



Enquête multidimensionnelle 2024-2025

Auprès des adhérent.es
de l'association VRAC Paris

Avec le soutien de :



Objectifs de l'enquête

Depuis 2021, une enquête par questionnaire est menée dans les groupements d'achats de l'association VRAC Paris, auprès des adhérent·es de l'association. L'enquête répond à trois **objectifs** :

- **Rendre compte** aux financeurs, aux adhérent·es et plus généralement à la société de l'action de l'association VRAC Paris **par l'angle des personnes premières concernées**
- **Porter la parole des adhérent·es** et plus largement des **habitant·es des quartiers populaires** auprès desquel·les VRAC Paris se positionne en tant qu'alliée
- Donner à voir et à penser la **réalité complexe** des enjeux liés à l'accès à une **alimentation choisie, digne et durable** au-delà du prisme seul de la précarité

Cette enquête a été menée jusqu'en 2024 par **Anne-Pauline de Cler, doctorante en sociologie au CNAM** et anciennement service civique et stagiaire chez VRAC, et **l'équipe de VRAC Paris**. Elle a été prolongée en 2025 par un travail participatif de formulation de recommandations avec les adhérent·es, en partenariat avec **Action Contre la Faim**.

295 adhérent·es ont participé à l'enquête, au cours des épiceries solidaires et participatives des 7 groupements d'achats de l'association, durant les mois d'octobre, novembre et décembre 2024. **21 questions** à dimension quantitative et qualitative leur ont été posées, sur les cinq thématiques suivantes : 1) leurs **profils socio-économiques** 2) les effets de la **tarification différenciée** sur leurs pratiques alimentaires 3) la **santé**, 4) l'**engagement associatif** et 5) les **contraintes** et les **choix alimentaires**.

L'**enquête a été intégralement menée par entretiens en face à face avec les adhérent·es**, afin d'éviter un biais lié à la fracture numérique et d'assurer un échange de confiance. Compte tenu des contraintes matérielles de sa réalisation, l'enquête ne prétend aux codes de la représentativité statistique. Elle reste toutefois scientifiquement légitime, représentant et s'ancrant dans le vécu d'une large part des adhérent·es actif·ves dans l'association.

En novembre et décembre 2025, ce travail d'enquête a été prolongé dans le but d'approfondir certains résultats et de formuler des **recommandations** institutionnelles et opérationnelles. Celles-ci ont été co-construites par les adhérent·es, Action contre la Faim et VRAC Paris autour d'un travail en **focus groupes** (auquel 18 adhérent·es ont participé) mobilisant des outils d'éducation populaire. En épicerie, 50 adhérent·es ont ensuite voté pour leurs recommandations prioritaires. Celles-ci s'articulent autour de trois axes :

1. L'**accessibilité économique** d'une alimentation de qualité : contraintes budgétaires et leviers d'action de VRAC Paris contre la précarité alimentaire
2. L'alimentation au prisme de la **santé** : l'approche globale et plurielle des adhérent·es
3. Le **lien social** et la **démocratie alimentaire** au cœur de la vie associative

Cette version longue du rapport d'enquête en présente les résultats. Il est structuré suivant la grille de questions sur laquelle s'appuie l'enquête (présentée en annexe) et contient un résumé global (pages 9 à 13). Un résumé exécutif complémentaire a été produit pour la restitution du 16 décembre 2025 (à l'Académie du Climat à Paris). Les recommandations co-construites avec les adhérent·es sont présentées en dernière partie.

Sommaire

Le fonctionnement	5
de l'association VRAC Paris	5
<i>Les groupements d'achats solidaires : mode d'emploi.....</i>	<i>5</i>
<i>Adhésions et tarifications différenciées</i>	<i>5</i>
<i>Le rôle de VRAC Paris : chiffres clés.....</i>	<i>6</i>
<i>L'aller-vers et la démocratie alimentaire au cœur du projet VRAC</i>	<i>7</i>
Résumé	9
Axes de travail pour la construction de recommandations en focus groupes.....	2
<i>Méthodologie des focus groupes.....</i>	<i>2</i>
- <i>Axe 1. L'accessibilité économique d'une alimentation de qualité : contraintes budgétaires et leviers</i>	<i>3</i>
- <i>Axe 2. L'alimentation au prisme de la santé : une approche globale et plurielle</i>	<i>3</i>
- <i>Axe 3. Le lien social et la démocratie alimentaire au cœur de la vie associative</i>	<i>3</i>
<i>La formulation des recommandations et le vote en épicerie</i>	<i>4</i>
Méthodologie	5
PARTIE 1. PROFILS DES ADHÉRENT-ES VRAC PARIS.....	8
Répartition de l'échantillon.....	9
par groupement	9
<i>Échantillonnage et tarification différenciée</i>	<i>9</i>
Genre	10
Âge	12
Taille et composition du foyer	15
<i>Focus foyers monoparentaux</i>	<i>15</i>
<i>Composition des foyers en termes d'âge et de genre.....</i>	<i>18</i>
Lien avec le quartier	20
Résidence	22
Activité.....	24
Situations particulières : revenus modeste, handicap, familles monoparentales	28
Tarification différenciée	34
Effet de la tarification différenciée sur la consommation de produits de qualité	38
Effet de la tarification différenciée sur le budget alimentaire	42
Effet de la tarification différenciée sur la quantité de produits achetée chez VRAC	45
Effet de la tarification différenciée sur les habitudes alimentaires	48
PARTIE 3. SANTÉ, ACCESSIBILITÉ & ALIMENTATION DIGNE ET CHOISIE : LES ADHÉRENT-ES AU CŒUR DU PROJET ASSOCIATIF	60

Effets perçus de l'alimentation VRAC sur la santé	61
<i>Une définition pluridimensionnelle et globale de la santé</i>	61
<i>Qualité nutritionnelle des produits VRAC et contribution à une alimentation équilibrée et variée</i>	62
<i>Un impact positif sur la santé par la réduction de la précarité alimentaire</i>	64
<i>Une alimentation conviviale, qui fait plaisir et qui a du goût</i>	64
<i>Un impact positif sur le bien-être et la santé mentale</i>	66
<i>La santé environnementale et l'écologie</i>	68
<i>Le soutien aux producteurs.....</i>	69
<i>La précarité hygiénique.....</i>	70
Motivations d'adhésion et de participation à l'association VRAC.....	72
<i>Le prix et l'accessibilité économique.....</i>	72
<i>L'engagement et l'adhésion au projet associatif.....</i>	73
<i>Le lien social et la convivialité.....</i>	74
<i>L'offre et la qualité des produits.....</i>	77
Inclusion numérique : accompagnement à la prise de commande	79
Stratégies d'achats des adhérent-es VRAC Paris	82
Pratiques du bénévolat.....	89
<i>Chiffres sur le bénévolat.....</i>	89
<i>Profils des bénévoles.....</i>	90
<i>Raisons pour la participation au bénévolat.....</i>	91
Contraintes et choix d'une alimentation de qualité : le rôle « levier » de VRAC	93
<i>Le rôle « levier » de VRAC face à la contrainte économique.....</i>	93
<i>Une alimentation partiellement choisie, grâce aux stratégies de contournement des contraintes.....</i>	96
<i>Un choix généralement contraint par le prix, sauf chez VRAC.....</i>	99
<i>Même avec l'offre VRAC, la contrainte pèse toujours sur les choix alimentaires d'une partie des adhérent-es</i>	100
<i>Une alimentation entièrement choisie, grâce à VRAC.....</i>	101
Recommandations travaillées.....	103
avec les adhérent-es.....	103
Annexe	105
<i>Questionnaire</i>	105
Sources	110

Le fonctionnement de l'association VRAC Paris

Les groupements d'achats solidaires : mode d'emploi

Depuis 2019 à Paris et 2013 ailleurs en France, l'association VRAC (Vers un Réseau d'Achats en Commun) développe des groupements d'achats dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV). Le principe du groupement d'achat correspond à la mutualisation des achats d'un groupe d'habitant-es d'un même quartier, pour acheter en gros et directement auprès de producteurs des produits alimentaires. Chez VRAC, l'achat de produits bruts, en vrac (limitation des emballages) et en circuits courts (réduction des intermédiaires) est privilégié pour favoriser l'accès du plus grand nombre à des produits de qualité (agriculture paysanne, biologique, équitable) à des prix bas. Si ce modèle permet la réduction de coûts intermédiaires, le travail de l'équipe associative ainsi que des bénévoles permet le bon fonctionnement des groupements d'achats.

Les adhérent-es de chaque groupement d'achat VRAC¹ pré-commandent les produits de leur choix, dans un catalogue accessible en ligne ou via un accompagnement en permanence physique ou téléphonique. Les adhérent-es viennent récupérer leurs commandes au moment des « épicerie éphémères », qui ont lieu une fois par mois dans des locaux prêtés à VRAC par des partenaires locaux (centre sociaux, tiers-lieux solidaires, centres Paris Anim', UNRPA, régies de quartier, locaux inter-associatifs des bailleurs sociaux, etc.).

Les groupements d'achat VRAC sont solidaires et participatifs, ce qui signifie que la tenue des épicerie repose sur la mobilisation bénévole des adhérent-es. Non obligatoire mais pas moins essentielle, cette mobilisation bénévole peut avoir lieu en début, pendant et à la fin de l'épicerie, respectivement pour décharger le camion de livraison des produits, mettre en place l'épicerie, faire l'inventaire ; tenir un stand pour faire la distribution du vrac au détail ; ranger l'épicerie, faire l'inventaire de fin... mais aussi et surtout passer un moment de convivialité et de solidarité toutes et tous ensemble.

Adhésions et tarifications différenciées

Historiquement, l'association VRAC propose des produits vendus à **prix coûtant**. L'association ne faisant pas de marges sur la vente de ces produits, cela signifie qu'elle les vend au prix auquel elle les a achetés (auprès de producteurs, de coopératives de producteurs ou d'entreprise) sans ajouter le prix de la dernière partie de la logistique.

Depuis fin 2023 et pour une durée de 3 ans, la fédération nationale VRAC France ainsi que

¹ Il y a aujourd'hui huit groupements d'achats VRAC à Paris : Nationale Clisson dans le XIIIe, Charles Hermite dans le XVIIIe, Danube dans le XIXe, Amandiers dans le XXe, Porte de Vanves dans le XIVe, Fécamp dans le XIe, Portes du Vingtième dans le XXe, et Espace 19, depuis mars 2025, dans le XIXe.

ses associations locales, dont VRAC PARIS, bénéficient d'une subvention dédiée à l'achats de denrées alimentaires durables, issue du programme « Mieux manger pour tous » (volet National), délivrée par le Ministère des Solidarités et des Familles.

VRAC Paris a aussi bénéficié du **volet local du programme "Mieux manger pour tous" réservé pour le fonctionnement.**

En 2024, VRAC Paris a donc proposé :

- Une **tarification "coup de pouce" : réduction de 10 % sur les produits alimentaires** pour les adhérent·es bénéficiant actuellement du prix coûtant, habitant en logement social et/ou ayant des revenus modestes (foyers non imposables, situations particulières...).
- Une **tarification "solidaire" : réduction de 50 % sur les produits alimentaires** pour des personnes orientées par les travailleurs sociaux et/ou bénéficiaires de minima sociaux.

Cette aide financière permet aussi de soutenir les **actions et expérimentations locales** de lutte contre la précarité alimentaire, notamment en élargissant l'accès à des produits de qualité à des personnes en **situation de grande précarité**, qui ne seraient pas encore identifiées par les associations VRAC aujourd'hui.

Les **adhésions** à l'association se font sur l'année civile, sur un modèle de solidarité. 3 types d'adhésions sont possibles :

- L'adhésion « classique », à partir de 1 euro : pour les locataires du parc social, revenus modestes, étudiants, situations particulière signalée (famille monoparentale, situation de handicap, etc.). Cette adhésion est réservée aux habitant·es, hors personnes morales.
- L'adhésion « soutien » à 20 euros
- L'adhésion « soutien + » à plus de 20 euros

Les adhésions « soutien + » permettent de financer des paniers suspendus de manière ponctuelle, pour les adhérent·es en ayant besoin. La grande majorité des adhérent·es est en adhésion classique, à 1 euro (82% des adhérent·es en 2023). Les adhésions se font exclusivement sur le mode déclaratif, les seuls justificatifs demandés étant liés à la tarification à -50%.

Le rôle de VRAC Paris : chiffres clés

Tous les ans depuis 2022, l'association VRAC organise annuellement 71 épiceries. Le nombre de foyers adhérent·es est en 2024 de 845, une augmentation de 24% depuis 2023, où celui-ci était de 681. Le nombre total de commandes par an a également augmenté, de 32,5%, passant de 3777 en 2023 à 5005 en 2024. En 2025, il y a eu 78 épiceries avec huit groupements d'achats, pour 5454 commandes et 914 foyers adhérents.

Les épiceries s'étalent sur 10 mois, en juillet elles sont remplacées par de nombreuses animations, dégustations, ateliers cuisine etc. Et en août, toute ou une partie de l'équipe est en congés.

Le catalogue de produits inclut environ 70 références par mois : huiles vierges (dont l'huile d'olive), café, pâtes, farines, fruits secs, légumineuses, épices, miel, lessive, liquide vaisselle, et fruits et légumes frais... En 2024 et 2025, voici quelques exemples de volumes de produits vendus :

3630 L d'huile d'olive 2024 et 4330 L en 2025, entre 2500 Kg et 2800 kg de pâtes par an, entre 2300 kg et 2800 Kg de farine par an, plus de 3000 Kg de fruit secs par an, et 1600 Kg de légumineuses par an, plus de 4300 L de lessive, et entre 18 et 20 tonnes de fruits et légumes frais.

Incomparables aux mesures des dispositifs d'aide alimentaire classique, ces chiffres témoignent toutefois du fort impact de VRAC Paris à son échelle et compte tenu de la spécificité du dispositif. Parmi les associations de solidarités alimentaires existant dans Paris, VRAC se situe parmi les initiatives « singulières » (Action Contre la Faim, 2025), aux côtés des distributions, plus "classiques" de denrées non cuisinées (gratuites, sous forme de colis par exemple), les distributions de repas chauds, les cantines, restaurants et cafés solidaires, les cuisines partagées, les ateliers de cuisine, les épiceries sociales ou solidaires, et les jardins partagés et l'agriculture urbaine.

La singularité du dispositif VRAC place l'association dans une position complémentaire des dispositifs d'aide alimentaire classique.

L'aller-vers et la démocratie alimentaire au cœur du projet VRAC

La **raison d'être** de VRAC est de lutter contre les inégalités de consommation en proposant un accès digne à une alimentation saine, durable et choisie aux habitant·es des quartiers populaires. Ses **valeurs** sont la solidarité et la justice sociale, la coopération et l'éducation populaire, l'émancipation et la démocratie alimentaire, l'écologie et la santé. Mise en œuvre grâce aux groupements d'achats décrits plus haut, une des **missions** de VRAC est de compenser les inégalités socio-économiques en rendant financièrement accessible des produits choisis et de qualité tout en rémunérant à juste prix les producteurs.

Trois autres missions sont au cœur du projet VRAC :

- Promouvoir le pouvoir d'agir et contribuer avec les adhérent·es des groupements d'achat à valoriser les quartiers populaires de Paris
- Favoriser la cohésion et la mixité sociale en créant des lieux d'achats coopératifs
- Donner la possibilité de consommer des produits sains, à travers une approche positive prenant en compte les déterminants de santé
-

Les **actions d'aller-vers** sont ainsi un élément essentiel et spécifique à l'association VRAC. Issue du travail social et de l'éducation populaire, la notion d'aller-vers désigne une méthode et une philosophie d'action (INJEP – Cahier de l'action n°29 – décembre 2022) qui

consiste à aller à la rencontre des publics là où ils sont, dans leurs lieux de vie, et cheminer à partir de leurs expériences, connaissances et problématiques, tout en tissant une relation d'émancipation et de renforcement des capacités d'agir. Chez VRAC, l'aller-vers se matérialise par l'implantation de l'association dans les quartiers où habitent ses adhérent·es - animations et épiceries en pieds d'immeuble - et par l'organisation d'actions de médiation en alimentation durable (cuisine de rue, ateliers cuisine thématiques, sorties apprenantes chez des producteurs, concours de cuisine, dégustations, fêtes de quartiers, festivals, forums, actions multi-partenariales, etc.). Les actions s'inscrivent majoritairement dans le maillage associatif local et en lien avec les partenaires territoriaux.

Le **Club Produit** ou commission produits, mis en place en 2024 participe lui aussi pleinement à la mise en œuvre d'une démocratie alimentaire par les habitant·es des quartiers populaires de Paris. Présent dans deux groupements d'achats, QPV Amandiers (75020) et QPV Porte de Vanves (75014), entre 2024 et 2025 il y a eu 126 participations au cours de 18 rencontres pour réfléchir et mettre en œuvre ensemble l'approvisionnement, la logistique et la construction du catalogue de produits disponibles à la commande.

En, 2024 et 2025, ils se sont articulés autour de 3 axes :

- 1) Compréhension du monde agro-alimentaire
- 2) Choisir ensemble
- 3) Etudes de cas et ajouts de références dans le catalogue

Les clubs sont outillés par l'éducation populaire (interview brise-glace, arpentage, débat mouvant...) et l'intervention de spécialistes (écologue, responsable d'une association sur les semences, animatrice du collectif avec les méthodes d'éducation populaire). C'est ainsi que les habitant·es participant à ces deux clubs produits ont pu ajouter plusieurs références, pour l'ensemble des adhérent·es VRAC Paris, avec, par exemple, l'ajout des œufs biologiques et locaux au catalogue de commande.

Le **collectif de "Démocratie Alimentaire"** des habitant·es et membres du groupement VRAC du quartier de Charles Hermite (XVIII^e) est également au cœur du projet associatif. Constitué fin 2021 avec un échange autour des habitudes alimentaires des habitant·es à partir de leur vécu, le collectif s'est ensuite réuni régulièrement pour faire des ateliers apprenants sur la démocratie alimentaire. Entre fin 2021 et juillet 2024, le collectif s'est réuni autour de 24 ateliers apprenants avec par exemple : une cartographie sensible de l'offre alimentaire dans le quartier Charles Hermite, un relevé de prix dans les commerces du quartier, une cueillette chez un maraîcher d'Île-de-France, un atelier découverte de la Sécurité Sociale de l'Alimentation (SSA), des sorties apprenantes chez des producteurs et lieux ressources du nord de Paris, un arpentage de BD (*Encore des patates*, coord. Dalmais & Seconda, 2021), un ciné-débat (*La part des autres*, Delpias & Payage, 2019) avec le CIVAM, un jeu apprenant, une fresque de la SSA, une rencontre avec des élu·es, la participation à la concertation du contrat de Ville, un séjour apprenant à Lyon... Une restitution publique pour témoigner du parcours et des apprentissages a eu lieu en mars 2025. Le texte écrit collectivement et la fresque participative du chemin parcouru sont [disponibles en libre accès](#).

Résumé

Pour la quatrième année consécutive, une enquête par questionnaire a été menée auprès des adhérents et adhérentes de l'association VRAC Paris afin de faire état de leurs profils socio-économiques et de leurs habitudes alimentaires, ainsi que de leur donner la parole au sujet de ce qu'ils et elles apprécient particulièrement ou aimeraient améliorer dans l'association.

En octobre, novembre et décembre 2024, au cours de 20 épiceries éphémères des 7 groupements d'achats de l'association, 295 adhérent-es ont participé à une enquête par questionnaire, dont 21 questions à dimension quantitative et qualitative.

