunesco-adm.com)



Chaire UNESCO  
Alimentations  
du monde

La Chaire Unesco Alimentations du monde décroise les savoirs sur l'alimentation. La série **En Bref!** propose les principaux enseignements tirés de nos conférences, publications ou projets de recherche-action.

## POINTS CLÉS

- Ce diagnostic territorial de la précarité alimentaire a permis de construire une vision partagée des enjeux d'accès de toutes et tous à une alimentation de qualité et de créer de l'interconnaissance.
- Dans les deux territoires, une diversité de réponses à la précarité alimentaire est mise en œuvre mais se heurte à un manque de coordination et de mutualisation des ressources.
- Plusieurs pistes d'action ont été identifiées collectivement, portant notamment sur l'équité d'accès à l'aide alimentaire, l'amélioration de la qualité et la diversité des denrées, le soutien à de nouvelles formes de solidarités alimentaires, le renforcement du portage politique sur le sujet et le développement de coopérations entre acteur-ice-s.

## Diagnostiquer la précarité alimentaire en milieu rural : une démarche qualitative dans deux territoires pilotes de l'Hérault

**Claire Néel**, enseignante-chercheuse à Avignon Université.

**Émeline Tete**, chargée de mission, Chaire Unesco Alimentations du monde, L'Institut Agro Montpellier.

**Marie Walser**, chargée de mission, Chaire Unesco Alimentations du monde, L'Institut Agro Montpellier.

Dans le cadre du projet d'Observatoire départemental des solidarités alimentaires de l'Hérault (Obsoalim<sup>34</sup>), un diagnostic qualitatif de la précarité alimentaire a été conduit en 2024-2025 par la Chaire Unesco Alimentations du monde et le Conseil départemental de l'Hérault sur deux territoires pilotes : le Grand Pic Saint-Loup et le Gangeois.

Les cartographies tirées de la plateforme numérique<sup>2</sup> ont permis d'engager les échanges avec les acteur-ice-s de ces territoires héraultais, autour des problématiques rencontrées dans la lutte contre la précarité alimentaire. Le diagnostic vise à expérimenter une approche qualitative, afin de mieux appréhender les situations de précarité alimentaire à l'échelle locale et d'approfondir la compréhension des enjeux liés à l'accès à l'alimentation. En favorisant la mise en relation entre acteur-ice-s, cette démarche entend impulser une dynamique commune dans des territoires où la thématique de la lutte contre la précarité alimentaire n'a pas été investie collectivement, en dépit d'un fort intérêt exprimé localement. Enfin, la démarche ambitionne de tester une méthode qualitative de diagnostic de précarité alimentaire qui soit adaptable et répliquable sur d'autres territoires.

Un rapport détaillé du diagnostic permet d'approfondir les constats, les actions engagées et ressources mobilisées dans les deux territoires ainsi que les pistes d'améliorations identifiées.

**Il s'agit de tester une méthode qualitative de diagnostic de la précarité alimentaire qui soit répliquable ailleurs**

1. <https://obso-alim.org/>

2. <https://diagnostic.obso-alim.org>

## Quelles précarités alimentaires sur le territoire ?

Lors des entretiens, les acteur·ice·s rencontré·e·s (associations, acteur·ice·s sociaux·ales, communes, etc. voir méthodologie) ont mis en lumière une diversité d'obstacles qui entravent l'accès à l'alimentation pour les personnes en situation de précarité.

Le premier frein est d'ordre financier. Un fait abondé par la littérature sur la précarité alimentaire. La crise du Covid et l'inflation, entre autres, ont renforcé les difficultés économiques pour un nombre croissant de foyers. Les professionnel·le·s de terrain observent une forme de pérennisation du recours à l'aide alimentaire. La capacité des ménages à compléter cette aide par leurs propres moyens tend à diminuer, en particulier dans le Gangeois, où les vulnérabilités économiques sont plus marquées que dans le Grand Pic Saint-Loup.

L'isolement est également mentionné comme facteur aggravant de la précarité alimentaire. Certaines catégories de population particulièrement exposées (personnes seules, âgées, familles monoparentales) sont surreprésentées, notamment dans le Gangeois. Les acteur·ice·s évoquent la perte de plaisir et de convivialité qui peut contribuer à un appauvrissement de l'alimentation. Des freins matériels et pratiques sont aussi relevés. Le manque d'équipements de cuisine limite les possibilités de conservation et de préparation des aliments. Les freins peuvent également être culturels. Des personnes en situation de précarité n'osent pas fréquenter certains lieux d'approvisionnements (marché de producteur·ice·s ou magasin bio, par exemple) par sentiment d'illégitimité.

Le faible niveau de connaissances et de compétences des personnes – qui rencontreraient des difficultés à transformer les produits de l'aide alimentaire – est mis en avant, de même que le manque d'informations dans l'accès aux aides ou de visibilité de certaines actions.

La dimension rurale des deux territoires renforce certaines difficultés. En effet, le Gangeois est un territoire mal desservi, qui cumule isolement géographique et faible densité de population. Le Grand Pic Saint-Loup mêle des zones périurbaines proches de Montpellier à des espaces plus ruraux. Dans ces contextes, la mobilité constitue un enjeu majeur : la dépendance à la voiture (et les coûts impliqués) et la rareté des transports en commun compliquent l'accès aux services et commerces. Par ailleurs, si les solidarités de proximité (famille, voisinage) peuvent faciliter l'accès à l'alimentation, l'interconnaissance propre aux milieux ruraux renforce le sentiment de gêne ou de honte à demander de l'aide, d'autant plus lorsque les démarches passent par des élu·e·s ou agent·e·s municipaux·ales. Les acteur·ice·s consulté·e·s évoquent ainsi un non-recours à l'aide alimentaire significatif, bien que difficile à quantifier.

Dans les deux territoires, des acteur·ice·s publics·iques et associatifs·ives s'organisent pour lutter contre la précarité alimentaire à travers une diversité d'actions. Certaines structures mènent plusieurs de ces activités.

### LES TERRITOIRES PILOTES : LE GRAND PIC SAINT-LOUP ET LE GANGEOIS

Le diagnostic a été réalisé dans la Communauté de communes (CC) du Grand Pic Saint-Loup, (36 communes) et le Gangeois (9 communes), lequel correspond à la partie héraultaise de la Communauté de communes des Cévennes gangeoises et suménoises. Les deux territoires se caractérisent par une grande hétérogénéité : la CC du Grand Pic Saint-Loup est plus favorisée que celle du Gangeois, qui présente des indicateurs socio-économiques et démographiques plus fragiles (la CC des Cévennes gangeoises et suménoises affiche un taux de pauvreté de 20,7 %, soit plus de six points au-dessus de la moyenne nationale – 14,4 % en 2021 selon l'INSEE). Ainsi, le risque de précarité alimentaire est plutôt faible dans le Grand Pic Saint-Loup, notamment pour les espaces les plus proches du pôle urbain montpelliérain. La région du Gangeois se caractérise par un risque de précarité alimentaire modéré à élevé, lié à un cumul

de contraintes économiques, sociales et géographiques (faiblesse des revenus, chômage important, isolement, etc.).

### OBSoALIM 34 : COMPRENDRE ET ANTICIPER LES ENJEUX DE PRÉCARITÉ ALIMENTAIRE SUR LE TERRITOIRE

Obsoalim34 désigne l'Observatoire des solidarités alimentaires de l'Hérault. Lancé en 2023 après une phase de préfiguration, il mène aujourd'hui trois missions : recenser les dispositifs de solidarités alimentaires sur le territoire, caractériser les risques de précarité alimentaire à l'échelle des communes et de leurs quartiers et mettre en lien les acteur·ice·s locaux·ales investi·e·s dans la lutte contre la précarité alimentaire. Ce projet est soutenu depuis 2021 par l'État (via la DDETS 34 et la DREETS Occitanie) et le Conseil départemental de l'Hérault. Il est co-porté par la Chaire Unesco Alimentations du monde et la Fédération des acteurs de la solidarité Occitanie.

## MÉTHODOLOGIE

Le diagnostic s'est déroulé en plusieurs étapes, entre fin 2024 et début 2025.