En voici les principaux résultats, qui se déclinent en 3 parties : **1) Profils des adhérent-es VRAC Paris, 2) Effets de la tarification différenciée et 3) Santé, accessibilité et alimentation digne et choisie : les adhérent-es au cœur du projet associatif**

Partie 1 : Profils des adhérent-es VRAC Paris

- En matière de **genre**, les **femmes** sont comme les deux années précédentes **majoritaires (à 87%)** dans l'ensemble des groupements. Cette répartition coïncide avec la tendance que l'on retrouve à l'échelle globale selon laquelle les femmes ont majoritairement la charge de l'ensemble des tâches liées à l'alimentation. Selon les statistiques nationales, celles-ci s'occupent à au moins 75% des tâches dites domestiques (Insee 2015).
- Toutes les générations sont représentées au sein de groupements d'achats VRAC. 10% d'adhérent-es ont entre 18 et 39 ans ; 19% entre 40 et 49 ans ; 22% entre 50 et 59 ; 29% qui en ont entre 60 et 70 ; et 20% en ont plus de 70. **Ces données montrent une certaine diversité** intergénérationnelle au sein de l'association, avec une **représentation importante des plus de 60 ans (49%)**.
- Comme les deux années passées, une tendance dans la composition des foyers des adhérent-es VRAC Paris se dégage : la répartition est tripartite, **avec un peu plus d'un tiers de foyers de 1 personne (35%), un tiers de foyers de 2 personnes** (couples, familles monoparentales) et **un peu plus d'un tiers de foyers de 3 personnes ou plus (35%)**. Parmi ces dernières, 40% sont des familles nombreuses (3 enfants ou plus).
 - Les **familles monoparentales sont fortement représentées dans les familles adhérentes à VRAC**. Elles composent en effet **presque la moitié (47,8%)** des foyers de **2 personnes, plus d'un tiers des foyers de 3 personnes (34,9%)** et de ceux de **4 personnes (37,9%)**, et **un tiers (30%)** des foyers de **5 personnes**. Celles-ci sont largement majoritairement des femmes.

- L'ancrage territorial et la reconnaissance de VRAC Paris par les habitant-es comme ressource de proximité se confirme encore cette année puisque **85% des adhérent-es sondés résident au sein quartier d'implantation du groupement d'achats** qu'ils et elles fréquentent.
- **Presque trois quarts des adhérent-es** indiquent être **locataires du parc social** (74%), ceux-ci étant largement sur-représentés par rapport à la part de locataires en logement social dans la ville de Paris. La composition d'adhérent.e.s VRAC vivant en logement social est en revanche représentative de celle des quartiers prioritaires d'implantation des groupements d'achats de l'association (75,9%).
- Un peu plus **d'un tiers (32%) des adhérent-es interrogé-es déclarent avoir une activité professionnelle**, représentant une baisse par rapport aux années précédentes (47,9% en 2023), ce qui s'explique par l'évolution dans la composition des adhérent-es liée à l'introduction de la tarification différenciée, via laquelle des profils plus précarisés d'adhérent-es ont rejoint l'association.
- Une **large majorité des adhérent-es (86%)** indique se reconnaître dans **au moins une des situations** suivantes : **revenus modestes², situation de handicap, famille monoparentale**. En hausse significative depuis trois ans, cette part représentait déjà 79,8% en 2023 et 72,4% en 2022.
 - **Environ 10% des personnes interrogées ont indiqué cumuler ces trois situations**. Cette part a presque doublé depuis 2023, où elle était de 5,3%.
 - Dans l'échantillon global, la part d'adhérent-es déclarant être en **situation de revenus modestes** est en **hausse significative**. Elle atteint **80,7% en 2024**. En 2023 elle était de 69,7%, et en 2022 de 63,3%.
 - Parmi les personnes qui se retrouvent dans au moins une des trois situations, **la part de famille monoparentale s'élève à plus d'un tiers (32,4%)**.
 - La **part d'adhérent-es en situation de handicap s'élève à presque un tiers (28,1%)** dans l'échantillon de personnes concernées par au moins une de ces situations.

Partie 2 : Effets de la tarification différenciée

- La deuxième partie porte sur les effets de la tarification différenciée, et concerne donc un échantillon d'adhérent-es concerné-es par cette tarification. Leur répartition par tarification différenciée est proche de celle de l'ensemble des adhérent-es de l'association. **Plus de la moitié**, soit 57% d'entre elles et eux ont la tarification « **coup de pouce** » à **-10%** ; **près d'un tiers des adhérent-es** (vs. 62,25%

² Une définition quantitative de « revenus modeste » n'a pas été donnée au cours de l'enquête, afin d'obtenir une évaluation subjective de la situation de revenus des adhérent-es interrogé-es et de réduire le potentiel sentiment de contrôle et de stigmatisation lié à ce type d'interrogations. Des indicateurs ont toutefois été donnés s'il était trop difficile pour elles et eux de répondre, comme par exemple le fait de ne pas être imposable.

dans l'association en 2024), soit 29% ont la tarification « solidaire » à -50% (vs. 22,60% dans l'association en 2024). 14% de l'échantillon sont au prix coûtant (vs. 14,9% dans l'association en 2024).

Effets de la tarification différenciée sur les pratiques de consommation

- Deux profils se dégagent dans les effets de la tarification sur la consommation alimentaire de produits de qualité des adhérent-es :
 - Pour **la moitié des adhérent-es ayant une tarification différenciée**, celle-ci leur a permis d'**augmenter leur consommation de produits alimentaires de qualité**, dans une période marquée par l'inflation de nombreux produits de première nécessité, dont l'alimentation en particulier.
 - > 68,2% des adhérent-es bénéficiant de la tarification de -50% du prix coûtant indiquent avoir pu par cette facilitation économique augmenter leur consommation de produits alimentaires de qualité.
 - > Cette augmentation globale de la consommation de produits alimentaires de qualité se traduit, pour la grande majorité des adhérent-es concerné-es (93,6%), par une augmentation des produits achetés chez VRAC.
 - Pour **un peu moins de la moitié (46,4%) des adhérent-es ayant une tarification différenciée**, celle-ci leur a permis de maintenir leur **consommation de produits alimentaires de qualité dans un contexte d'inflation et de cherté des produits**.
 - > 53,9% des adhérent-es bénéficiant de la tarification de -10% du prix coûtant indiquent que cette facilitation économique leur a permis de maintenir une consommation alimentaire de qualité dans un contexte qui tendrait à la dégrader.

Aussi ces tarifications différenciées ont eu une incidence notable et positive pour les personnes enquêtées sur le fait de mieux manger.

Effet de la tarification différenciée sur le budget

- À la **quasi-unanimité (95%)**, les adhérent-es ayant droit à une tarification différenciée **estiment que celle-ci a eu un impact positif sur leur budget alimentaire**.

Effet de la tarification différenciée sur les pratiques alimentaires

- Pour une **large majorité (86,9%) des adhérent-es ayant droit à une tarification différenciée**, celle-ci leur a permis de **modifier certaines de leurs habitudes alimentaires**, dont, très majoritairement (69,4%) **manger davantage de produits bios**.
 - Les adhérent-es ont notamment indiqué pouvoir consommer davantage de fruits secs (69,8% des adhérent-es), d'huiles vierges (67,9% des adhérent-es), de fruits et légumes (59,7% des adhérent-es) et de

légumineuses (46,4% des adhérent-es) grâce aux tarifications différenciées.

Partie 3 : Santé, accessibilité & alimentation digne et choisie : les adhérent-es au cœur du projet associatif

- La **quasi-totalité des adhérent-es (97%)** partage l'avis que **les produits VRAC contribuent positivement à leur santé**.
- Comme les deux années précédentes, une **très large majorité d'adhérent-es (85,4%)** donne **l'accessibilité par le prix** comme raison majeure de leur participation à leur groupement d'achat VRAC.
- Pour 71,1% des adhérent-es sondés, **l'attrait pour le projet associatif est un facteur majeur de participation aux groupements d'achats**. Convivialité et lien social, pouvoir d'agir en matière de consommation, démocratie alimentaire : les adhérent-es de VRAC Paris viennent chercher plus que des denrées de qualité au sein de l'association.
- Un peu **plus d'un quart (25,5%) des adhérent-es interrogé.es** est **accompagné à la prise de commande**, en lien avec la réalité de fracture numérique subie par les adhérent-es âgés et/ou vulnérables. Cet accompagnement (téléphonique et physique) est unanimement apprécié par les adhérent-es qui en bénéficient et permet une véritable mixité sociale au sein des groupements d'achats.
 - Dans certains cas, les adhérent-es ont besoin d'un accompagnement au départ puis s'autonomisent. Pour d'autres, l'accompagnement à la commande est permanent, celui-ci étant aussi une manière de faire du lien, réduire l'isolement et d'effectuer une veille sociale.
- Comme en 2023, la **majorité (près de 60%)** des adhérent-es fait, hormis chez VRAC, ses courses dans les **enseignes discount**, dont 14,6% exclusivement. Un peu moins de la moitié (49,3%) des adhérent-es déclare faire ses courses au marché. Dans l'ensemble, la plupart des répondant-es font leurs courses dans diverses enseignes, témoignant des stratégies d'achat qu'elles mettent en place pour trouver les produits les plus adéquats pour répondre à leurs contraintes économiques, géographiques et temporelles.
- En 2024, presque les **deux tiers (61,9%)** des adhérent-es indiquent **faire régulièrement du bénévolat (38,1%)** ou en avoir **fait une à deux fois (23,8%)** dans l'association VRAC. La **part d'adhérent-es indiquant faire du bénévolat régulièrement a augmenté en 2024 par rapport à 2023 (38,1% en 2024 vs 28% en 2023)**. Parmi les adhérent-es interrogé-es qui indiquent **ne pas avoir fait de bénévolat**, 49,1% **expliquent que c'est à cause du manque de temps**.
- Les verbatims des adhérent-es montrent que **VRAC leur permet de mieux manger**. Dans toute leur diversité, ils et elles expriment combien l'association constitue un **levier face aux contraintes alimentaires**, en leur donnant

davantage de choix et en leur permettant de **maintenir ou de (re)trouver une alimentation digne et choisie**.

- À la question « Quelles sont pour vous les contraintes les plus importantes dans vos choix alimentaires », **près de 80% des répondant-es** a répondu que celle-ci était **économique**. En complet écho avec l'importance de l'accessibilité par le **prix**, cette enquête montre que **VRAC joue un rôle positif dans l'atténuation de la contrainte économique dans les choix alimentaires des adhérent-es**.

Axes de travail pour la construction de recommandations en focus groupes

L'enquête de 2024 a été réalisée par l'équipe VRAC et Anne-Pauline de Cler, doctorante en sociologie (CNAM-CNRS). Cette enquête a donné lieu à plusieurs pistes de travail pour approfondir certaines réflexions et formuler des recommandations opérationnelles et institutionnelles avec les adhérent·es. Les axes de travail présentés ci-dessous ont fait l'objet d'un travail en focus groupes, animé·es par l'équipe VRAC Paris, Action Contre la Faim et les adhérent·es.

Ces trois axes reposent sur trois résultats centraux de l'enquête :

- 1) VRAC permet de **réduire la contrainte économique pour un accès à une alimentation durable**
- 2) VRAC **favorise le pouvoir d'agir, prioritairement sur les questions de santé**. Cette dernière est comprise de manière globale et plurielle.
- 3) VRAC **renforce le lien social et l'engagement associatif et collectif autour de la démocratie alimentaire**.

Le public de l'association VRAC Paris représente une forte mixité de rapports à l'alimentation et de pratiques alimentaires. Les adhérent·es partagent toutefois des caractéristiques et un rapport à l'association communs : d'une part la précarité économique et alimentaire, et d'autre part un rapport fort à l'association, caractérisé par un attachement au projet associatif et au lien social construit dans et à travers celle-ci. VRAC représente, pour la plupart des adhérent·es, bien plus qu'un espace de consommation. L'enquête donne à voir la capacité d'agir des adhérent·es et les ressources dont elles et ils disposent et qu'elles et ils mobilisent, dans et par-delà l'association, individuellement et collectivement, pour s'approvisionner dignement en alimentation dans et par-delà l'association.

Méthodologie des focus groupes

Afin de constituer les focus groupes, l'équipe VRAC a sollicité des adhérent·es dans l'ensemble des groupements, en les sélectionnant afin d'avoir un panel varié en termes de caractéristiques socio-démographiques, et en fonction de leur disponibilité pour se mobiliser le temps d'une après-midi (en octobre 2025, dans un local inter-associatif du quartier de Charles Hermite, dans le 18^{ème} arrondissement de Paris). Presque vingt adhérent·es se sont ainsi rendu·es disponibles pour travailler ensemble en vue de la formulation de recommandations.

Après un accueil pour présenter l'intention et le déroulé de l'après-midi ainsi que poser un cadre commun pour que chacun·e se sentent au mieux dans les échanges et le travail de groupe, le rapport d'enquête ainsi que les trois axes de travail (cf. ci-dessus) ont été présentés aux adhérent·es. Un document résumant les résultats de l'enquête a également été distribué, pour référence, à chacun·e des participant·es.

Les adhérent·es se sont ensuite réparti·es en trois groupes, pour travailler sur un axe chacun. Une grande feuille de papier avec une question principale et un nuage de mots clés

en lien avec la thématique de l'axe était disposée, pour référence, sur chaque table autour de laquelle les groupes étaient réunis. Les questions principales et les mots clés, pour chaque axe, étaient les suivantes :

- **Axe 1. L'accessibilité économique d'une alimentation de qualité : contraintes budgétaires et leviers**
 - o Question principale : Comment réduire les freins économiques d'accès au projet VRAC ?
 - o Mots clés : tarifications différenciées, critères 10% et 50%, justificatif vs. déclaratif, prix coûtant, financements, augmentation des commandes, vente directe, combien j'économise, valoriser les économies faites par les adhérent-es, valoriser les économies faites par VRAC, bénévolat...
- **Axe 2. L'alimentation au prisme de la santé : une approche globale et plurielle**
 - o Question principale : Comment renforcer le lien entre les activités de VRAC et la santé ?
 - o Mots clés : liens avec les acteurs de la santé, santé mentale, santé globale, aménagement d'espaces par rapport à la santé, portage de courses, lien avec une activité physique, cycle d'animation nutrition, savoirs...
- **Axe 3. Le lien social et la démocratie alimentaire au cœur de la vie associative**
 - o Question principale : Comment améliorer le lien social et la participation au sein de VRAC ?
 - o Mots clés : ciblage, attirer des publics différents, aller-vers, familles, horaires, capacité d'accueil, convivialité...

Le travail de discussion s'est ensuite déroulé suivant la méthode des **Chapeaux de Bono**. Issue de l'éducation populaire, cette méthode consiste à présenter (plus ou moins littéralement) l'un après l'autre des chapeaux de couleurs différentes, correspondant **à un mode de pensée ou un rôle particulier**. En bref, le chapeau blanc correspond à l'objectivité (quels sont les faits ?) ; le rouge aux émotions (qu'est-ce que je ressens ?) ; le noir la prudence (quels sont les risques et inconvénients ?) ; le jaune aux rêves (que mettre en œuvre ?) ; le vert à la créativité (quelles sont les solutions possibles, y compris les plus farfelues ?) ; et le bleu l'organisation, la canalisation des idées (quelle est la solution à retenir ? Comment organiser sa mise en œuvre ?). Le groupe entier met chacun de ces chapeaux l'un après l'autre, pour répondre à la question principale de son axe. Deux animateur-ices, par axe, ont veillé à l'égale distribution de la parole, à la prise de note et à la médiation.

Une restitution collective a ensuite été organisée. Les participant-es se sont reconnus dans les statistiques présentées et ont notamment réaffirmé les apports économiques bénéfiques des groupements d'achat et des tarifications solidaires. Il est également ressorti une forte confiance dans l'équipe et dans le projet associatif. Plusieurs personnes ont exprimé beaucoup de satisfaction vis-à-vis de ce dispositif, notamment en comparaison avec d'autres dispositifs solidaires. L'entraide entre adhérent-es apparaît comme un élément central du fonctionnement.

Ces temps d'échange ont également permis de croiser les points de vue entre adhérent-es et salarié-es, notamment sur les améliorations à apporter et sur certains aspects logistiques. Ils ont surtout constitué un véritable moment de discussion collective. La principale crainte exprimée concerne la capacité à pérenniser ces dispositifs ainsi que les leviers d'accessibilité économique.

Plusieurs idées concrètes ont émergé lors de ces échanges : créer une boutique permanente VRAC ; mieux comprendre les labels et le fonctionnement de la filière

Les propositions ressorties dans chaque groupe de travail ont été retravaillées sous forme des recommandations de la part de l'équipe dans les semaines suivantes. Les membres de l'équipe VRAC Paris ont ensuite organisé un vote pendant les temps d'épicerie du mois de novembre ou décembre.

La formulation des recommandations et le vote en épicerie

À partir des discussions de groupe, deux à trois recommandations générales, avec des déclinaisons opérationnelles chez VRAC, ont été formulées pour chaque axe (cf. partie « Recommandations travaillées avec les adhérent-es » à la fin de ce rapport). En épicerie, ces séries de recommandations ont été présentées à des adhérent-es, qui ont ensuite pu voter en deux temps : d'abord pour une de leur recommandation préférée, par Axe ; puis pour l'axe qu'elles et ils estimaient prioritaire. C'est l'Axe 2, sur la santé, qui a été plébiscité par les adhérent-es. Au total ce sont 50 adhérent-es qui ont pu voter au cours des mois de novembre et décembre 2025 au sein de 6 des 8 groupements d'achats.

Les recommandations institutionnelles, inspirées notamment de celles portées dans le cadre d'un plaidoyer d'un collectif et de consolider un sens commun de l'objet associatif que les adhérents que l'association peut porter auprès de partenaires et des financeurs. Les recommandations opérationnelles visaient à lancer un processus participatif de remise en question et évolution de nos pratiques.

Ce processus de vote en épicerie, a également permis d'ajuster les recommandations : réfléchir au langage utilisé et identifier des points pas ou peu abordés.

C'est l'axe 2 portant sur la santé qui a été plébiscité par les adhérent.es et travaillé prioritairement par l'équipe VRAC en 2026. L'ensemble des recommandations est à retrouver à la fin du rapport.

Méthodologie

Contexte et évolution de l'enquête

Depuis 2021, une enquête par questionnaire est menée dans les groupements d'achats de VRAC Paris, auprès des adhérent-es de l'association. **295 personnes ont pu être interrogées** au cours des épiceries solidaires et participatives des mois d'octobre, novembre et décembre 2024, soit 20 temps d'enquête.

L'enquête a gagné en ampleur en 2024, autant sur le plan quantitatif que sur le plan qualitatif. Sans viser l'exhaustivité ni la représentativité scientifique, cette enquête représente une large part des adhérent-es actif-ves dans l'association, compte tenu des conditions de réalisation matérielle de l'enquête (mobilisation de temps bénévole, réalisation aux moments des épiceries, etc.).

De **nouvelles questions** sont venues étoffer l'analyse des parcours et stratégies de consommations des adhérent-es et de l'impact de l'action de l'association sur l'économie des foyers, notamment dans le cadre de la **mise en place d'une tarification différenciée** rendue possible en 2024 par la subvention issue du Fond Mieux Manger Pour Tous. Dans le but de comprendre les effets que la tarification différenciée a sur le budget alimentaire, les habitudes de consommation alimentaire en général, et les habitudes de consommation chez VRAC, une série de question a été posée aux adhérent-es ayant droit aux tarifications « coup de pouce » de -10% et « solidaire » de -50% par rapport au prix coûtant sur les produits alimentaires. Les résultats de la partie 2 s'appliquent donc à un sous-échantillon d'adhérent-es ayant droit à une tarification différenciée. Ces derniers correspondent toutefois à la majorité des adhérent-es (87% en 2025).

La **comparaison** des résultats d'enquête avec les **années précédentes** n'a pas été faite systématiquement, sauf évolution notable. Ainsi, sauf précision, les tendances d'une année à une autre sont semblables.

Conditions de l'enquête

L'enquête a été menée **intégralement en face à face avec les adhérent-es interrogés-es**, aux moments des épiceries de chaque groupement d'achat de l'association VRAC Paris, entre octobre et décembre 2024. Cette modalité d'enquête a permis d'éviter un biais lié à la fracture numérique, et laissant le choix aux personnes de lire les questions par elles-mêmes ou de les écouter et d'y répondre à l'oral afin qu'elles soient le plus à l'aise possible. Étant donnée la spécificité du public de l'association (fragilités et vulnérabilités socio-économiques), l'accompagnement physique des personnes sondées a permis de lever certaines appréhensions et de l'implicite, ainsi que de recueillir des verbatims.

Questionner les personnes rencontrées physiquement revient également à s'assurer que les personnes interrogées sont celles qui sont "actives" dans l'association, c'est-à-dire qui viennent régulièrement en épicerie. Ainsi, et sans prétendre à une scientificité parfaite donc, les données quantitatives et qualitatives construites à partir de ces sondages expriment un **échantillonnage représentatif des adhérent-es de VRAC Paris**.

Interroger des publics vulnérables sur leur vécu et leurs situations peut être vecteur de violences et reproduire certaines formes de domination. Des précautions ont ainsi été prises, notamment par la conduite du questionnaire par une personne connue des adhérent-es ou du moins accompagnée par l'équipe associative, afin d'assurer qu'il puisse y avoir un lien de confiance entre cette personne et celle répondant aux questions. Des questions telles que celle demandant si les adhérent-es se reconnaissent dans une situation de revenus modestes, de handicap ou de famille monoparentale peuvent être délicates. Touchant à des sujets qui peuvent être perçus comme stigmatisants, méprisants ou associés à une honte sociale, ces questions sont d'autant plus difficiles qu'elles demandent aux adhérent-es de faire preuve de leur situation, chose qui leur est souvent imposée pour accéder à leurs droits. Il était ainsi **essentiel de réaliser les entretiens en personne, dans le cadre à la fois familial et confidentiel des épiceries.** De plus, le fait de réaliser l'enquête sur trois cycles consécutifs d'épiceries a permis de capter un maximum de personnes, y compris celles qui n'avaient pas le temps de répondre un certain mois et ont pu tenter de s'organiser pour y répondre le mois suivant.

Chaque entretien a duré entre **5 et 10 minutes environ**. On a proposé aux adhérent-es **passant en caisse ou attendant pendant qu'elles et ils récupéraient leurs commandes** de passer quelques minutes avec Anne-Pauline (ou avec Aline et Gaëlle (salariées de VRAC Paris) lorsque et si elles étaient disponibles) pour répondre à l'enquête annuelle. L'objet et les objectifs de l'enquête ainsi que l'anonymat et la confidentialité des données ont alors été systématiquement énoncés. Ces conditions matérielles de réalisation de l'enquête, aussi distinctes soient elles d'un dispositif expérimental et aléatoire, n'en atténuent pas moins sa portée et sa valeur scientifique. Au contraire, interroger les adhérent-es en personne et en situation, tout en **tenant compte de leurs contraintes matérielles pour répondre à l'enquête** (manque de temps à cause des courses à récupérer, des enfants, du travail, de l'état physique ou de fatigue) et en les aménageant (faire le questionnaire à un moment de creux pour les bénévoles, le faire pendant la récupération des courses pour les adhérent-es plus pressé-es, etc.) permet de **rendre compte de leur expérience tout en relevant une part d'indicible en dehors du contexte.**

Outils et supports méthodologiques

Une grille de 21 questions (cf. annexe) a été préparée en amont par l'équipe VRAC Paris et Anne-Pauline de Cler, doctorante en sociologie (CNAM-CNRS). Le questionnaire a été construit de sorte à recueillir des données **quantitatives** (questions fermées, à choix uniques et multiples) et **qualitatives** (questions ouvertes, dont les réponses ont été recueillies sous forme de verbatims transcrits en direct, sur ordinateur, lors de la réalisation du questionnaire). Les questions ont été énoncées à l'oral et présentées sur ordinateur aux adhérent-es interrogé-es.

Avec les recommandations et le partage d'un questionnaire réalisé par **Action Contre la Faim** (ACF) dans le cadre d'un diagnostic territorial dans le XVIIIème arrondissement de Paris, l'outil KoboToolBox a été utilisé. ACF a ainsi participé à la suggestion de questions, à la relecture du rapport et à la formulation de recommandations sous forme de focus groups.

L'outil **KoboToolBox** a servi à construire et numériser le questionnaire ainsi que pour collecter les données, qui ont ensuite été exportées et analysées sur Excel. Excel a donc été utilisé pour nettoyer et analyser les données quantitatives. Les données qualitatives

ont été nettoyées (correction des fautes de frappe et des raccourcis dans la transcription, mais les propos ont été inchangés ou modifiés à la marge pour faciliter la compréhension) et analysées à partir d'un codage à la main et d'un tri sous forme de tableau.

Limites et pistes d'amélioration

En raison de la taille de l'échantillon d'enquête et de la méthodologie utilisée, les résultats de l'enquête ne peuvent être considérés comme représentatifs de l'ensemble du public d'adhérent-es VRAC Paris, au sens statistique du terme. En revanche, **les résultats nous donnent bien des indications pertinentes quant à une part « active »** des adhérent-es VRAC, avec une possible légère sur-représentation de celles et ceux qui ont la tarification à -50%.

Quelques questions mériteraient d'être développées à l'avenir en sous-questions à des fins d'approfondissements, comme la question relative au bénévolat ou à la santé par exemple. Ces deux sujets pourraient d'ailleurs respectivement faire l'objet d'enquêtes en soi. La question de la santé, par ailleurs, a pu être formulée de manière à favoriser des réponses positives. Il serait donc souhaitable de la formuler de manière plus neutre dans les futures enquêtes. Nous envisagerons aussi d'ajouter une option de réponse « je ne sais pas » à chaque question, cette réponse n'ayant été enregistrée que sous forme de verbatims. Lorsqu'aucune réponse n'a été enregistrée pour une question, celle-ci a été comptabilisée comme « je ne sais pas », hormis pour le cas où la personne interrogée a dû interrompre le questionnaire.

La **question portant spécifiquement sur le budget a également été ajoutée en cours d'enquête**. Les réponses à la question 11 (« Quel effet la tarification différenciée a-t-elle eu sur votre consommation de produits alimentaires de qualité ») ont soulevé un élément majeur, notamment pour celles et ceux pour lesquelles la tarification a permis de maintenir une alimentation de qualité : la tarification a un impact sur le budget alimentaire des adhérent-es VRAC. Afin de mesurer cet effet, une question a été ajoutée au questionnaire : « Diriez-vous que la tarification différenciée a eu un effet positif sur votre budget alimentaire ? ». Les possibilités de réponse (choix unique) étaient les suivantes : Oui beaucoup ; oui, un peu ; non, pas trop ; non, pas du tout ; je ne sais pas. Cette question a donc été posée à **60 adhérent-es** ayant une tarification différenciée. Nous extrapolons ces résultats à l'ensemble des adhérent-es ayant une tarification différenciée qui ont été interrogés.

Un biais qui a pu avoir un effet sur le nombre de personnes interrogées (davantage que sur certains profils) est le **niveau de fluidité de l'épicerie** durant laquelle les entretiens ont été faits. En effet, si l'équipe associative était en sous-effectif ou les bénévoles trop peu nombreuses, cela a pu générer davantage d'attente et quelques frustrations pour les personnes venant récupérant leur commande, les rendant moins disponibles à répondre à l'enquête. De plus, la priorité était donnée à rendre un coup de main à l'épicerie par rapport à l'enquête, dans les cas où c'était vraiment nécessaire. Sans biaiser fondamentalement les résultats de l'enquête, ce sujet soulève la question des capacités pour mener au mieux une telle enquête, dans un contexte associatif où les moyens opérationnels sont sous pression.

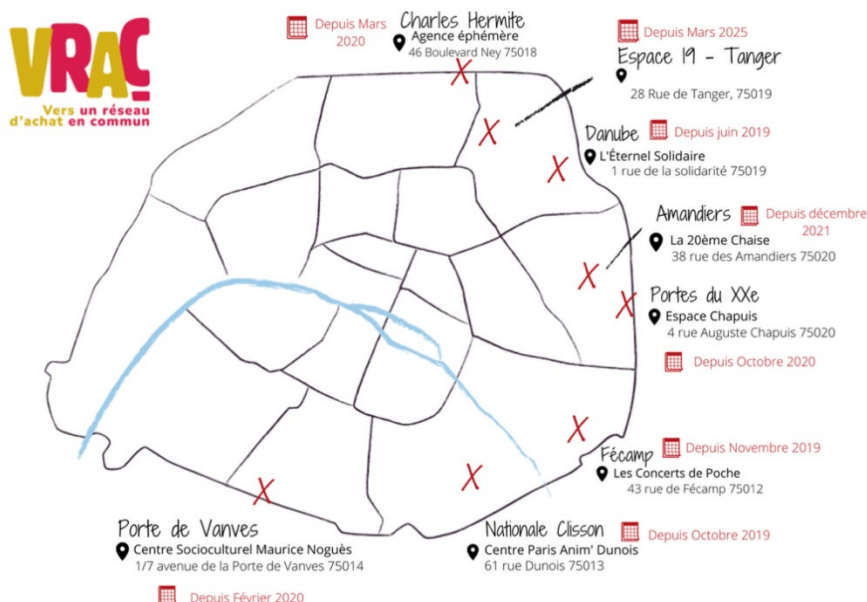


1.

Profils des adhérent.es de VRAC Paris

Répartition de l'échantillon par groupement

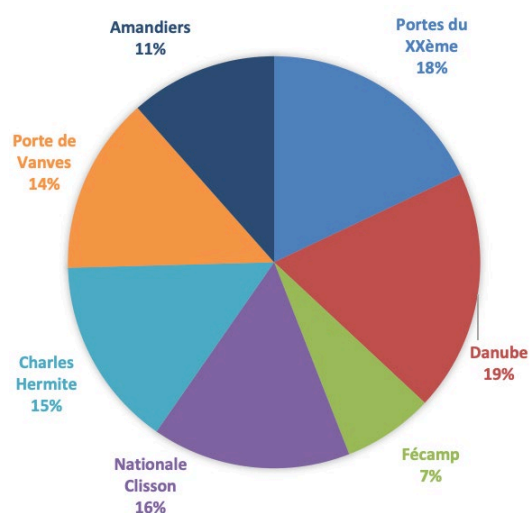
Figure 1. Carte des groupements d'achat VRAC Paris



Note : tous les groupements d'achat VRAC Paris sont situés dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV), hormis Fécamp et Nationale Clisson (depuis 2024). Source : VRAC Paris.

295 personnes ont été interrogées au cours de trois cycles d'épicerie, entre octobre et décembre 2024.

Graphique 1. Répartition du nombre de répondant-es par groupement (N=295)



La répartition du nombre de répondant-es par groupement reflète globalement la taille des groupements d'achats de l'association.

188 et 196 personnes avaient respectivement été interrogées aux enquêtes de 2023 et 2022. En 2024, **l'enquête a été conduite sur une durée plus longue** (3 cycles d'épicerie vs. 2 les années précédentes), **permettant de l'enrichir sur le plan quantitatif notamment, mais aussi sur le plan qualitatif.**

Échantillonnage et tarification différenciée

L'augmentation de la taille de l'échantillon d'enquête en 2024 permet de rendre compte de l'évolution du nombre de foyers adhérent-es à l'association, celui-ci étant passé de **681 en 2023 à 845 en 2024 (hausse de 24%) et 914 en 2025**. L'échantillon représente ainsi plus d'un tiers (34,9%) des adhérent-es VRAC Paris. Les conditions matérielles d'enquête (conduite au moment des épicerie, confidentialité des données des adhérent-es,

anonymisation des répondant-es, disponibilité limitée de la personne menant l'enquête³) n'ont pas permis de construire un échantillon aléatoire ou artificiellement représentatif de la population d'adhérent-es. Si l'échantillon n'est donc pas statistiquement représentatif de l'ensemble des adhérent-es de VRAC Paris, il représente toutefois celles et ceux qui participent aux groupements d'achats et ont une présence active dans l'association. Autrement dit, **si les résultats de l'enquête ne sont pas généralisables à l'ensemble des adhérent-es de l'association au sens scientifique, ils offrent des éclairages pertinents sur un échantillonnage d'adhérent-es actifs.**

L'échantillon d'enquête permet également de rendre compte d'une évolution qualitative dans la composition des adhérent-es à l'association, liée à l'inclusion de nouveaux profils d'adhérent-es via la mise en place d'une tarification différenciée avec la subvention du Fonds Mieux Manger Pour Tous depuis janvier 2024. Ces profils sont notamment ceux de personnes concernées par des situations économiques modestes ou précaires :

- **Un rabais de -10% sur le prix courant** pour les denrées alimentaires concernant les adhérent-es percevant des revenus modestes, avec comme critère objectivable le fait d'être non-imposable sur les revenus ou de résider dans un logement social du QPV / quartier populaire d'implantation du groupement.
- **Un rabais de -50% sur le prix courant** pour les denrées alimentaires concernant les adhérent-es percevant minima sociaux et/ou orientées par des services sociaux.

Les résultats de l'enquête 2024 reflètent donc un public dont les profils sont en partie plus précarisés sur les plans économiques, sociaux et alimentaires.

Genre

Comme en 2023 et 2022 (84% et 81,6% respectivement), **plus de 80% des personnes interrogées** sont des **femmes**, ce chiffre atteignant **87% en 2024**. Cette majorité est non seulement représentative de la composition en termes de genre des personnes adhérant à l'association, elle représente aussi la charge (mentale et physique) qui incombe majoritairement aux femmes dans les tâches domestiques en général et liées à l'alimentation en particulier. Cette tendance se renforce chez les femmes issues de milieux populaires.

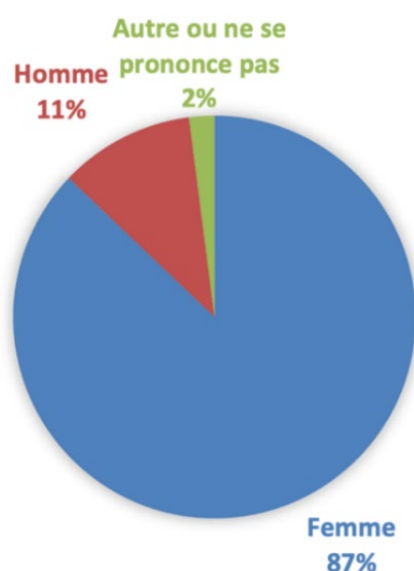
Les statistiques aux échelles nationales et internationales (IFOP 2019; INSEE 2015) témoignent d'une **inégaie répartition des tâches domestiques et alimentaires en termes de genre et de classe**, soit d'une division sexuelle et sociale du « travail alimentaire » (Fournier et al. 2015; Mathieu et al. 2023; Tadli 2019). Qu'il s'agisse de planifier des menus, gérer les budgets alimentaires, faire les courses, transporter et ranger les courses, gérer les stocks, anticiper et cuisiner les repas, les servir, nourrir les enfants, laver la vaisselle, etc., les femmes sont largement sur-représentées dans l'accomplissement de ces tâches alimentaires, et d'autant plus lorsqu'elles sont issues de milieux populaire (Collectif Rosa Bonheur 2017).

³ Doctorante en troisième année de thèse de sociologie (Lise, CNAM) sur les alternatives alimentaires.

À l'échelle du territoire français, ce sont majoritairement les femmes qui se chargent des courses (**63%** en **moyenne générale**, **73%** dans les **ménages aux revenus modestes** et **57%** dans les **CSP+**)(Esway 2019; Palomo 2019).

En général, les tâches dites domestiques (dont les tâches ménagères tel que le ménage, cuisine, linge, les courses et les tâches parentales) **sont majoritairement assurées par les femmes**. Si l'écart du temps consacré à celles-ci entre les hommes et les femmes s'est réduit sur les années, c'est davantage lié à une réduction de celui des femmes qu'à une augmentation de celui des hommes (Ricroch 2012). Des données montrent néanmoins une augmentation du nombre d'hommes faisant les courses (Rémy et Rémy 2012), mais ce n'est pas nécessairement ce qui est montré chez VRAC.

Graphique 2. Genre (N=295)



Certain-es des adhérent-es, en couple, viennent faire leurs courses à deux ou alors se répartissent les tâches. Souvent, ce sont les hommes qui viennent récupérer les courses (puis les transporter à la maison) tandis que les femmes s'occupent de la prise de commande (et donc de la préparation des contenants, de la planification des courses, des repas).

Plus rares, d'autres couples passent la commande et viennent récupérer leurs courses à deux. Des couples se partagent également le bénévolat fait chez VRAC.

« C'est ma femme qui s'est occupée de l'inscription mais on fait la commande tous les deux et c'est souvent moi qui vient chercher. »

(Adhérent Amandiers, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., tarif. -10%)

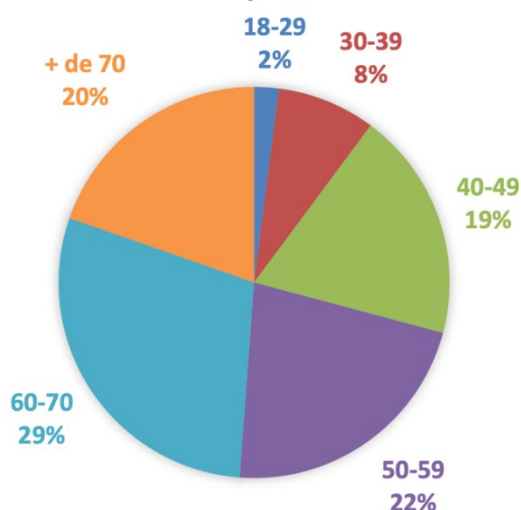
« Parfois j'ai pas le temps [de faire du bénévolat]. Mon mari quand il peut il vient. Mais ça veut dire qu'il va être en télétravail... donc c'est pas toujours possible mais on s'arrange. »

(Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., tarif. -10%)

Âge

Toutes les générations sont représentées au sein de groupements d'achats VRAC. 10% d'adhérent-es ont entre 18 et 39 ans ; 19% entre 40 et 49 ans ; 22% entre 50 et 59 ; 29% qui en ont entre 60 et 70 ; et 20% en ont plus de 70. **Ces données montrent une certaine diversité** intergénérationnelle au sein de l'association, avec une **représentation importante des plus de 60 ans (49%)**.

Graphique 3. Âge (N=295)



On peut expliquer la très légère baisse de la part des personnes de plus de 60 ans par rapport à l'année dernière (50,8%) par l'évolution du public liée à l'introduction de la tarification différenciée.

En effet, les adhérent-es ayant droit aux tarifications à -50%, plus nombreuses cette année, sont pour la plupart âgées (67,1%) de moins de 60 ans (cf. tableau 1).

Tableau 1. Répartition des tranches d'âges (en %) par tarification (N=295)

Tarification	Âge						Total (N)
	18-29	30-39	40-49	50-59	60-70	70 et +	
Prix coûtant	4,7%	4,7%	18,6%	30,2%	20,9%	20,9%	43
-10% du prix coûtant	1,8%	8,3%	14,9%	16,1%	32,1%	26,2%	167
-50% du prix coûtant	1,2%	9,5%	27,4%	29,8%	27,4%	6,0%	85
Total (%)	2,0%	8,1%	19,0%	22,0%	29,2%	19,7%	295

Comme le montrent les verbatims ci-dessous, en plus de la mixité intergénérationnelle qui existe chez VRAC, cette association permet de faire du lien social entre des adhérent-es de plusieurs générations, notamment des jeunes et des personnes âgées, souvent isolées.

« En tant que bénévole je trouve ça bien de parler avec des gens. Avant j'étais au chômage, maintenant à la retraite et je me sens complètement coupé de la jeunesse. Je rencontre des gens dans mon quartier et c'est que des troisième, quatrième âges. J'ai envie de rencontrer les jeunes. Mais [VRAC] c'est une seule fois par mois. C'est intergénérationnel. »

Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seul, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Ici tout le monde est sympathique, et y'a des jeunes, et on va faire un atelier avec des haricots rouges. »

(Adhérente Fécamp, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

La répartition des âges varie légèrement entre les groupements. La part des **plus de 60 ans** est la suivante **selon les groupements** :

- Amandiers : 68%
- Charles Hermite : 50%
- Danube : 46%
- Fécamp : 43%
- Nationale Clisson : 50%
- Portes de Vanves : 34%
- Portes du XXème : 51%

Les variations peuvent être attribuées à l'ancrage partenarial et territorial de l'association, celle-ci mettant en place les épiceries dans des lieux qui concernent davantage des publics âgés, comme à l'UNRPA (Union Nationale des Retraités et des Personnes âgées) pour le groupement d'Amandiers.