1. Un recensement des acteur·ice·s des deux territoires : responsables, salarié·e·s et bénévoles des structures d'aide alimentaire ou de solidarités alimentaires, élu·e·s des CCAS, travailleurs·euses sociaux·ales, chargé·e·s de mission PAT, élu·e·s de communes.
2. Une réunion de travail collectif avec les acteur·ice·s pour identifier les contraintes locales en matière de lutte contre la précarité alimentaire et les problématiques autour desquelles structurer ce diagnostic. Puis, des entretiens semi-directifs ont été menés auprès d'associations, d'acteur·ice·s sociaux·ales, de communes et de communautés de communes des deux territoires (principalement les acteur·ice·s recensé·e·s lors de l'étape 1). 19 entretiens ont été réalisés ; 8 sur le secteur du Gangeois et 11 sur le Grand Pic Saint-Loup, soit 35 personnes rencontrées.
3. Une réunion de restitution afin de présenter les premiers résultats et d'approfondir certaines thématiques et pistes d'innovation lors d'ateliers.

Ainsi, ce diagnostic a articulé des temps d'enquête et de co-construction avec les acteur·ice·s du territoire, d'analyse des ressources complémentaires transmises par ces acteur·ice·s et de croisement avec des ressources issues de la revue de la littérature.

**Tableau 1. Descriptif des acteur-ice-s et actions de lutte contre la précarité alimentaire**

Type d'action	Acteur-ice-s	Fonctionnement	Modalités d'accès
Aides financières ciblées sur l'alimentation	Service sociaux départementaux, associations de lutte contre la pauvreté, CCAS	Distribution de chèques d'accompagnement personnalisés (CAP) ou de bons alimentaires dont le montant varie selon différents critères (composition familiale, etc.) et qui peuvent être utilisés dans des commerces conventionnés	Situations d'urgence, évaluation de la situation sociale des foyers
Distribution de denrées alimentaires	Associations d'aide alimentaire, CCAS	Distribution de colis alimentaire à des horaires et dans des lieux déterminés, avec des denrées provenant majoritairement de la Banque alimentaire	Évaluation sociale avec calcul du reste à vivre Accès ouvert à tou-te-s avec une participation financière par colis
Distribution de paniers de légumes	Associations	Distribution de « paniers découverte » d'une AMAP Distribution gratuite de légumes d'une parcelle collective d'un jardin partagé	Orientation d'un-e travailleur-euse social-e après calcul du reste à vivre Évaluation de la situation des foyers par les bénévoles de l'association
Restauration solidaire	Associations	Snack végétarien à prix libre et repas suspendus Repas partagés à prix libre	Ouvert à tou-te-s
Actions de sensibilisation à une alimentation durable	Organisations agréées EVS, associations	Ateliers cuisine, visite de producteur-ice-s, ateliers de glanage, lectures d'étiquettes, visites de marchés, etc.	Variable selon les activités proposées et les structures La participation peut être libre ou à destination d'un public en particulier (adolescent-e-s, allocataires du RSA, etc.)

Leur mise en œuvre repose sur la mobilisation de ressources à la fois financières, humaines et matérielles qui s'articulent de façon singulière au sein de chaque structure.

## Innovier pour faire face aux enjeux locaux

### Rendre l'accès à l'aide alimentaire plus équitable

L'accès à l'aide alimentaire est inégal sur les deux territoires. Dans le Grand Pic Saint-Loup, l'unique association de distribution est située au sud et dans le Gangeois, l'offre se concentre autour de Ganges. Seuls cinq CCAS proposent une aide, limitée aux habitant-e-s de leur commune, créant ainsi des « zones blanches », parfois aggravées par des difficultés de mobilité des bénéficiaires. De plus, les créneaux de distribution (souvent limités par les disponibilités de locaux) ne sont pas toujours adaptés aux contraintes des bénéficiaires et des bénévoles.

Les modalités d'accès aux aides varient d'une structure à l'autre, ce qui complique les parcours des personnes et soulève des questions d'équité. Par exemple, le seuil du reste à vivre (montant restant à un ménage après déduction des charges fixes) donnant droit aux distributions d'aide alimentaire varie entre 7 et 13 euros par jour selon les structures. Par ailleurs, l'évaluation des situations n'est pas toujours réalisée par des professionnel-le-s de l'action sociale (dans les CCAS, les élu-e-s sont principalement chargé-e-s de l'orientation), ce qui interroge quant à la qualité de l'accueil.