Tableau 2. Répartition des tranches d'âge (en%) par groupement (N=295)

Groupement	Tranche d'âge						Total (N)
	18-29	30-39	40-49	50-59	60-70	70 et +	
Amandiers	2.9%	0.0%	8.8%	20.6%	32.4%	35.3%	34
Charles Hermite	2.3%	6.8%	22.7%	18.2%	34.1%	15.9%	44
Danube	5.4%	10.7%	17.9%	19.6%	19.6%	26.8%	56
Fécamp	0.0%	4.8%	23.8%	28.6%	33.3%	9.5%	21
Nationale Clisson	0.0%	6.5%	21.7%	21.7%	39.1%	10.9%	46
Porte de Vanves	0.0%	14.6%	29.3%	22.0%	24.4%	9.8%	41
Portes du XXème	1.9%	9.4%	11.3%	26.4%	26.4%	24.5%	53
Total (%)	2.0%	8.1%	19.0%	22.0%	29.2%	19.7%	295

Parmi les adhérent·es sondé·es :

- **56%** (soit 81 sur 144) des **plus de 60 ans** sont des **ménages vivant seuls**.
- **62%** (soit 36 sur 58) des **plus de 70 ans** sont des **ménages vivant seuls**.

Il y a donc une légère sur-représentation des ménages vivant seuls dans la part des adhérent·es les plus âgées des groupements VRAC. Celles-ci sont également majoritairement des femmes.

En 2024 se confirme la tendance forte pour VRAC Paris à toucher les personnes âgées de plus de 60 ans. Comme le montrent les statistiques (cf. ci-dessous) à l'échelle de la ville de Paris et des quartiers d'implantation des groupements de l'association, VRAC touche les personnes âgées et les jeunes de façon inversement proportionnelle à leur présence dans leur quartier. Cela s'explique par plusieurs facteurs comme la disponibilité, le pouvoir d'achat ou encore volonté de sortir de l'isolement.

À **Paris**, les **tranches d'âge** sont réparties de la manière suivante (Insee 2024a) :

- Entre 20 et 39 ans : 33,6%
- Entre 40 et 59 ans : 24,7%
- Entre 60 et 74 ans : 14,5%
- Plus de 75 ans : 9,3%

Les parts des personnes ayant **60 ans ou plus** dans chaque **quartier d'implantation prioritaires des groupements d'achat VRAC** sont les suivantes (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 23,5%
- Danube-Solidarité : 22,9%
- Porte de Vanves : 30,0%
- Les Portes du Vingtième : 25,4%
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 20,0%
- Nationale (quartier populaire) : 21% (de plus de 65 ans)
- Vallée de Fécamp (quartier populaire) : 18% (de plus de 65 ans)

En **moyenne**, la part des **personnes ayant 60 ans ou plus** dans les **quartiers d'implantation des groupements d'achat VRAC en QPV** (hors Fécamp et Nationale) est de **23%**.

Les parts des **personnes ayant moins de 25 ans** dans chaque **quartier d'implantation prioritaires des groupements d'achat VRAC** sont les suivantes (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 33,9%
- Danube-Solidarité : 32,9%
- Porte de Vanves : 25,6%
- Les Portes du Vingtième : 31,6%
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 26,3%
- Nationale (quartier populaire) : 29%
- Fécamp (quartier populaire) : 27%

En **moyenne**, la part des **personnes ayant moins de 25 ans** dans les **quartiers d'implantation des groupements d'achat VRAC** est de 29.5%.

Taille et composition du foyer

En additionnant la taille des foyers des adhérent-es ayant répondu à l'enquête, on obtient 691 personnes. On peut donc dire que l'enquête de 2024 représente **691 personnes s'alimentant chez VRAC**.

Dans la population française, les **ménages composés d'une seule personne** sont légèrement plus d'un tiers (**38,0% en 2021**) (Insee 2024b), tandis qu'à **Paris**, ceux-ci sont représentés à **52,7%** en 2021 (Insee 2025b). Dans les **quartiers prioritaires** d'implantation des groupements d'achat VRAC en revanche, la **part des ménages d'une personne** varie entre 35,3% et 52,3% (Insee 2025a) :

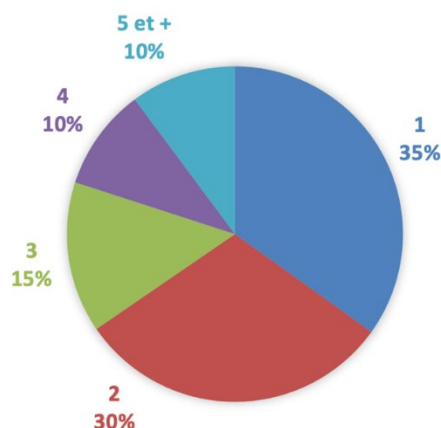
- Charles Hermite : 35,3%
- Danube-Solidarité : 43,7%
- Porte de Vanves : 45,8%
- Les Portes du Vingtième : 39,5%
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 52,3%

La **part des ménages d'une personne** est, en **moyenne**, dans les quartiers d'implantation des groupements d'achats VRAC hors QPV (Fécamp et Nationale) de **43,32%**.

Comme les deux années passées, une tendance dans la composition des foyers des adhérent-es VRAC Paris se dégage. La répartition est tripartite :

- **Un peu plus d'un tiers des adhérent-es vivent seul-es** (35% vs. 39,4% en 2023 et 33,2% en 2022)
- **Un tiers des adhérent-es vivent à deux** (couples, familles monoparentales avec enfant unique – 30% vs. 27,7% en 2023 et 28,6% en 2022)
- **Un peu plus d'un tiers des adhérent-es sont des familles** (35% vs. 34% en 2023 et 38,3% en 2022). Parmi ces dernières, 40% sont des familles nombreuses (3 enfants ou plus). Un seul des foyers de plus de 3 personnes est une colocation.

Graphique 4. Composition du foyer (N=295)



Focus foyers monoparentaux

Les **familles monoparentales** sont **fortement représentées dans les familles adhérentes à VRAC**. Leur répartition selon la taille des foyers est la suivante :

- **47,8%** des foyers de **2 personnes** (soit 43 sur 90) sont des **familles monoparentales**. La quasi-totalité d'entre elles sont des mères (41 sur 43) avec enfant unique. Dans les deux autres cas il s'agit d'un père et d'un parent non-binaire avec enfant unique.

- **34,9%** des foyers de **3 personnes** sont des **familles monoparentales**. Toutes sont des mères.
- **37,9%** des foyers de **4 personnes** sont des **familles monoparentales** (et donc des **familles nombreuses**). Toutes sont des mères, sauf un parent non-binaire.
- **30%** des foyers de **5 personnes** (ou plus) sont des **familles monoparentales** (et donc des **familles nombreuses**). Toutes sont des mères.

L'enquête a permis de souligner les difficultés nombreuses et particulières auxquelles font face les familles monoparentales et réciproquement l'intérêt que VRAC représente pour elles dans leur situation de précarité. Comme l'indique le verbatim ci-dessous, cette situation n'est pas toujours prise en compte, en dépit de la réalité difficile qu'elle représente.

« **Famille monoparentale je l'ai été depuis des années mais ça a jamais été pris en compte... »**

(Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 3, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

Dans la population française, **25% des familles sont des familles monoparentales** (Algava, Bloch, et Robert-Bobée 2021), dont **81% sont composées d'une mère** avec enfant(s). Elles connaissent un taux de pauvreté plus élevé que les familles composées d'un couple avec enfant, respectivement de 20% et 7% (Centre d'observation de la société 2025).

À **Paris**, celles-ci sont sur-représentées, atteignant les **30%** et étant à **85%** composées de mères et de leur(s) enfant(s) (Ville de Paris 2023). Dans les **quartiers prioritaires** d'implantation des groupements d'achat VRAC, la **part des familles monoparentales** varie entre 17,0% et 50,3% (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 34,7%
- Danube-Solidarité : 37,4%
- Porte de Vanves : 50,3%
- Les Portes du Vingtième : 38,5%
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 25,5%
- Nationale (quartier populaire) : 46%
- Fécamp (quartier populaire) : 36%

La **part des familles monoparentales** est, en moyenne, dans les quartiers d'implantation des groupements d'achats VRAC de 38.3%.

Parmi les personnes vivant seules, 4 d'entre elles ont indiqué être des familles monoparentales. Cette indication signifie, pour certaines, que les enfants ne sont plus à leur charge mais qu'elles les ont élevés seule, ce qui a des répercussions sur leur situation économique actuelle. Pour d'autres, si le ou les enfants ne vivent pas ou plus dans le même foyer ou sont majeurs, elles ont toutefois indiqué les aider financièrement, y compris en

leur offrant des courses faites chez VRAC. D'autres ont déclaré avoir été des familles monoparentales, sans avoir coché la réponse car leurs enfants sont désormais adultes.

« Je suis sous anti-dépresseur et je stresse pour un rien donc j'ai peur de mal faire. Je n'ai pas dit "famille monoparentale" tout à l'heure mais je l'ai été. Ça a été très dur, les trois quarts de mes revenus passaient dans le loyer. Je relevais de l'aide alimentaire mais je n'y suis pas allée. »

(Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« J'étais famille monoparentale. Ma fille est adulte, je vis seule mais je prends souvent les courses pour elle. »

(Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Parmi les 78 familles monoparentales⁴ représentées dans l'enquête, 2 d'entre elles ont des bébés (entre 0 et 3 ans). Dans celles-ci, il y a 49 enfants âgés entre 4 et 14 ans, et 70 adolescent·es ou jeunes adultes âgé·es entre 15 et 25 ans. Ce résultat dénote de ce qu'on peut observer à l'échelle du XVIII^{ème} par exemple (Action contre la Faim, 2025), où les familles monoparentales sont davantage nombreuses à avoir des bébés.

Cette catégorie de public n'entre pas dans le dispositif VRAC pour plusieurs raisons (hypothèses) : manque de temps, les horaires d'épicerie ne conviennent pas, et offre de produits qui ne correspond pas (pas de produits pour bébés dans l'épicerie VRAC : e.g. pas de couches, de poudre bébé etc. et à l'inverse des produits qui mettent du temps à cuisiner).

Dans l'ensemble, il y a **41 familles nombreuses** (au moins 3 enfants) représentées dans l'enquête, soit 13,9% de l'échantillon. Presque la moitié d'entre elles (20 sur 41) sont des familles monoparentales.

« Je ne prendrai jamais de miel ou d'huile d'olive [sans la tarification différenciée]. J'ai trois enfants et je cuisine tout le temps ! Et je prends toujours 3 kg de chaque fruits et légumes ! Dans les autres magasins je prendrai 1 kg pour dépanner... »

(Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

⁴ Sans compter les 4 familles monoparentales déclarant vivre seule. Au total, il y a 82 familles monoparentales.

« Je me prive de tout parce que j'aide mes enfants qui sont dans les études supérieures. C'est pour ça que ma base est importante. Et même avec ma façon de m'alimenter je suis quand même en carence. »

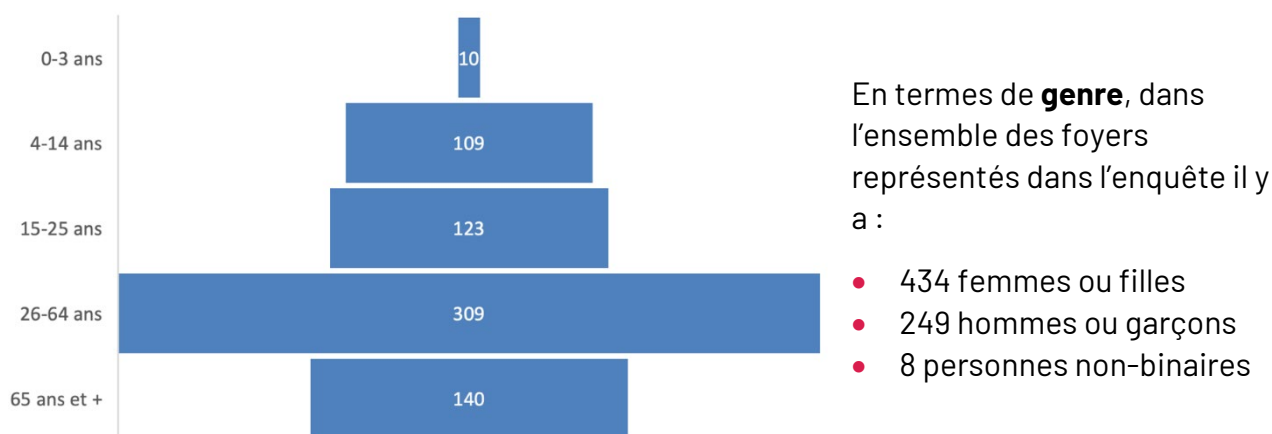
(Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., étudiante, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« Y'a certaines choses c'est un peu compliqué par rapport au budget. La viande, le poisson c'est très cher. C'est compliqué de manger ces trucs là maintenant. On se rattrape sur les légumineuses. [...] Par exemple les restaurants on se permet pas parce que c'est compliqué et ça fait deux ans que mes enfants ne vont pas au ciné. Parce que ça coûte très cher et on est beaucoup. »

(Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

Composition des foyers en termes d'âge et de genre

Graphique 5. Pyramide des âges des foyers adhérents (N=691)



Le genre féminin est donc sur-représenté dans la composition des foyers représentés dans l'enquête (à 62,8%, soit 434 femmes ou filles sur 691 personnes dans l'ensemble des foyers). Cette sur-représentation s'explique par le fait que les **femmes** sont plus nombreuses à être des **familles monoparentales** ou à **vivre seule**, en étant par ailleurs **plus âgées**. Individuellement et cumulées, ces caractéristiques sont des facteurs de risque de pauvreté.

À **Paris**, les **femmes** sont en effet plus nombreuses que les hommes à composer des foyers de 1 personne, soit à **vivre seules**. En effet, elles représentent 30,5% des ménages d'une personne, tandis que les hommes en représentent 22,3% (Insee 2025b). Dans les **quartiers prioritaires** d'implantation des groupements d'achat VRAC, la **part des femmes parmi les ménages d'une personne** varie entre 48,8% et 64,6 (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 56,9%
- Danube-Solidarité : 54,2%
- Porte de Vanves : 64,6%
- Les Portes du Vingtième : 58,7%
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 48,8%

La **part des femmes parmi les ménages d'une personne** est, en **moyenne**, dans les quartiers d'implantation des groupements d'achats VRAC (hors Qpop) de **56.6%**.

Ces parts vont en s'accroissant dans les ménages d'une personne de plus de 60 ans. Effectivement, dans les **quartiers prioritaires** d'implantation des groupements d'Achat VRAC, la **part de femmes dans les ménages d'une personne de 60-74 ans et 75 ans et plus respectivement** varie entre (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 65,3% (69-74 ans) et 83,1% (75 ans et +)
- Danube-Solidarité : 68,8% (69-74 ans) et 77,7% (75 ans et +)
- Porte de Vanves : 71,4% (69-74 ans) et 88,5% (75 ans et +)
- Les Portes du Vingtième : 65,3% (69-74 ans) et 83,1% (75 ans et +)
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 64,7% (69-74 ans) et 77,3% (75 ans et +)

La **part des femmes parmi les ménages d'une personne de 60-74 ans** est donc en **moyenne**, dans les quartiers d'implantation des groupements d'achats VRAC (hors Qpop) de 67.1%. De même, celle des femmes parmi les ménages d'une personne de plus de 75 ans est, en moyenne, de 79.4% .

Comme l'indiquent les verbatims ci-dessous, le mode de consommation alimentaire portée par le réseau VRAC convient aux habitudes de ces différents types de ménages, soit aussi bien aux personnes seules qu'aux familles nombreuses. D'autres encore expriment l'esprit de solidarité entre ces différents types de foyers propre au groupement d'achat.

« J'utilise ce que j'ai besoin et pas la surconsommation qu'on fout à la poubelle après. Je suis toute seule, je vais pas acheter pour une famille nombreuse. Le vrac on prend ce qu'on veut. Je trouve c'est bien. »

(Adhérente Amandiers, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -50%)

« Dattes, pruneaux tout ça je me permets d'acheter ici. Le plus gros avantage pour moi c'est que vous permettez de prendre soit une petite quantité soit une grande quantité. Par exemple chez Leclerc si j'ai besoin de prendre de l'huile de Colza je dois prendre un litre et en tant que personne âgée ça dure longtemps. Ici j'ai pris 250 ml. C'est pratique. On consomme ce dont on a besoin. Puis pour éviter les cafards, faire le ménage et tout ça c'est bien. »

(Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -50%)

« Ici je prends des petites quantités je suis tout seul je vais pas stocker et ça c'est un truc solidaire faut qu'il y en ait pour tout le monde après je peux comprendre ceux qui ont des enfants. Ici l'esprit c'est le partage. »

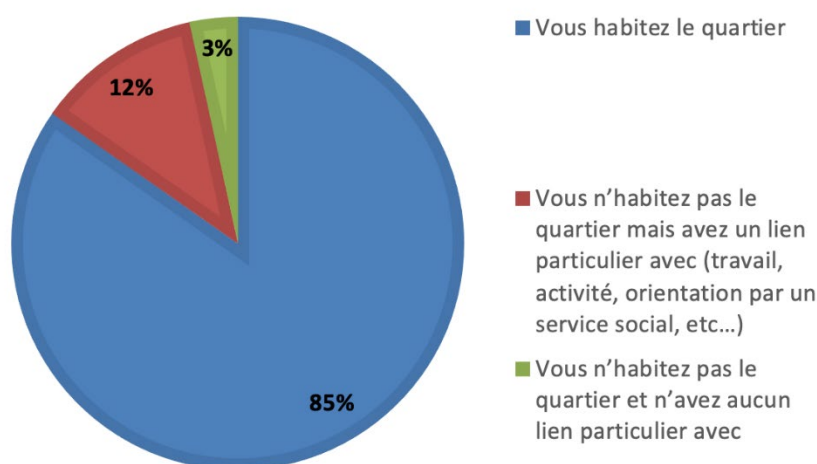
(Adhérent Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seul, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Lien avec le quartier

Tous les groupements d'achats VRAC sont situés au cœur de quartiers « populaires » de Paris. [Avec le Pacte parisien pour les quartiers populaires, Paris s'est doté d'une géographie d'intervention plus étendue](#) que celle prévue par la loi avec les quartiers prioritaires (QPV).

En mars 2025, un huitième groupement d'achat VRAC Paris a été créé en partenariat avec le centre social Espace 19 Tanger dans le QPV Stalingrad-Riquet, 6 groupements d'achats sur 8 sont dans des quartiers **formellement reconnus comme prioritaires au regard de la Politique de la Ville (QPV)**. Les deux autres quartiers : Fécamp et Nationale sont reconnus "quartier populaires" selon la ville de Paris. Aussi, VRAC Paris mène depuis 2024 plusieurs actions d'aller-vers (pied d'immeuble, cycle d'ateliers cuisine...) au cœur du QPV Oudiné-Chevaleret et en lien avec les partenaires associatifs du quartier, plusieurs habitants de ce QPV sont adhérents au groupement Nationale, faisant rayonner ce dernier au-delà du quartier d'implantation.

Comme les deux années précédentes, les chiffres montrent que les groupements d'achats touchent pleinement les habitant-es des quartiers d'implantation, l'action étant inscrite au niveau local grâce notamment aux actions d'allers-vers en cœur de quartier (dégustation, ateliers de cuisine de rue, ateliers de cuisine thématiques au sein d'équipements de proximité...). Ces tendances dénotent également d'une **bonne appropriation par les adhérent-es de l'offre de proximité de leur quartier** et de **l'ancrage territorial dans le développement du projet VRAC**.

Graphique 6. Lien avec le quartier (N=295)

- **85%** des personnes sondées indiquent **habiter le quartier d'implantation de leur groupement d'achat VRAC**. Souvent, les personnes ont spécifié habiter juste à côté du lieu d'épicerie (« dans le même immeuble », « dans la rue », « juste derrière »), et pour certaines depuis de nombreuses années.

« Je viens pour la proximité, j'ai connu ça de ma voisine qui m'a dit c'est sympa y'a une asso en bas dans le quartier tu peux bénéficier des produits moins chers. Je pense qu'il y a des produits qui sont moins chers qu'au marché. Surtout avec les -50%. C'est une super idée. On rencontre des gens on discute limite on a le temps de boire un café. »

(Adhérente Amandiers, 18-29 ans, locataire en logement social, vit à 2, en recherche d'emploi, étudiant-e revenus modestes, tarif. -50%)

- **12%** des personnes sondées indiquent **ne pas habiter le quartier d'implantation de leur groupement d'achat, mais avoir un lien particulier avec**. 4 d'entre elles ont rejoint le groupement en ayant été **orientées par un service social**. D'autres ont connu le groupement d'achat et le quartier en y travaillant, en y faisant une activité, ou via de la famille ou des ami-es y vivant. Pour d'autres encore, **vivant dans d'autres QPV à proximité du quartier du groupement d'achat**, elles ont rejoint le groupement d'achat en ayant participé à une animation ou une action « d'aller-vers » organisée par l'association dans ces quartiers, ou encore en ayant été orientées par les partenaires de l'association dans d'autres QPV (centre social, association, épicerie solidaire, etc.⁵).

⁵ Parmi les partenaires de l'association mentionnés par les adhérent-es il y a : Ayyem Zemen, le Marché solidaire, le centre social Rosa Parks, le centre social Maurice Noguès, l'UNRPA, Saveurs en partage, le Petit Ney, le Centre Social Charenton.

- Ce chiffre témoigne donc des efforts d'« aller-vers » accomplis par l'association, réussissant à toucher des habitant-es d'autres QPV de proximité.
- **3%** des personnes sondées indiquent **ne pas habiter le quartier** de leur groupement d'achat VRAC. Certaines d'entre elles y habitaient anciennement et ont déménagé, mais continuent d'aller à ce groupement faute d'offre similaire dans leur nouveau quartier. Dans un cas, une personne habitait le quartier de son groupement d'achat, mais connaît aujourd'hui une situation de logement instable, ayant perdu son logement et étant hébergée. D'autres habitent dans des QPV à proximité de celui d'implantation du groupement d'achat. Dans d'autres cas, notamment pour des personnes âgées ou à mobilité réduite, le choix a été fait de rejoindre un groupement d'achat en dehors de leur quartier d'habitation en raison d'une plus grande facilité d'accès.

Les mêmes tendances se retrouvaient en 2023 et 2022, avec respectivement **86,1%** et **83,2%** des répondant-es indiquant habiter le quartier d'implantation de leur groupement d'achat, 8,0% et 10,7% indiquant ne pas y habiter mais avoir un lien avec, et 5,9% et 6,1% indiquant ne pas y habiter.

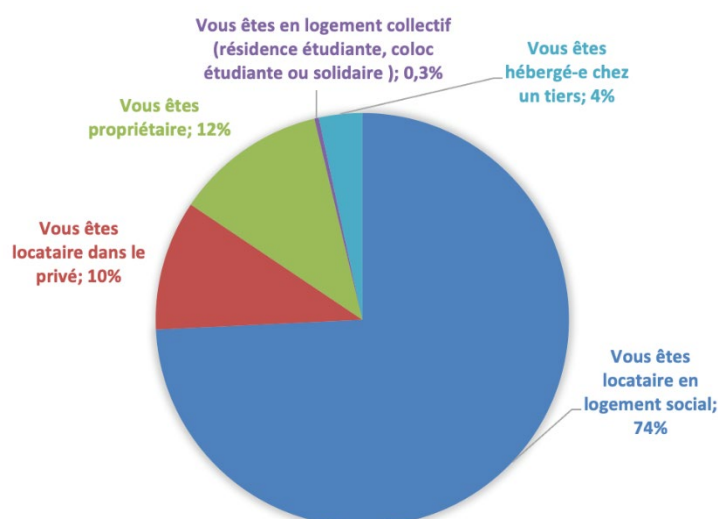
Des verbatims montrent l'ancrage territorial de l'association VRAC et les liens forts qu'elle a avec d'autres acteurs locaux, sociaux et associatifs, dans les QPV. En effet, pour certain-es adhérent-es, l'adhésion à l'association VRAC s'est faite par le biais d'autres partenaires locaux, avec qui VRAC coorganisait des événements ou auprès desquels l'association a mené des actions d'aller-vers.

Résidence

Presque trois quarts des adhérent-es répondantes à l'enquête (219 personnes sur 295, soit 74%) indique être locataire indique être **locataire du parc social, ceux-ci étant largement sur-représentés par rapport à la part de locataires en logement social dans la ville de Paris (21,7% en 2022⁶ et 25,5% en 2023⁷) et même dans les quartiers prioritaires (63,9% en 2020⁸).**

La composition d'adhérent-es VRAC vivant en logement social est en revanche représentative de celle des quartiers prioritaires d'implantation des groupements d'achats de l'association, à savoir en moyenne 79,2%.

Graphique 7. Résidence (N=295)



⁶ (Seilles 2025)

⁷ (APUR 2024)

⁸ (APUR 2020:8)

En 2023, la part de répondant-es indiquant être locataire en logement social était légèrement plus élevée (77,7% en 2023 vs. **74%** en 2024). Celle des répondant-es indiquant être hébergé chez un tiers a elle augmenté (de 1% en 2023 à 4% en 2024), reflétant le changement dans la composition des adhérent-es de l'association, avec les nouveaux profils, davantage précaires, qui l'ont intégrée.

La **part de logements sociaux dans les quartiers prioritaires où sont implantés les groupements d'achat VRAC Paris** sont les suivantes (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 93,2%
- Danube : 82,1%
- Oudiné Chevaleret (groupement Nationale Clisson) : 70,8%
- Porte de Vanves : 95%
- Grand Belleville (groupement Amandiers) : 39,0%
- Portes du XXème : 95%

En moyenne donc, la part de logements sociaux dans les quartiers d'implantation des groupements d'achats VRAC (hormis Fécamp, qui n'est pas un quartier prioritaire) est de 79,2%.

Parmi les 219 personnes **locataires du parc social**, 180 soit **82%** ont indiqué percevoir des **revenus modestes** (vs. 74% en 2023). Si la question n'a pas été posée cette année, comme l'année précédente, nous pouvons faire l'hypothèse que certain-es des adhérent-es ont des demandes de logement social en cours (33% des enquêté-es locataires dans le privé en 2022), y compris, comme l'indique les verbatims ci-dessous, des adhérent-es qui sont déjà locataires en logement social mais pour qui le loyer reste trop élevé et l'espace trop restreint.

« Le logement social est très cher, en attente de 16 ans pour changer pour un logement moins cher et plus grand, nous avons un deux pièces pour 6. J'ai fait des recours partout. »

(Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

Si 35 personnes ont indiqué être **propriétaire**, 24 d'entre elles soit **69%** ont également indiqué percevoir des **revenus modestes**. De même, parmi le 30 personnes **locataires du parc privé**, 24 soit un **80%** d'entre elles ont indiqué percevoir des **revenus modestes**.

« Je cherche un HLM parce que c'est trop petit, c'est 8m2. Ça fait 17 ans que j'ai une demande. Donc quand on dit propriétaire on sait pas... Mais c'est très difficile y'a beaucoup de choses à payer. »

(Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, propriétaire, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« 800 je paye tout avec. J'ai quand même bossé dur pour garder l'appartement. C'est une amie d'ATD Quart Mondes qui m'a dit de venir ici. »

(Adhérente Charles Hermite, 40-49 ans, propriétaire, vit seule, en recherche d'emploi, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

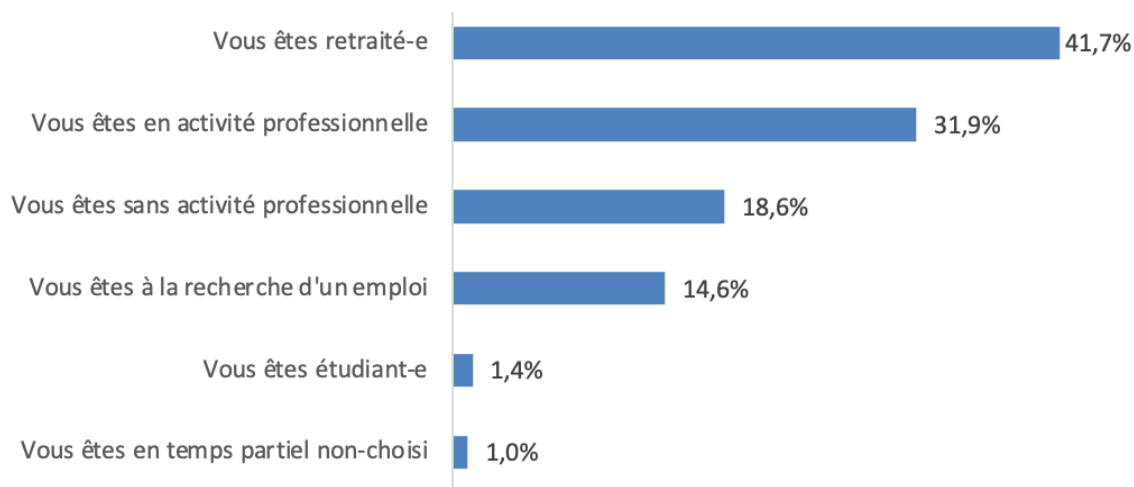
« Quand on n'a pas d'enfants et qu'on est propriétaire y'a énormément de charges (taxe foncière et copropriété) et avec inflation minima social d'aujourd'hui c'est pas le même qu'il y a 10 ans. »

(Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, propriétaire, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

Activité

Un peu plus d'un tiers des adhérent-es interrogé-es déclare avoir une **activité professionnelle** (dont 4 sont en temps partiel non-choisi, en raison de problèmes de santé ou alors étant en temps partiel et souhaitant travailler plus).

Graphique 8. Activité (N=295)



Note : Question avec réponse à choix multiple.

Le statut d'emploi des personnes ayant une activité professionnelle varie : certaines sont indépendantes ou auto-entrepreneur, comme d'autres sont salariées, ou encore intermittent du spectacle. **63** d'entre elles, soit **67%** ont indiqué percevoir des **revenus modestes**. Comme nous l'avions par ailleurs identifié empiriquement dans nos échanges avec les adhérent-es, la question des « travailleurs et travailleuses pauvres » se pose pleinement dans la réalité des adhérent-es de VRAC Paris.

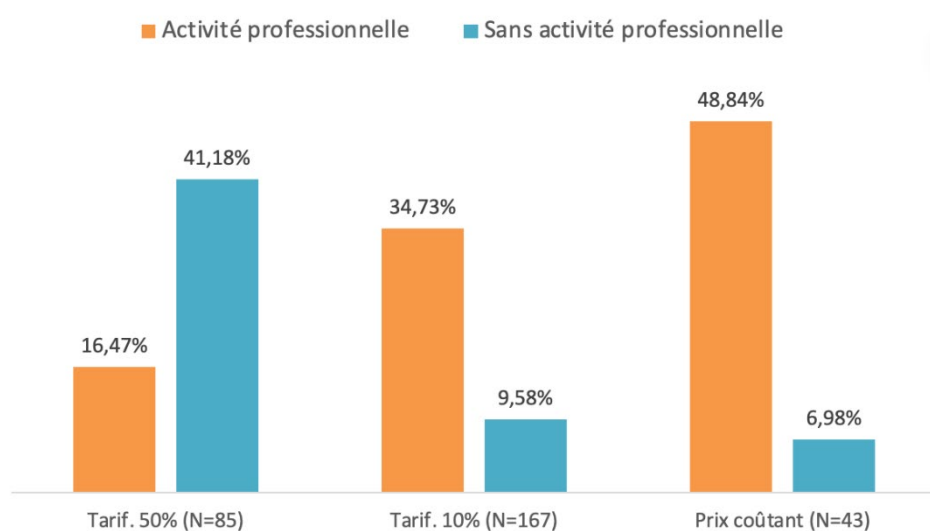
La **part de personnes déclarant avoir une activité professionnelle est plus faible que les deux années précédentes**, pour deux raisons possibles : les échantillons d'enquête des deux années précédentes sur-représentaient peut-être les adhérent-es ayant une activité professionnelle ; les adhérent-es de VRAC Paris sont aujourd'hui moins nombreuses

à avoir une activité professionnelle, ce qui est lié au changement dans la composition des adhérent-es VRAC.

En effet, la part des adhérent-es ayant droit à la **tarification à -50%** déclarant avoir une **activité professionnelle** est de **16,5%** (14 sur 85). Ils et elles sont donc proportionnellement moins nombreux-euses à avoir une activité professionnelle que l'échantillon global. En outre, l'ensemble des adhérent-es ayant la tarification à -50% et une activité professionnelle indiquent percevoir des revenus modestes. On pourrait ainsi les considérer comme faisant partie de la catégorie de « travailleurs et travailleuses pauvres ».

Pour celles et ceux ayant une tarification à -10%, la part d'adhérent-es ayant une activité professionnelle s'élève à 35% (59 sur 167), et pour celles et ceux qui ont accès au prix coûtant, à 49% (21 sur 43) (cf. Graphique 9 et Tableau 9).

Graphique 9. Part des adhérent-es avec et sans activité professionnelle selon tarification (N=295)



Notes : Question avec réponse à choix multiple.

Inversement, la part des adhérent-es répondant à l'enquête déclarant être **sans activité professionnelle** est de **19%** (55 sur 295). Parmi celles et ceux ayant droit à la tarification à -50%, cette part s'élève à 41% (35 sur 85), tandis que chez ceux ayant droit à la tarification à -10%, celle-ci s'élève à 10% (16 sur 167). Pour celles et ceux qui n'ont pas de tarification différenciée, 7% déclarent être sans activité professionnelle (3 sur 43). **Parmi les adhérent-es n'ayant pas d'activité professionnelle, une majorité (64,8%) a droit à la tarification à -50%** (cf. Graphique 9 et Tableau 9.).

Dans l'ensemble des adhérent-es déclarant être **sans activité professionnelle**, un tiers d'entre elles (soit 17 sur 55) sont à la **recherche d'un emploi**. Parmi celles et ceux qui n'ont pas d'activité professionnelle, certain-es ont indiqué être en invalidité, en arrêt maladie (pour maladie longue, opération par exemple), avoir à leur charge des enfants (6 dans un cas), être en attente de régularisation (dans un cas), être en formation, ou encore être allocataires de minima sociaux (par exemple revenu de solidarité active, allocation pour adultes handicapés, allocation de solidarité spécifique).

« Je suis en invalidité, j'ai été broyé par le monde du travail. Et en isolement. »

(Adhérent Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seul, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« J'ai des problèmes de santé mais je cherche du travail, je suis suivi par des psychologues de santé, Pôle Emploi m'ont envoyé là-bas. »

(Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Avant j'étais cantinière dans le 14ème, je travaillais avec la Mairie mais j'ai des maladies là je suis en invalidité catégorie 2. »

(Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« J'étais AVS [Auxiliaire de vie sociale] mais suite à un arrêt j'ai pas repris et c'était difficile de trouver un emploi à mi-temps après. »

(Adhérente Amandiers, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

En 2024, le **taux d'emploi** dans les quartiers prioritaires d'implantation de l'association VRAC Paris (hors Fécamp) sont les suivant (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 50,6%
- Danube-Solidarité : 55,0%
- Oudiné – Chevaleret (groupement Nationale-Clisson) : 64,4%
- Porte de Vanves : 57,1%
- Les Portes du Vingtième : 54,0%
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 66,1%

La moyenne des taux d'emploi dans ces 6 quartiers est donc de 57,9%.

Parmi les 4 personnes interrogées indiquant être **étudiant-e-s**, 2 d'entre elles ont indiqué avoir également une **activité professionnelle**, et une d'entre elle être à la **recherche d'un emploi**.

41,7% des personnes interrogées **sont à la retraite**⁹ (soit 123 sur 295). **87,8%** parmi celles-ci (soit 108 sur 123) ont également indiqué connaître une **situation de revenus modestes, de handicap ou de famille monoparentale**. Parmi les personnes à la retraite, **3** d'entre elles ont déclaré avoir une activité rémunérée à côté, en tant que complément de revenu.

« Je suis en retraite anticipée pour handicap, mais je travaille un peu en plus. »

(Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« La retraite est trop basse. » (Adhérente Fécamp, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Petite retraite, parce que les charges doivent être payées seules. »

(Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Je suis en dessous du SMIC avec 1300 euros de retraite. » (Adhérent Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seul, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Je suis au minimum retraite : on maintient les gens dans la pauvreté.

Mais c'est bien que ça existe. » (Adhérente Amandiers, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'ai une toute petite retraite. » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

⁹ Ici le terme de retraite n'a pas toujours pris la signification formelle et administrative (dans le contexte français) de l'accès à une pension de retraite. Même si pour la plupart, notamment celles et ceux qui mentionnent toucher une « petite retraite », le terme renvoie à la retraite formelle, pour certain-es adhérent-es l'accès à ces droits n'est pas réalisé ou bien, pour d'autres encore, toucher une pension de retraite ne dispense pas de devoir continuer à avoir une activité rémunératrice pour compléter les revenus.

Situations particulières : revenus modeste, handicap, familles monoparentales

Empiriquement, nous voyons que cette question peut être délicate pour les personnes interrogées, car les éléments soulevés peuvent être perçus comme stigmatisants voire associés à une certaine honte sociale (voir verbatims ci-dessous). Certaines personnes sont ainsi hésitantes dans leurs réponses (« Revenu modeste ça veut dire quoi ? ») et relativisent parfois leur situation (« Enfin ça dépend, par rapport à qui ? », « Non, mais y'a pire... »). Afin d'accompagner au mieux les personnes dans leurs réponses, l'indication suivante a été donnée à chaque personne sondée : nous ne mesurons pas la situation de revenus modestes par un indicateur précis (même si à titre d'exemple nous pouvons donner la non-imposabilité, un petit reste à vivre), mais par un ressenti général, afin que les adhérent-es répondent par rapport à leur situation propre, subjective.

Par rapport à l'année dernière, il nous semble toutefois qu'il y a une tendance nette à déclarer plus facilement une situation de revenu modeste. Nous l'expliquons par un contexte économique, social et politique davantage difficile depuis 2023.

Verbatims (relatifs aux hésitations des répondant-es catégorisé-es comme revenus modestes)

« On fait ce qu'on peut avec ce qu'on a. » (Adhérente Portes du XXème, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« J'ai 1600, c'est juste à la fin du mois, je suis pas imposable. » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Ça dépend... Maintenant je suis au chômage et je paye quand même des impôts. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, locataire en logement social, famille, en recherche d'emploi, revenus modestes, prix coûtant)

« J'ai moins de 1000 euros par mois. Je sais pas. Y'en a qui méritent plus que moi, mais je suis très économe, je viens d'une famille modeste. Je mange pas de viande, pas de pain. Si j'en ai trop je donne. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Je fais attention. Je fais pas la mendicité y'en a qui ont sûrement plus besoin. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« On regarde, on fait attention... » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

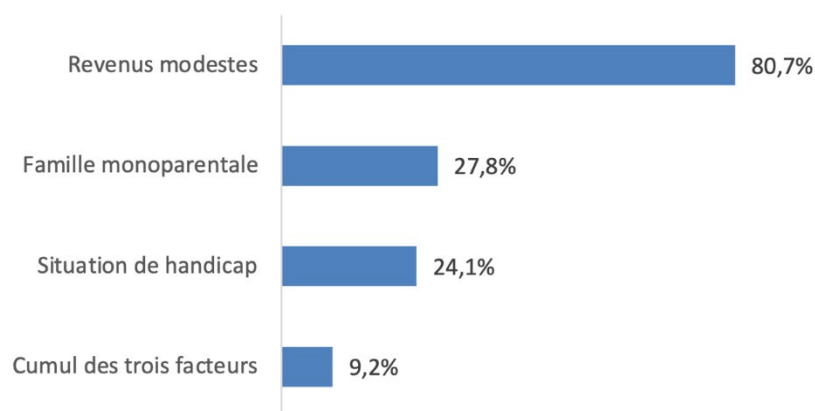
14,2% (soit 42 sur 295) des adhérent-es interrogés **ont indiqué ne se reconnaître dans aucune des situations suivantes : famille monoparentale, situation de handicap** (dans leur foyer ou les concernant) et **revenus modestes**. Ceci représente une baisse significative par rapport à l'année dernière, où ce chiffre s'élevait à 20,2%.