Enfin, certaines associations (notamment celles qui s'inscrivent dans des formes alternatives d'aide alimentaire) se heurtent à des contradictions entre leurs principes d'action – qui visent à engager les adhérent-e-s dans la durée – et les logiques institutionnelles – qui imposent d'alterner les publics bénéficiant d'un dispositif donné.

Pour améliorer la lisibilité et la coordination des actions, il serait intéressant de mettre en place un réseau local d'échange d'informations.

**Tableau 2. Les différentes ressources des acteur-ice-s de solidarités alimentaires**

### Ressources financières

- Principalement des dons de particuliers et/ou d'entreprises pour certaines associations d'aide alimentaire.
- Subventions publiques (inégalement selon les associations).
- Appels à projets (ressources minoritaires et ponctuelles).
- Participation financière des personnes qui peut être symbolique ou constituer le pilier du modèle économique.
- Budgets des CCAS (l'aide alimentaire est une part marginale).

### Ressources humaines

- En grande majorité des bénévoles (principalement des retraité-e-s).
- Des élu-e-s des CCAS.
- Quelques agent-e-s municipaux-ales (aspects logistiques des distributions d'aide alimentaire).
- Quelques salarié-e-s pour les associations proposant des formes alternatives d'aide alimentaire.

### Ressources matérielles

- Locaux (municipaux ou associatifs), permanents ou mis à disposition de façon temporaire.
- Véhicules (propres ou prêtés par les communes/autres structures)
- Équipements pour la conservation et la cuisine. Très inégal en fonction des acteur-ice-s.

Dans le Grand Pic Saint-Loup, un projet de Syndicat intercommunal à vocation unique (Sivu) vise à améliorer la couverture spatiale en aide alimentaire, via la coopération intercommunale, tout en apportant une réponse professionnalisée aux besoins sociaux du territoire. Concrètement, il s'agit de définir une politique d'action sociale à l'échelle d'un groupe de communes et de mutualiser les moyens. Cela via l'embauche d'un-e professionnel-le du travail social et l'élargissement de l'accès à l'aide alimentaire déjà mise en place par le CCAS d'une commune aux habitant-e-s de l'ensemble des communes du Sivu.

### Diversifier et améliorer la qualité des denrées proposées

L'enquête corrobore les constats de la littérature scientifique concernant les denrées issues de l'aide alimentaire : manque de diversité, inadéquation avec les besoins des personnes, faible qualité de certains produits, notamment frais. Pour pallier ces difficultés, les associations

adoptent diverses stratégies, telles que la régulation des stocks, le tri des produits, le recours à des dons issus de jardins partagés ou privés, ou des achats ponctuels de produits pour compléter les colis de la Banque alimentaire.

Enfin, certains acteur·ice·s souhaiteraient renforcer les partenariats avec des producteur·ice·s, pour proposer des produits frais, de qualité et locaux. Cette dynamique se heurte à plusieurs freins : une offre agricole limitée et peu diversifiée, un manque de lieux de stockage et de temps.

#### **Mieux identifier les difficultés, besoins et attentes des personnes**

D'après les acteur·ice·s rencontré·e·s, une part conséquente des personnes en situation de précarité alimentaire reste invisible. Le non-recours à l'aide alimentaire est important, notamment en raison du poids de l'interconnaissance en milieu rural, qui pousse à cacher ses difficultés. Quant aux actions qui ne relèvent pas de l'aide alimentaire en nature (restauration solidaire, ateliers cuisine, etc.), elles sont parfois en décalage avec les besoins réels des personnes.

Des initiatives d'« aller vers » peuvent être mises en place. Une association du Gangeois propose, par exemple, un accueil centré sur la mixité sociale, l'accompagnement progressif et le développement de réseaux locaux afin de limiter la stigmatisation. Plus

généralement, la co-construction des activités avec les personnes concernées permettrait de mieux répondre à leurs attentes.