Inversement, **85,8% ont indiqué se reconnaître dans au moins une des situations** (soit 253 sur 295 personnes). En hausse significative depuis trois ans, cette part représentait déjà 79,8% en 2023 et 72,4% en 2022.

À noter : 27 personnes interrogées ont indiqué cumuler ces trois situations, soit près de 10% de l'échantillon global. Cette part a presque doublé depuis 2023, où elle était de 5,3%.

Graphique 10. Situation (N=295)

Note : Question avec réponse à choix multiple.



Dans l'échantillon global, la part d'adhérent-es déclarant être en **situation de revenus modestes** est en **hausse significative**. Elle atteint **80,7% en 2024** (soit 238 personnes sur 295). En 2023 elle était de 69,7%, et en 2022 de 63,3%. L'irrégularité des revenus est parfois soulignée, avec des indications concernant le soutien que VRAC a pu apporter à des moments particulièrement difficiles.

« J'ai pas de sous si c'est ce que vous voulez savoir. Je suis moins que modeste. J'ai les APL. » (Adhérent Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'étais au RSA mais en fin de droits y'a 1 mois. » (Adhérente Danube, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« **En ce moment revenus modestes.** » (Adhérente Danube, 40-49 ans, propriétaire, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« **Je suis au SMIC.** » (Adhérent Danube, 18-29 ans, locataire dans le privé, vit à 2, en activité pro., revenus modestes, prix coûtant)

« **C'est difficile depuis la perte de mon salaire, avec celui de mon mari. Avec des nouveaux frais dû aux enfants qui grandissent.** »

(Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

« **Là j'ai aucun revenus, ce mois-ci.** » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

Par rapport aux 253 personnes se reconnaissant dans au moins une de ces situations, la part de personnes en situation de revenus modestes s'élève à 94,1% (soit 238 sur 253).

- **Légèrement plus d'un tiers des personnes** en situation de **revenus modestes** sont des **familles monoparentales** (30,7% soit 73 parmi 238 personnes).
- 64 des 238 personnes en situation de **revenus modestes** soit **26,9%** connaissent une **situation de handicap** dans leur foyer ou les concernant.

« **J'ai juste ce qu'il faut. Presque tout passe dans la nourriture et après il me reste pas grand-chose. C'est juste quand même.** » (Adhérente Porte de Vanves, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« **Très modeste.** » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

Focus familles monoparentales

- **82 personnes** indiquent être des **familles monoparentales**, soit **plus d'un quart de l'échantillon global (27,7%)**. Parmi les **253** qui se retrouvent dans au moins une des **trois situations**, cette part s'élève à **32,4%**.
- **89%** des familles monoparentales dans l'échantillon indiquent être en situation de **revenus modestes**.
- Près d'un **quart d'entre elles** sont des **familles nombreuses**.

- **34,1%** d'entre elles indiquent également connaître une situation de **handicap**, les concernant ou concernant leur foyer.

« J'ai 800 par mois, je suis auxiliaire de vie, j'ai une enfant, elle est étudiante, elle a 21 ans mais elle a pas de bourse parce qu'en école privée, en 4ème année de médecine. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« On n'y arrive pas ça a trop augmenté. » (Adhérente Amandiers, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

24,1% soit près d'un quart de l'échantillon global indique être en **situation de handicap** les concernant ou leur foyer.

- 64 personnes parmi celles qui sont en situation de **handicap** connaissent également une situation de **revenus modestes**, soit **la grande majorité d'entre elles** (90,1%).
- Parmi les personnes en situation de **handicap**, 28 d'entre elles sont des **familles monoparentales** (soit **plus d'un tiers d'entre elles** ou 39,4%).

« C'est moi qui suis handicapée mais je m'occupe de mon mari. » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, famille, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Je suis très économe aussi... » (Adhérente Charles Hermite, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

À titre informatif, et reflétant la situation des adhérent.e.s sondé-es, en 2018, **25,6% des foyers vivant en quartier prioritaire** sont considérés avoir de **bas revenus**, par rapport à **12,5%** dans la ville de Paris (APUR 2019).

Dans chacun des quartiers d'implantation des groupements d'achat VRAC les parts des foyers à bas revenus sont les suivantes (Insee 2025a) :

- Charles Hermite : 55,0%
- Danube-Solidarité : 49,0%
- Porte de Vanves : 48,0%
- Les Portes du Vingtième : 48,0%
- Grand-Belleville (groupement Amandiers) : 29,7%

Tableau 3. Répartition des familles monoparentales par groupement (N=295)

Groupement	Nombre de familles monoparentale
Amandiers	6
Charles Hermite	11
Danube	14
Fécamp	6
Nationale Clisson	18
Porte de Vanves	19
Portes du XXème	8
Grand Total	82

À titre informatif, la **part des ménages fiscaux imposés à Paris** en 2022 (INSEE 2022) est de **69%**. Il est estimé que dans la ville de Paris, **11,4% des ménages ont de "bas revenus"**, tandis que cette part s'élève à **25,5% dans les quartiers prioritaires** (APUR 2016, Contrat de Ville 2015-2020).

Les **parts des ménages fiscaux imposés par quartier d'implantation des groupements d'achat** (hors Fécamp, car non prioritaire) sont les suivantes (ANCT - INSEE - CAF, données au 4 mars 2021) :

- Charles Hermite : 30,7%
- Nationale Clisson : 48,8%
- Danube-Solidarité : 39,4%
- Porte de Vanves : 35,2%
- Portes du 20ème : 38,1%
- Grand Belleville (où est Amandiers) : 52,7%
- La moyenne des parts des ménages fiscaux imposés sur les six quartiers est de **40,8%**.

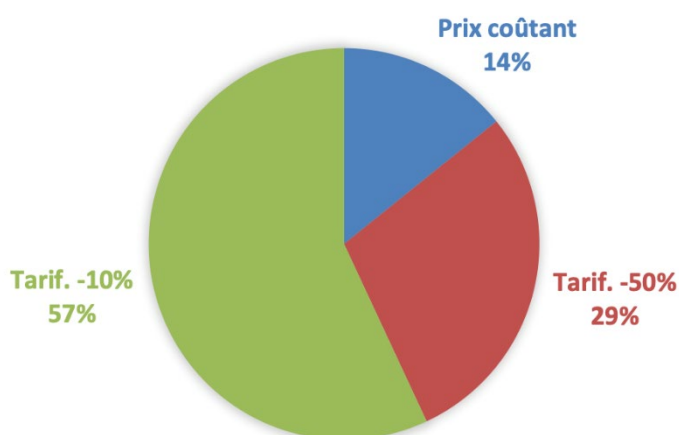


2.

**Effets de la
tarification
différenciée**

Tarification différenciée

Graphique 11. Répartition des tarifications différenciées (N=295)



Parmi les adhérent·es ayant répondu à l'**enquête**, voici la répartition des tarifications :

- Tarification « **coup de pouce** » à **-10%** : 167 adhérent·es soit **57% de l'échantillon**
- Tarification « **solidaire** » à **-50%** : 85 adhérent·es soit **29% de l'échantillon**
- **Prix coûtant** (sans tarification) : 43 adhérent·es soit **14% de l'échantillon**

Cette répartition se rapproche de celle concernant **l'ensemble des adhérent·es de l'association**, avec une légère sur-représentation des -50% :

- Tarification « **coup de pouce** » à **-10%** : 526 adhérent·es soit **62,25% de l'ensemble des adhérent·es de l'association**
- Tarification « **solidaire** » à **-50%** : 191 adhérent·es soit **22,60% de l'ensemble des adhérent·es de l'association**
- **Prix coûtant** (sans tarification) : 126 adhérent·es soit **14,9% de l'ensemble des adhérent·es de l'association**

Comme nous le développons dans les parties suivantes, la tarification différenciée représente, pour les adhérent·es, un moyen d'accéder à une alimentation digne et de qualité, autrement inaccessible.

« C'est vraiment appréciable [la tarification]. Là je vais manger de la salade alors que j'en mange plus depuis un an. » (Adhérente Nationale Clisson, 50-59 ans, locataire en logement social, vit seule, en recherche d'emploi, revenus modestes, tarif. -50%)

« C'est déjà moins cher que les supermarchés. Ça tient même un mois quand je fais les courses ici alors qu'au supermarché j'ai pas grand-chose, là j'ai quand même pas mal pour la qualité et l'avantage du prix. » (Adhérente Portes du XXème, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., tarif. -10%)

Tableau 4. Répartition du nombre d'adhérent-es répondant dans chaque groupement (en%) par tarification (N=295)

Tarification	Groupement							Total (N)
	Amandiers	Charles Hermite	Danube	Fécamp	Nationale Clisson	Porte de Vanves	Portes du XXème	
Prix coûtant	14.0%	11.6%	25.6%	7.0%	16.3%	9.3%	16.3%	43
-10% du prix coûtant	10.2%	13.2%	20.4%	7.8%	14.4%	9.6%	24.6%	167
-50% du prix coûtant	12.9%	20.0%	12.9%	5.9%	17.6%	24.7%	5.9%	85
Total (%)	11.5%	14.9%	19.0%	7.1%	15.6%	13.9%	18.0%	295

Les adhérent-es avec une tarification à -50% sont relativement nombreux-ses dans les groupements Charles Hermite et Porte de Vanves. C'est en partie lié aux caractéristiques des publics de ces groupements, ainsi qu'au partenariat mené avec l'épicerie sociale et solidaire dans le groupement Porte de Vanves.

Le partenariat avec le Marché Solidaire :

On peut remarquer une part particulièrement importante (51,1%) d'adhérent-es avec une tarification à -50% dans le groupement Porte de Vanves. Ce chiffre témoigne de l'accompagnement de membres du Marché Solidaire (une épicerie sociale) vers le groupement d'achat VRAC en 2024.

Les tableaux suivants résument les caractéristiques des adhérent-es VRAC interrogé-es selon leur tarification.

Tableau 5. Répartition des genres (en %) par tarification (N=295)

Tarification	Genre			Total (N)
	Autre ou ne se prononce pas	Femme	Homme	
Prix coûtant	4.7%	83.7%	11.6%	43
-10% du prix coûtant	1.8%	86.8%	11.4%	167
-50% du prix coûtant	1.2%	89.4%	9.4%	85
Total (%)	2.0%	87.1%	10.8%	295

Comme dans l'ensemble des adhérent-es VRAC, une **majorité de femme** caractérise la composition des groupes d'adhérent-es avec une tarification différenciée.

Tableau 6. Répartition des tranches d'âges (en %) par tarification (N=295)

Tarification	Âge						Total (N)
	18-29	30-39	40-49	50-59	60-70	70 et +	
Prix coûtant	4,7%	4,7%	18,6%	30,2%	20,9%	20,9%	43
-10% du prix coûtant	1,8%	8,4%	15,0%	16,2%	32,3%	26,3%	167
-50% du prix coûtant	1,2%	9,4%	27,1%	29,4%	27,1%	5,9%	85
Total (%)	2.0%	8.1%	19.0%	22.0%	29.2%	19.7%	295

Plus d'un tiers (32,9%) des **adhérent-es** avec la **tarification à -50%** est âgée de **plus de 60 ans**.

Plus de la moitié (58,6%) des **adhérent-es** avec la **tarification à -10%** est âgée de **plus de 60 ans**.

Tableau 7. Répartition de la taille du foyer (en %) par tarification (N=295)

Tarification	Taille du foyer					Total (N)
	1	2	3	4	5 et +	
Prix coûtant	32.6%	32.6%	14.0%	18.6%	2.3%	43
-10% du prix coûtant	37.1%	32.9%	15.0%	6.0%	9.0%	167
-50% du prix coûtant	31.8%	24.7%	14.1%	12.9%	16.5%	85
Total (%)	34.9%	30.5%	14.6%	9.8%	10.2%	295

Plus d'un tiers des **adhérent-es** ayant la **tarification à -10%** vivent **seul-es**. De même pour celles et ceux ayant la **tarification à -50%**.

Presque un tiers (29,4%) des **adhérent-es** ayant la **tarification à -50%** sont des **familles nombreuses**.

Tableau 8. Répartition du type de résidence (en %) par tarification (N=295)

Tarification	Résidence					Total (N)
	Logement collectif (résidence étudiante, coloc solidaire)	Hébergé-e chez un tiers	Locataire dans le privé	Locataire en logement social	Propriétaire	
Prix coûtant	2.3%	0.0%	14.0%	58.1%	25.6%	43
-10% du prix coûtant	0.0%	0.6%	10.8%	76.6%	12.0%	167
-50% du prix coûtant	0.0%	10.6%	7.1%	77.6%	4.7%	85
Total (%)	0.3%	3.4%	10.2%	74.2%	11.9%	295

La **totalité** des **adhérent-es hébergé-es** a une **tarification différenciée**, dont **90%** celle à **-50%**.

Comme dans l'ensemble des **adhérent-es** interrogées, une **majorité des adhérent-es** ayant droit à une **tarification différenciée** est **locataire du parc social**.

Tableau 9. Répartition des activités (en %) par tarification (N=295)

Tarification	Activité pro	Sans activité pro	Recherche d'emploi	Retraité-e	Étudiant-e	Temps partiel non-choisi	Total (N)
Prix coûtant	48,8%	7,0%	7,0%	37,2%	2,3%	0,0%	43
-10% du prix coûtant	35,3%	9,6%	8,4%	53,3%	0,6%	1,2%	167
-50% du prix coûtant	16,5%	41,2%	30,6%	21,2%	2,4%	1,2%	85
Total (%)	31,9%	18,3%	14,6%	41,7%	1,4%	1,0%	295

La plupart (à 41,2%) des adhérent-es ayant une **tarification à -50%** n'a **pas d'activité professionnelle**. Chez les adhérent-es ayant une **tarification à -10%**, la part de celles et ceux qui n'ont pas d'activité professionnelle est **moindre, à 9,6%**.

La **majorité (à 53,3%)** des adhérent-es ayant une **tarification à -10%** sont **retraité-es**. Chez les adhérent-es ayant une **tarification à -50%**, la part des retraité-es est **moindre, à 21,2%**.

Tableau 10. Répartition des situations (en %) par tarification (N=295)

Tarification	Situation			Total (N)
	Handicap	Revenus modestes	Famille monoparentale	
Prix coûtant	4,7%	44,2%	14,0%	43
-10% du prix coûtant	16,2%	81,4%	23,4%	167
-50% du prix coûtant	49,4%	97,6%	43,5%	85
Total (%)	24,1%	80,7%	27,8%	295

Presque la moitié des adhérent-es ayant la **tarification à -50%** sont en **situation de handicap** (dans leur foyer ou les concernant)(49,4%).

La **quasi-totalité (97,6%)** des adhérent-es ayant la **tarification à -50%** déclare être en situation de **revenus modestes**.

43,5% des adhérent-es ayant la **tarification à -50%** sont des **familles monoparentales**.

Parmi les adhérent-es ayant une **tarification à -10%**, une **majorité (81,5%)** déclare être en **situation de revenus modestes**.

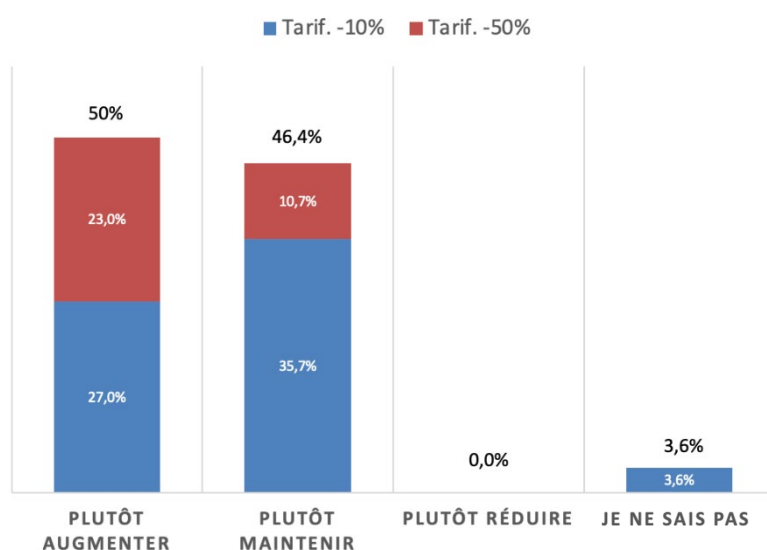
« **J'ai une demande de RSA.** » (Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« **Je suis venue deux fois depuis janvier - parce qu'ils ont coupé l'allocation, donc j'avais pas de moyens pour venir. Mais ici c'est moins cher qu'ailleurs.** » (Adhérente Nationale Clisson, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en temps partiel non-choisi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Effet de la tarification différenciée sur la consommation de produits de qualité

Rappel : Il y a 252 personnes qui ont des tarifications différenciées, dont 167 à -10% et 85 à -50%. Les résultats dans les sections suivantes s'appliquent donc à ce sous-échantillon d'adhérent-es ayant une tarification différenciée.

Graphique 12. Selon vous, dans ce contexte d'inflation, quel est l'effet que la tarification différenciée a eu, en général, sur votre consommation de produits alimentaires de qualité ? (N=252)



En termes d'effet de la tarification différenciée sur la consommation de produits de qualité, deux profils se dégagent :

- Pour **la moitié des adhérent-es ayant une tarification différenciée**, celle-ci leur a permis d'**augmenter leur consommation de produits alimentaires de qualité**, dans une période marquée par l'inflation de nombreux produits de première nécessité, dont l'alimentation en particulier.
 - Cette situation concerne la majorité des adhérent-es ayant la **tarification à -50%** : pour 68,2% d'entre elles et eux, la tarification a permis d'augmenter leur consommation de produits alimentaires de qualité.
- Pour **un peu moins de la moitié (46,4%) des adhérent-es ayant une tarification différenciée**, celle-ci leur a permis de maintenir **leur consommation de produits alimentaires de qualité**.
 - Cette situation concerne la majorité des adhérent-es ayant la **tarification à -10%** : pour 53,9% d'entre elles et eux, la tarification a permis de maintenir leur consommation de produits alimentaires de qualité.

- > Pour les **profils plus précaires**, ayant droit à la **tarification à -50%**, la tarification permet d'acheter davantage de produits alimentaires de qualité, notamment via l'offre VRAC. Autrement dit, **la tarification, à -50% notamment, permet de mieux manger.**

« Quand VRAC s'est arrêté l'été, c'était trop difficile. Il nous a manqué les produits, surtout les fruits ! (Adhérente Danube, 40-49 ans, locataire dans le privé, vit à 2, en activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

« Ça dépend, avant ou après que je perde mon travail. Par rapport à maintenant ça me permet d'augmenter. Je fais des concessions sur des choses parce que je préfère que mon fils mange des bonnes choses, même quand j'avais pas les moyens. » (Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Avant j'achetais que pouce jaune, tout Simply - sauf les œufs je faisais un effort je prenais plein air... Les autres ça fait des gaz c'est pas bon. Même les patates je prenais le paquet un kilo en promo elle deviennent vertes en deux jours - ici j'ai pris 10kg ça tient très bien. Et pareil la farine je la prends ici maintenant, je fais plus de gâteau elle est fluide elle est très bien - du coup j'achète moins de gâteaux au supermarché. » (Adhérent-e Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

Pour plus d'un tiers des adhérent-es ayant la tarification à **-10% (34,7%)**, la tarification a **également permis d'augmenter la consommation de produits de qualité.**

« Ça m'a permis d'avoir des produits de qualité et vu le pourcentage qu'on a c'est très avantageux. Sinon j'allais pas aller moi dans les trucs comme ça c'est trop cher. Y'a des endroits c'est cher moi je peux pas y aller si y'a pas de réductions... » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« C'est moins cher et c'est bien pour moi d'être ici parce que ça me permet d'avoir des produits bio moins cher. Ça me permet d'augmenter parce qu'avant j'achetais pas beaucoup comme ça, maintenant j'achète plus. »

(Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

> Pour les **adhérent-es déclarant percevoir des revenus modestes**, ayant droit à la **tarification à -10%**, la tarification permet de palier une situation économique difficile (hausse générale des prix, alimentaires notamment) et de maintenir une alimentation de qualité dans un contexte inflationnaire. Autrement dit, **la tarification, à -10% notamment, permet une stabilité dans l'alimentation de qualité.**

En l'absence d'une telle tarification, on peut émettre l'hypothèse que l'alimentation de qualité de ces adhérent-es aurait réduit en quantité. Une autre hypothèse est que si les adhérent-es n'ont pas augmenté leur alimentation de qualité malgré la tarification de -10%, celle-ci a toutefois eu un effet positif sur leurs budgets. Cette hypothèse est vérifiée, comme on le montre dans la section suivante. Dans l'ensemble, on peut dire que **grâce à l'offre VRAC et à la tarification différenciée, les adhérent-es de l'association peuvent avoir un accès continu à une alimentation de qualité, dans un contexte de pression budgétaire particulièrement forte.**

« J'achète toujours la même chose - même quantité même qualité. Pour maintenir ça je m'habille moins par exemple. Je privilégie l'alimentation. »

(Adhérente Nationale Clisson, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, tarif. -10%)

« Jusqu'à présent je prenais toujours pareil parce que je bossais. Là j'ai pris moins parce que bosse plus. J'en achète autant. Je vais aussi dans un magasin bio solidaire avec un tarif en fonction du salaire, à -25%. Mais faut présenter fiche de paie impôts et tout. »

(Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Je maintiens mais je me déplace beaucoup - heureusement que c'est possible quand je suis en retraite. Faut du temps, aller à tel marché etc. Plus les revenus sont bas plus ça demande des déplacements, mais à Paris c'est possible. »

(Adhérente Danube, 60-70 ans, propriétaire, vit à 2, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

Pour un peu plus d'un tiers (31,8%) des adhérent·es avec la tarification à -50%, la tarification a également permis de maintenir une certaine consommation de produits de qualité.

« On fait la cuisine chez nous. Jamais des plats préparés, surtout de fruits et légumes. J'achète pas du colza ou quoi j'ai en acheté juste une fois. Mais l'huile d'olive – sans tu peux rien faire. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Je consomme pas plus, mais je consomme moins cher. » (Adhérent Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seul, retraitée, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'essaye de me discipliner à pas trop acheter là c'est la première fois que j'ai acheté le bidon d'huile parce que -50%. » (Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, Vous êtes étudiant·e famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« C'est énorme -50% ! Sans ça on achèterai pas les mêmes choses, mais les quantités c'est pareil. Par exemple plutôt des patates que des légumineuses qui sont assez chères au kg. » (Adhérente Nationale Clisson, 50-59 ans, locataire dans le privé, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

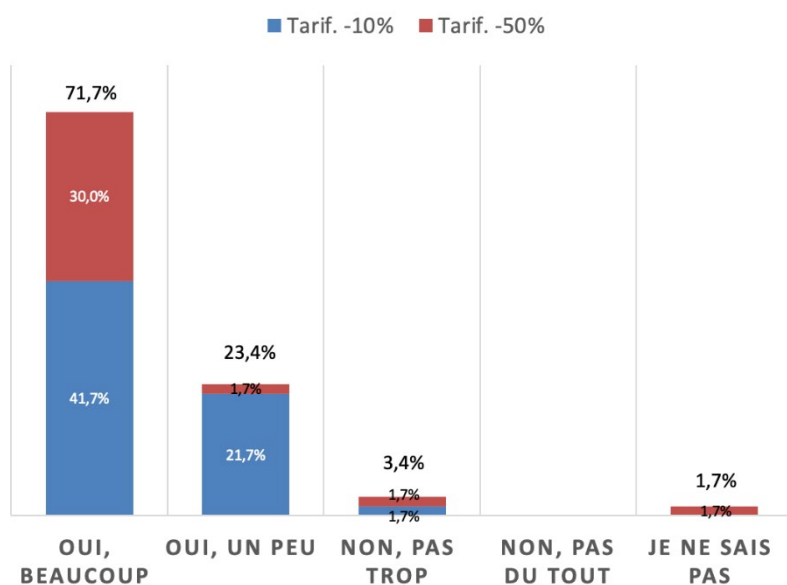
« Maintenir parce que j'ai toujours fait attention à acheter des choses de qualité, j'en achetais moins et là je peux à peu près équilibrer mon budget avec des produits de qualité. » (Adhérente Porte de Vanves, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

Une minorité (3,6%) des adhérent·es ayant une tarification ne savait pas répondre à la question. **Aucun·e n'a indiqué que leur consommation de produits de qualité avait réduit malgré la tarification**, indiquant l'apport positif que l'offre VRAC et la tarification en particulier représente pour le maintien ou l'augmentation d'une alimentation de qualité.

Effet de la tarification différenciée sur le budget alimentaire

Graphique 13. Diriez-vous que la tarification différenciée a eu un effet positif sur votre budget alimentaire ? (N=60)

Notes : Cette question a été ajoutée au dernier cycle d'épicerie, et concerne 60 adhérent-es.



À la **quasi-unanimité**, les adhérent-es ayant droit à une tarification différenciée **estiment que celle-ci a eu un impact positif sur leur budget alimentaire**. En effet, 95% d'entre eux (57 sur 60) ont répondu « oui, beaucoup » ou « oui, un peu » à la question « diriez-vous que la tarification différenciée a eu un effet positif sur votre budget alimentaire ».

Plus précisément, **presque trois quarts (71,7%)** des adhérent-es avec une tarification ayant répondu à cette question indiquent que la **tarification a eu un fort effet positif sur leur budget alimentaire**.

« C'est bien agréable et ça allège la facture. » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Beaucoup [ça a un effet positif sur le budget] parce que du coup on va moins dans les magasins [en dehors de chez VRAC]. » (Adhérent Amandiers, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., retraitée, tarif. -10%)

« Oui, j'achèterais pas les produits bios sinon. » (Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., famille monoparentale, tarif. -10%)

« J'achète plutôt des choses que j'achèterai pas si j'avais pas ces prix, par exemple, plus de pomme, ou amandes. Les petits trucs gourmands quoi que j'achèterai pas. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., tarif. -10%)

« J'ai reçu seulement 200 euros j'emprunte toujours l'argent chez les gens - max 600 euros par mois, donc ça aide beaucoup je remercie infiniment la dame qui m'a montré ici. » (Adhérente Charles Hermite, 50-59 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Un peu moins d'un quart (23,3%) indique que celle-ci a eu un **léger effet positif sur leur budget alimentaire**. Aucun·e des adhérent·es interrogé·es n'indique que la tarification n'a pas du tout eu d'effet positif sur leur budget alimentaire.

« Je suis pas très bien mon budget, je fais ce que je peux quand je peux et quand je peux pas je fais pas. Je vois sur les prix des produits de base, le café par exemple c'est clair qu'il y a une incidence... Que je quantifie pas mais qui est réelle. Un peu parce que on est limite dans les produits et dans la fréquence donc obligé d'acheter ailleurs. L'AMAP aussi a aidé à avoir une stabilité au niveau des prix... On cherche des solutions. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, propriétaire, vit à 2, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

« Oui mais je me rends pas compte, parce que y'a eu l'inflation etc. Mais oui sinon. » (Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, tarif. -10%)

« Un peu parce que je suis toute seule, après ça dépend parce que y'a des choses qui sont plus chères quand on est tout seul. » (Adhérente Amandiers, 50-59 ans, locataire en logement social, vit seule, en recherche d'emploi, revenus modestes, tarif. -10%)

Malgré des effets globalement positifs sur les budgets alimentaires des adhérent·es, certain·es indiquent que certains produits, comme l'huile d'olive par exemple, restent chers, même avec la tarification.

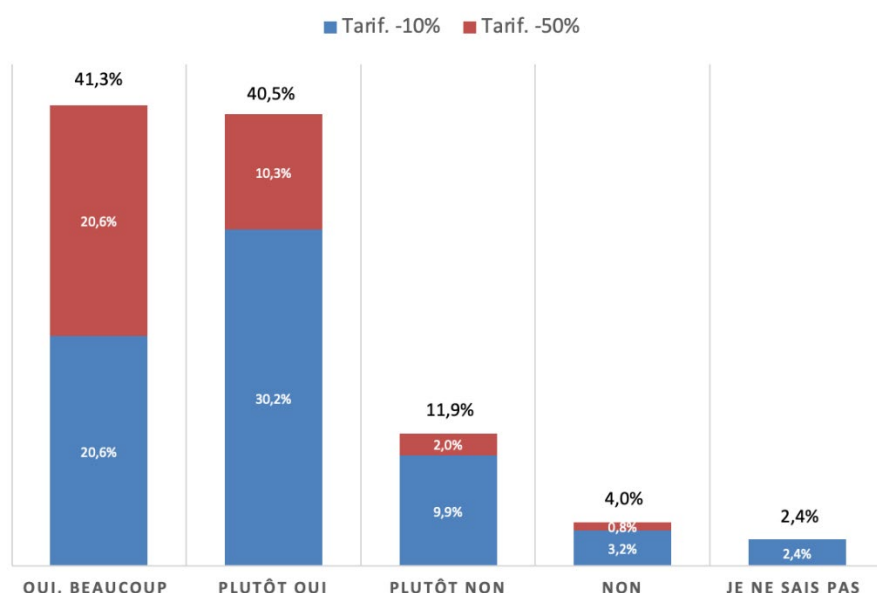
« Je sais pas... Sauf que l'huile je trouve ça pas beaucoup beaucoup moins cher, mais c'est vrai qu'il y a des produits qui sont moins chers et on est sûrs que c'est des bons produits. Par exemple chez Leclerc en bas de chez moi tout est empaqueté on sait pas ce qu'on achète alors qu'ici oui, on peut faire attention. » (Adhérente Charles Hermite, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Malgré tout je fais quand même attention, je fais mes calculs tout le temps. Même pour le chauffage en hiver... » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Proportionnellement, les adhérent·es ayant une **tarification à -50%** sont une **majorité** (85,7%, soit 18 sur 21) **à indiquer que la tarification a eu un fort impact positif sur leur budget alimentaire.** De même pour les **adhérent·es ayant la tarification à -10%**, qui sont une **majorité** (64,1% soit 25 sur 39) à indiquer que **la tarification a eu un fort impact positif sur leur budget alimentaire.** Dans l'ensemble donc, une écrasante majorité d'adhérent·es ayant droit à une tarification différenciée constate un fort impact positif de la tarification sur leur budget.

Effet de la tarification différenciée sur la quantité de produits achetée chez VRAC

Graphique 14. La mise en place de la tarification différenciée vous a-t-elle permis d'augmenter la quantité de produits que vous achetez chez VRAC ? (N=252)



Pour une **large majorité des adhérent-es ayant une tarification interrogée-es**, la tarification a permis une **augmentation de la quantité de produits achetée chez VRAC**. En effet, 81,8% d'entre elles et eux ont répondu « oui, beaucoup » ou « plutôt oui » à la question « La mise en place de la tarification différenciée vous a-t-elle permis d'augmenter la quantité de produits que vous achetez chez VRAC ? ».

Pour **plus de la moitié** d'entre elles et eux (57,3%), cette augmentation de la quantité de produits achetée chez VRAC correspond à **une augmentation globale de leur consommation de produits de qualité**. Pour les autres, cette augmentation des produits achetés chez VRAC compense une baisse des produits achetés ailleurs, mais permet de maintenir globalement leur consommation de produits de qualité.

Parmi les adhérents indiquant avoir **maintenu une alimentation de qualité en contexte d'inflation grâce à la tarification**, **trois quart (72,6%)** ont **consommé davantage de produits chez VRAC**. Ceci indique clairement que la tarification sur les produits VRAC leur a permis de maintenir cette alimentation de qualité, voire même de changer leurs habitudes de consommation pour davantage de qualité par rapport à leur lieux d'approvisionnement habituels.

Plus de la moitié (61,2%) de celles et ceux ayant **la tarification à -50%** estiment que la tarification différenciée leur a permis **d'acheter beaucoup plus de produits chez VRAC**. Cette part est d'un peu plus d'un tiers (31,1%) pour les adhérent-es ayant une tarification à -10%.

Pour certain-es, il s'agit de pouvoir acheter significativement davantage de certains produits, comme l'huile d'olive entre autres produits chers ou particulièrement importants pour la santé ou le régime des adhérent-es concerné-es. D'autres encore expliquent pouvoir acheter des plus grandes quantités chez VRAC grâce à la tarification mais aussi en ayant des stratégies de gestion des stocks. Certain-es adhérent-es soulignent par ailleurs que **la tarification leur a permis non seulement d'augmenter la quantité de produits achetés**

chez VRAC, mais aussi leur variété : elle leur permet de prendre des produits qu'elles et ils n'auraient pas essayé autrement, et de varier davantage.

Verbatims des adhérent·es ayant répondu « oui beaucoup » à la question

« Je prends et je peux congeler et je tiens le mois avec les produits VRAC ! Ça me tient le mois ! » (Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Beaucoup beaucoup beaucoup ! Les pâtes j'en ai acheté ça m'a aidé pour un mois. Les pommes qu'est-ce qu'elles sont bonnes. Et les pommes de terre. J'aime pas dire bio - là c'est mieux que bio. Moi je dis c'est la nature. Bio c'est n'importe quoi. Ici c'est pas des produits chimiques. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, propriétaire, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Ici j'achète plus, ailleurs j'aurais pris deux fois moins. Ailleurs je peux pas. Ici le prix est vraiment intéressant. » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, famille, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Plus pas forcément, enfin en quantité oui. Mais il y a aussi des produits que j'achète ici que j'aurais pas acheté ailleurs. Notamment tout ce qui est fruit secs, les figues, les dattes, et on sent vraiment la qualité. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, en recherche d'emploi, famille monoparentale, tarif. -50%)

« Oui et la diversité - par exemple des fruits secs j'en achetais pas ou très peu. » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, en activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

Parmi celles et ceux ayant la **tarification à -10%**, la plupart (à 45,5%) a indiqué que la tarification leur a **plutôt permis d'acheter plus de produits chez VRAC**. Cette part est d'un peu plus d'un tiers (30,6%) pour les adhérent·es ayant une tarification à -50%.

Verbatims des adhérent·es ayant répondu « plutôt oui » à la question

« Ça m'a permis d'avoir des produits qui pour moi sont trop chers à l'extérieur – des légumes, des figues – c'est plus cher ailleurs. Et on connaît la provenance, les gens. C'est une horreur et les -50% ça aide vraiment. »

(Adhérente Portes du XXème, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« J'étais pas chez Vrac avant mais ça joue sur le fait que je vais plus commander des choses ici qu'acheter ailleurs. Que je vais faire des réserves pour acheter moins ailleurs. La différence est flagrante avec les fruits et légumes par rapport aux commerces. »

(Adhérent·e Portes du XXème, 40-49 ans, locataire dans le privé, vit seul·e, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

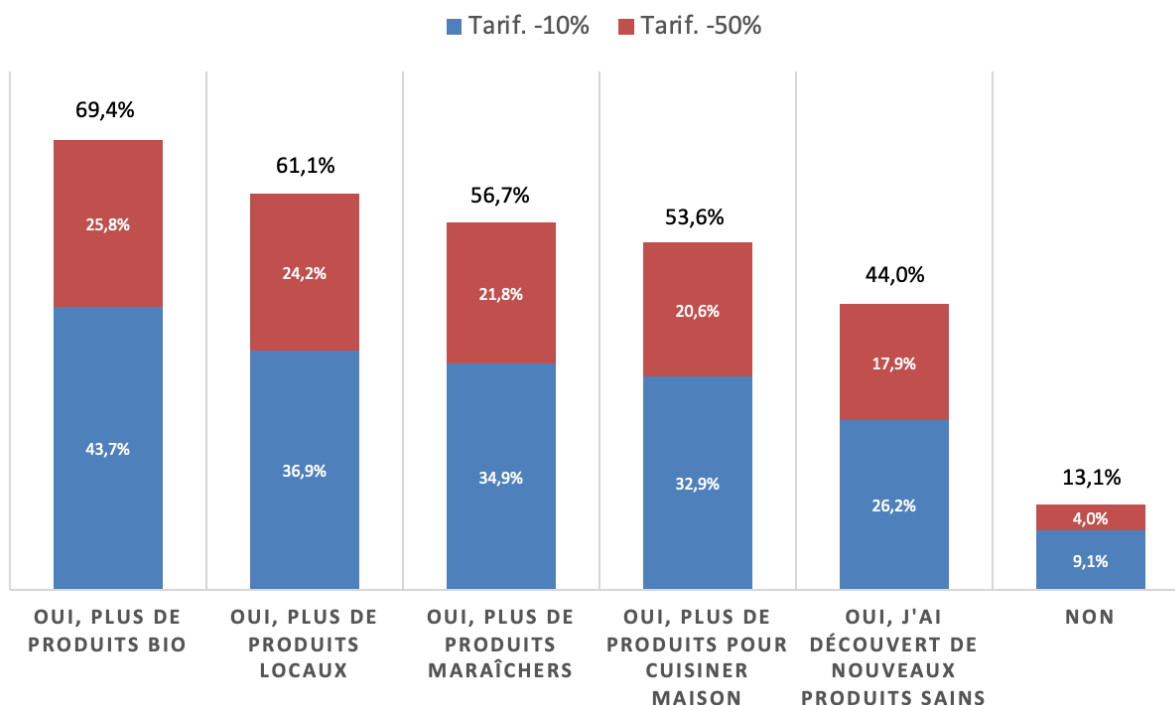
Pour une **minorité d'adhérent·es interrogé·es** (15,9%), la **tarification ne leur a pas permis**, selon elles et eux, **d'acheter davantage des produits chez VRAC**. 11,9% ont répondu « plutôt non » et 4,0% « non » à la question. Plusieurs profils se dégagent dans l'explication à cette situation :

- Pour la plupart, le panier habituellement commandé chez VRAC correspond à leur besoin. Ils et elles expriment ne pas vouloir ni avoir besoin de « consommer plus », dans une approche non-consumériste ou frugale dans certains cas.
- D'autres indiquent que la tarification leur a plutôt permis de maintenir la quantité de produits achetés chez VRAC, parfois car elles rencontrent toujours des contraintes économiques.
- D'autres adhérent·es encore disent ne pas pouvoir répondre par la positive à la question parce que ce n'est que la première ou deuxième fois qu'elles viennent.
- Des adhérent·es ont également mentionné ne pas acheter davantage de produits chez VRAC, malgré la tarification, pour des raisons de gestion de stocks ou bien car elles ne peuvent pas prendre des paniers trop lourds à transporter.

6 adhérent·es, représentant 2,4% des adhérent·es avec une tarification interrogé·es, n'ont pas su répondre à la question.

Effet de la tarification différenciée sur les habitudes alimentaires

Graphique 15. Diriez-vous que la mise en place de la tarification différenciée vous a permis de modifier certaines de vos habitudes alimentaires ? Lesquelles ? (N=252)



Note : Question avec réponse à choix multiple.