#### **Soutenir les dispositifs complémentaires à l'aide alimentaire distributive**

La diversité des enjeux et besoins en matière de précarité alimentaire exige une pluralité de dispositifs complémentaires. Dans les deux territoires, des projets d'épiceries sociales et solidaires sont à l'étude, afin d'élargir la gamme des produits, limiter la stigmatisation et créer des espaces d'échanges conviviaux propices à l'accompagnement social et à l'accès aux droits. Ce type de dispositif nécessite néanmoins des locaux adaptés et des ressources humaines suffisantes. Notre enquête a révélé l'importance de co-construire, entre acteur·ice·s locaux·ales, les modalités de fonctionnement et de gouvernance de ces lieux, afin de mutualiser les ressources et coordonner les actions.

De plus, les associations qui proposent des activités culturelles ou éducatives sur l'alimentation peinent à être reconnues comme actrices de la lutte contre la précarité alimentaire, en raison d'un cloisonnement institutionnel et d'un manque de financements pérennes. Elles appellent à des partenariats renforcés avec les collectivités, notamment à travers des conventions pluriannuelles.

Enfin, certains acteur·ice·s souhaiteraient créer des lieux autour de l'alimentation, afin d'améliorer la logistique, favoriser la convivialité, sensibiliser aux enjeux alimentaires et environnementaux et renforcer les liens entre producteur·ice·s locaux·ales et associations.

#### **Renforcer le portage politique dans la lutte contre la précarité alimentaire**

Les acteur·ice·s interrogé·e·s ont souligné un « manque de volonté politique locale » sur la question de la précarité alimentaire, qu'ils/elles expliquent par une méconnaissance des réalités sociales et par le fait que le sujet ne relève pas des compétences obligatoires des collectivités. En l'absence de chef de file, la thématique est traitée de façon marginale.

Certain·e·s voient dans les projets alimentaires territoriaux (PAT) un levier intéressant pour mettre ces enjeux à l'agenda politique. Dans le Grand Pic Saint-Loup, le PAT engagé depuis 2016 reste centré sur les problématiques agricoles. Néanmoins, pour se conformer aux nouvelles exigences ministérielles de labellisation, les porteurs de PAT devront se saisir des objectifs socio-économiques de lutte contre la précarité alimentaire.

#### **Développer les coopérations entre acteur·ice·s**

Le manque de coordination entre acteur·ice·s locaux·ales ressort des entretiens. Fait qui s'explique en partie par un manque de visibilité mutuelle, des désaccords politiques ou difficultés relationnelles, une mise en concurrence des structures pour leur financement (via des appels à projets, par exemple) et l'attachement de certaines communes à leurs compétences sociales. S'ensuivent des doublons d'actions, des difficultés d'orientation des publics et un éparpillement des ressources.

Créer des espaces de concertation décloisonnés, réunissant structures associatives et publiques, semble nécessaire. Le rapport complet présente plusieurs initiatives inspirantes en ce sens, déjà à l'œuvre dans d'autres territoires.

## CONCLUSION

Ce diagnostic a mis en lumière les réalités territoriales en matière de précarité alimentaire, à partir du point de vue des acteur·rice·s impliqué·e·s. Les constats issus de l'enquête qualitative confirment ceux formulés dans la littérature scientifique. La précarité alimentaire ne se limite pas à un manque d'accès à de la nourriture en quantité suffisante, mais relève d'un ensemble de dimensions (économiques, socio-culturelles, pratiques, spatio-temporelles) qui interagissent. En milieu rural, les difficultés de mobilité, le contexte d'interconnaissance ou encore les faibles densités de services, peuvent constituer des obstacles supplémentaires dans l'accès à l'alimentation des personnes en situation de précarité. La démarche a ainsi favorisé une compréhension commune des enjeux et permis l'expression d'un besoin partagé concernant l'identification des initiatives et ressources existantes. Elle a mis en évidence le cloisonnement des dispositifs et le manque de reconnaissance de l'action menée par certaines structures en matière de lutte contre la précarité alimentaire, mais aussi une diversité de pistes d'innovation. Enfin, les temps d'échanges proposés ont contribué à renforcer l'interconnaissance entre les acteur·rice·s des deux territoires, posant ainsi les jalons d'une dynamique collective à construire. La poursuite de cette dynamique nécessitera non seulement un effort de coordination mais surtout une volonté de coopération, laquelle apparaît encore limitée pour certain·e·s acteur·rice·s.