Pour une **large majorité (86,9%)** des adhérent-es ayant droit à une tarification différenciée, celle-ci leur a permis de **modifier certaines de leurs habitudes alimentaires**, en général.

En effet, une **minorité d'adhérent-es (13,1%)** a indiqué que la tarification n'avait pas permis de modifier leurs habitudes alimentaires, principalement parce qu'elles et ils **avaient déjà ces habitudes avant de rejoindre l'association. Participer aux groupements d'achats VRAC facilite néanmoins ce type d'alimentation** (bio, en vrac, produits locaux, bruts, etc.), notamment grâce à un prix plus accessible. Ce mode d'achat permet pour certain-es une **gestion des stocks** qui convient à leurs besoins et à leur budget.

Pour d'autres et pour ces mêmes raisons, **la tarification différenciée a permis d'affirmer, d'ancrer certaines habitudes alimentaires**. Ce sont des résultats que l'on retrouvait déjà les deux années précédentes (cf. rapports d'enquête 2022 et 2023). Certain-es soulignent par ailleurs que l'accès à certains produits (comme l'huile d'olive) reste difficile en raison des prix, chez VRAC mais surtout ailleurs, qui restent élevés par rapport à leurs budgets. Pour d'autres, ce ne sont pas les habitudes alimentaires qui ont changé mais plutôt la

consommation alimentaire qui a changée, celle-ci se faisant désormais sous forme d'achat groupé et de commande.

« J'étais déjà un peu sur ce régime là mais c'est moins cher, ça fait moins mal au portemonnaie. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Maintenant j'achète pas de la même façon, maintenant je fais des stocks avant au fur et à mesure. Maintenant c'est de la gestion de stocks, en plus de faire des économies. » (Adhérent Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seul, retraitée, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'allais au marché je dépensais plus, là je mange la même chose en payant moins donc ça me permet de faire des extras, d'acheter de meilleures choses, en dehors d'ici aussi. » (Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Ça a pas vraiment changé ma façon d'acheter mais en me disant chouette c'est moins cher je peux prendre quelque chose en plus. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, propriétaire, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

Une majorité (69,4%) d'adhérent-es indique avoir pu consommer davantage de **produits bio**, grâce à la mise en place de la **tarification différenciée**. Cette tendance se retrouve dans chaque groupe de tarification. Les adhérent-es soulignent en effet souvent le prix élevé que le bio représente en dehors de la tarification et de l'offre VRAC.

- Pour **plus de trois quarts (76,5%)** des adhérent-es ayant une **tarification à -50%**, la tarification a permis de consommer davantage de **produits bio**.
- Pour celles et ceux ayant une **tarification à -10%**, cette part est de 65,9%, soit **presque les deux tiers**. Pour beaucoup d'adhérent-es, c'est chez VRAC qu'elles et ils achètent du bio pour la première fois.

« Plus de produits bio parce que c'est trop cher [ailleurs]. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Maintenant je mange bio. » (Adhérente Charles Hermite, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Plus de fruits secs, épices et surtout les huiles que je n'achetais pas bio. C'est meilleur en goût, plus qualitatif et donc je les utilise moins souvent mais mieux ! » (Adhérente Danube, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

« Depuis que je viens ici je mange plus (+) de produits bio, des abricots et des pruneaux - ils sont bons et moins chers. Et je le faisais pas avant. Amandes pareil, c'est de bonne qualité. » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« J'ai jamais pris des produits secs ou d'hygiène bio avant VRAC ! Je prends le thé, les légumineuses ! Les purées de tomate c'est nouveau ! » (Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

Comme certain·es adhérent·es l'expriment, **le bio n'est pas nécessairement une priorité** dans ce qu'elles et ils recherchent en matière d'alimentation ou encore de produits d'entretien et d'hygiène. Cette attitude d'indifférence voire de méfiance ou de rejet du bio peut s'interpréter comme une stratégie de distanciation ou de refus des normes dominantes d'injonction à la consommation bio, vectrices de violence symbolique (Brocard et al. 2022) à laquelle résistent les catégories modestes. Certain·es adhérent·es ne font ainsi pas spécialement attention au fait que les produits soient bio, bien que certains le soient effectivement. Ces personnes vont davantage mettre en avant la dimension "naturelle" ou brute des produits.

« Je fais les fins de marché pour avoir les kilos moins chers. Moi j'y crois pas au bio. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« Je peux pas le bio moi. Ce qui est moins cher je prends. » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 3, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

- **Plus de la moitié** des adhérent·es a également indiqué que la tarification leur avait permis de **consommer davantage de produits locaux (61,1%)** et de **produits maraîchers (56,7%)**.
 - Pour les adhérent·es ayant une **tarification à -50%**, ces parts s'élèvent à **71,8%** pour les **produits locaux** et **64,7%** pour les **produits maraîchers** (fruits légumes).
 - Pour celles et ceux ayant une **tarification à -10%**, ces parts s'élèvent à **55,7%** pour les **produits locaux**, et **52,7%** pour les **produits maraîchers**.

« On mange beaucoup plus de légumes depuis que VRAC est là. C'est merveilleux VRAC. » (Adhérent·e Portes du XXème, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, tarif. -10%)

« Au marché j'achèterais des carottes basiques mais là ça me permet de mieux manger d'acheter des carottes qui viennent des producteurs. Et de faire marcher les producteurs. Je connaissais les produits, je les achetais, mais pas de la même manière. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

- Pour **plus de la moitié (53,6%) des adhérent·es**, la tarification a permis de consommer davantage de **produits à cuisiner à la maison**.
 - Cela concerne **61,2%** soit près de **deux tiers** des adhérent·es ayant la **tarification à -50%**,
 - et **presque la moitié (49,7%)** des adhérent·es ayant la **tarification à -10%**.

La **dimension conviviale, solidaire ou encore le plaisir associé à la cuisine maison** ressort dans certain·es verbatims des adhérent·es. Avoir accès à davantage de produits bruts, non-transformés est un des avantages soulignés par les adhérent·es.

« J'ai fait une soupe j'en ai donné à des amis. J'ai pris des courgettes parce que j'ai vu une recette sur internet. » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Ça m'est déjà arrivé de me dire oui je prends je vais essayer alors que j'aurais pas pris si c'était plus cher. Et pareil pour des légumes comme je les vois ici je me dis je vais essayer. Et c'est vrai que je fais plus de cuisine maintenant. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Certain·es indiquent **avoir toujours cuisiné à la maison, pour des raisons économiques**. D'autres encore mentionnent avoir appris certaines astuces de cuisine chez VRAC, en discutant avec d'autres adhérent·es ou via les ateliers de cuisine organisés par l'association.

« Je cuisine toujours à la maison, je peux pas manger dehors, ça coûte cher. L'autre jour j'ai acheté un sandwich à mon petit fils c'était 7 euros, le moins cher. J'aimerais bien manger dehors ! » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, famille, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Certain-es adhérent-es, en situation de plus grande précarité, indiquent **ne pas pouvoir cuisiner faute de logement**.

« Je cuisine pas parce que pas de frigo, de four micro-onde et de gazinière. On campe donc je prends des aliments à manger tour de suite. » (Adhérente

Porte de Vanves, 50-59 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

- Pour **un peu moins de la moitié (44,0%) des adhérent-es**, la tarification a permis de **découvrir de nouveaux produits sains**.
 - Pour les **adhérent-es ayant une tarification à -50%**, cette part s'élève à **plus de la moitié, soit 52,9%**.
 - Pour celles et ceux **ayant une tarification à -10%**, cette part atteint **plus d'un tiers (39,5%)**.

Comme l'indiquent certains verbatims (cf. ci-dessous) la **découverte de nouveaux produits**, comme les épices par exemple, ont incité à tester de nouvelles recettes, et donc à acheter de nouveaux produits sains, comme des légumineuses, des fruits ou des légumes. Les adhérent-es indiquent par ailleurs avoir **découvert des produits d'entretien et d'hygiène** d'une certaine qualité. Ces verbatims soulèvent une problématique de **précarité hygiénique** à laquelle font face certain-es adhérent-es.

« Avec le curry que j'ai acheté j'ai envie d'essayer des nouvelles choses, maintenant je mange des lentilles je vais essayer un dhal. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Même les produits de beauté j'ai acheté ici, d'hygiène aussi - ce que je pourrais pas acheter en grande surface. J'ai découvert les pâtes italiennes. L'huile d'olive aussi, le liquide vaisselle, et la lessive. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« Ici j'ai découvert des épices. Je peux me permettre, je réfléchis pas. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« J'ai découvert les produits en vrac pour les légumineuses et les fruits secs. Ça permet d'ajuster mon budget. Je complète ailleurs, je fais une grande partie de mes courses chez VRAC. J'espère que ça va continuer. » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Dans de nombreux cas, les adhérent·es soulignent que la tarification différenciée a permis de **modifier certaines des habitudes alimentaires de leurs enfants**, notamment de leur préparer des “plats maison” plutôt que des produits transformés, plus chers et plus sucrés.

« Ici c'est très très bien. Des salades jusqu'aux pâtes, les enfants ils adorent – surtout ma fille – surtout les pommes quand je vais revenir elle va tout manger, je les cache. Je les mets dans le panier elle vient elle prend elle met dans sa poche. Même les pommes de terre ils me disent – c'est mon fils le petit de 11 ans il a dit mais pourquoi tu viens pas faire les courses ici tout le temps – avec les pommes de terre les goûts c'est pas les mêmes qu'au magasin ! Moi je me demande mais comment tu sais – et il me dit je le goûte. C'est juste que les prix sont pas pareil je lui dis et lui il me dit mais non c'est les goûts qui sont pas pareils. Même la machine il me dit avec le savon, maman mets mon manteau dans la machine. Il sent très bon après. J'ai fait les cours d'alphabétisation ici donc parfois ils viennent. » (Adhérente Nationale Clisson, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en temps partiel non-choisi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Les amandes j'en prenais pas avant – les natures je les grille moi même et mon fils adore, les gâteaux que je fais avec aussi. » (Adhérente Danube, 40-49 ans, propriétaire, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« Surtout le coulis de tomate il est super – et les tomates mon fils il en raffole alors qu'il en mange pas d'habitude. » (Adhérente Nationale Clisson, 30-39 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'achète beaucoup ici, les enfants mangent à la maison et le bio c'est vraiment trop trop cher, c'est pour ça je profite d'acheter ici même si c'est un peu difficile pour moi, avec une grande quantité comme ça je suis tranquille pendant un moment et c'est des produits de qualité. » (Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Quand je viens ici c'est très très très bien pour moi, c'est très très très bien pour les enfants parce que les produits que j'achète ici ils sont très très bien. Ils sont naturels. Depuis que je viens ici j'ai trouvé moins cher qu'ailleurs, ça c'est très bien. Maintenant c'est comme ça l'argent [se frotte les doigts]. Mais si, même 10 centimes ou 20 centimes ça fait la différence. » (Adhérente Nationale Clisson, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en temps partiel non-choisi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Certain·es adhèrent·es expriment toutefois des **contraintes**, économiques notamment, qui persistent malgré la tarification différenciée et qui ne leur permet pas toujours d'acheter la qualité ou les quantités voulues pour les **enfants**.

« Ça revient toujours moins cher mais quand on a très peu on peut pas prendre beaucoup non plus mais ça permet de manger plus de qualité... Sinon ça serait la malbouffe. Ça permet de mieux manger quand on a très peu, sans exagérer - et habituer les enfants à manger de la qualité aussi malgré qu'on ait peu - et je trouve que quand on a de la bonne qualité ça évite la surconsommation. On apprécie alors que quand c'est de la mauvaise qualité on achète beaucoup et on n'aime pas et c'est mauvais. Là on jette moins. » (Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

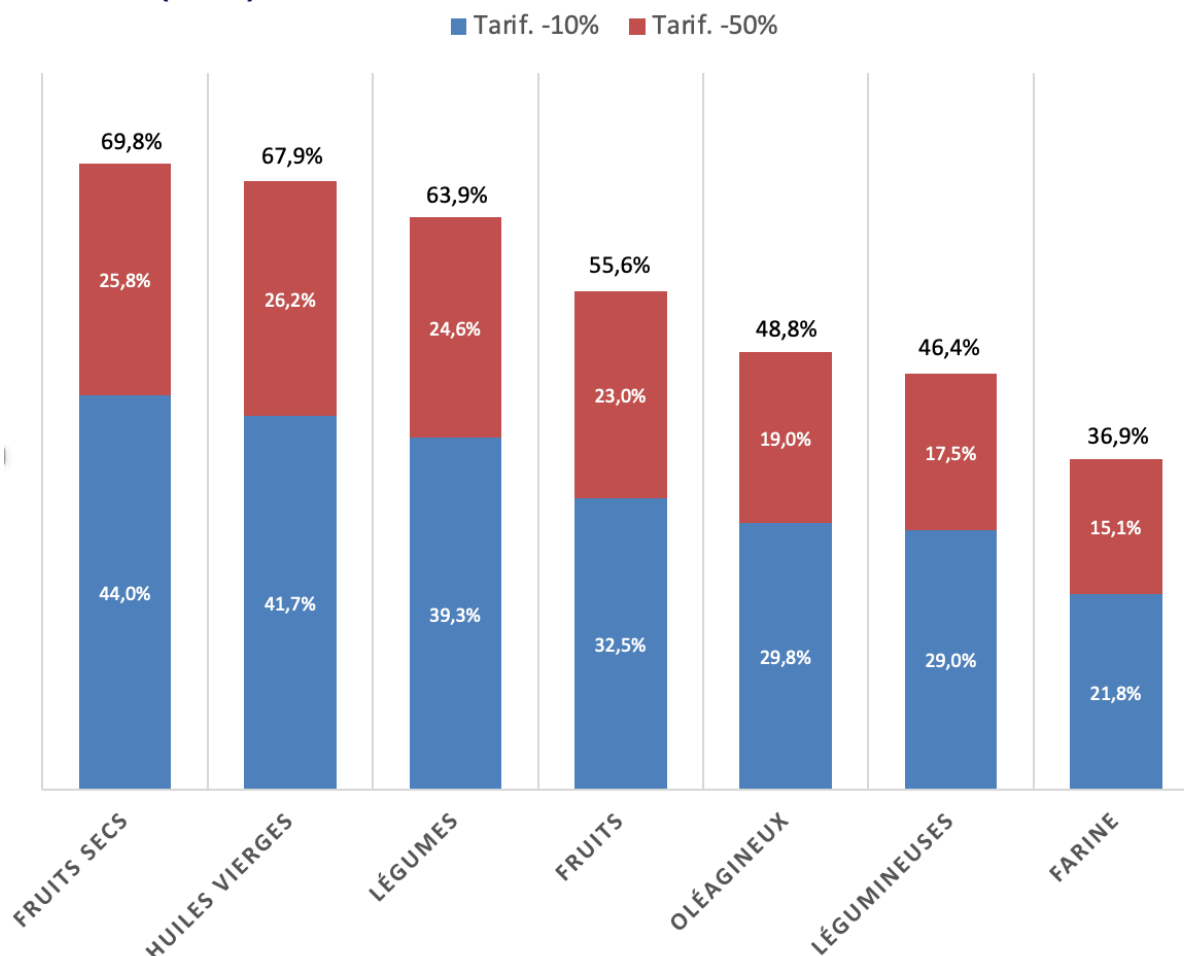
Pour beaucoup d'adhérent·es, comme le montrent les verbatims, **la tarification différenciée permet globalement de mieux manger**, en facilitant l'achat de produits de qualité, sur le plan du goût, de la provenance des produits, de la rémunération des producteurs, de leur valeur nutritive, etc.

« Pour moi ça permet de manger mieux. Le but n'est pas d'acheter beaucoup mais de manger mieux, en quantité raisonnable. Quand c'est de la qualité on jette pas. » (Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Ça m'a permis de mieux manger. Il y a des produits que je n'achète que chez VRAC, pour le prix et parce que ici on sait d'où vient. Il y a l'importance du circuit court. On sait que le producteur a été rémunéré correctement. » (Adhérente Portes du XXème, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

Pour aller plus loin, nous avons interrogé les adhèrent·es sur les produits du catalogue VRAC qu'elles et ils avaient pu acheter davantage grâce à la tarification différenciée.

Graphique 16. Quels sont les produits que vous avez consommé davantage depuis la mise en place du tarif différencié ? (N=252)



Notes : Question avec réponse à choix multiple.

Dans l'ensemble, les adhérent·es sont une **majorité (plus des deux tiers, à 69,8%)** à avoir déclaré pouvoir consommer davantage de **fruits secs** (figues, pruneaux, dattes, abricots secs) grâce à la tarification différenciée. Parmi les adhérent·es ayant une **tarification à -50%**, cette part est de **plus de trois quarts (76,5%)**. Parmi celles et ceux ayant une **tarification à -10%**, une **majorité (à deux tiers, 66,5%)** déclare avoir consommé davantage de fruits secs grâce à la tarification différenciée. Certain·es mentionnent que les fruits secs sont une alternative ou un substitut à des produits moins sains, plus sucrés, transformés, et plus chers.

« Les raisins, pruneaux etc. C'est ce que j'achetais pas ou juste exceptionnellement et maintenant j'en consomme quasi régulièrement et je sais que c'est bon pour la santé. Le miel aussi il est de qualité et très abordable ça c'est génial, ça remplace avantageusement la confiture industrielle au petit dej. » (Adhérente Porte de Vanves, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Les produits d'entretien [j'en achète davantage grâce à la tarification]. Et les fruits secs qui coûtent une fortune maintenant. VRAC c'est continuer à s'offrir des bons produits qui me font plaisir. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Beaucoup de fruits secs, beaucoup de farine – je fais beaucoup de gâteaux- et les fruits secs pour remplacer le sucre. À chaque passage je prends les amandes.” (Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

Parmi les adhérent·es ayant **une tarification à -50%**, une **majorité (plus de trois quarts, à 77,6%)** déclare avoir pu consommer, grâce à la tarification différenciée, davantage d'**huiles vierges** (olive, colza, tournesol). Cette part est de **presque deux tiers (62,9%)** parmi les adhérent·es ayant **une tarification à -10%**.

« L'huile d'olive bio c'est devenu un produit de luxe, heureusement qu'il y a VRAC. Il n'y a que chez VRAC que je la trouve à ce prix-là. Ici je m'offre des bons produits qui me permettent de cuisiner. Comme la vanille, ici c'est le seul endroit où je peux. Sinon mon budget explose. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Huile j'en utilisais mais pas de l'aussi bonne qualité, c'est meilleur ici. Je faisais plus attention, comme ça avait beaucoup augmenté, j'essayais de pas en utiliser beaucoup. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

Les **légumes** sont le troisième produit consommé davantage chez les adhérent·es grâce à la tarification différenciée. Ils et elles sont presque **deux tiers (63,9%)** à avoir déclaré consommer davantage de légumes grâce à la tarification différenciée. Parmi les adhérent·es ayant **une tarification à -50%**, cette part est de **presque trois quarts (72,9%)**. Chez celles et ceux ayant **une tarification à -10%**, elle est de **plus de la moitié (59,3%)**. **Plus de la moitié** des adhérent·es indiquent également avoir pu acheter davantage de **fruits** grâce à la tarification différenciée.

« 3kg de pommes j'en prends à chaque fois ça me permet d'être sûre qu'à chaque repas ma fille a un dessert. » (Adhérente Porte de Vanves, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Pommes, farine je vois la différence, je vais leur faire découvrir les courgettes [aux enfants], sinon ils aiment pas trop les fruits secs. » (Adhérente Nationale Clisson, 30-39 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'achète beaucoup plus d'amandes, des fruits. Du vrac – donc je peux prendre 200g ça suffit. Et ça permet d'avoir une variété de produits dans son panier. Là pour 20 euros j'ai des fruits, des légumes, du café. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Les verbatims ci-dessous donnent des indications plus globales sur les autres produits consommés davantage par les adhérent-es VRAC grâce à la tarification différenciée, comme les **oléagineux** (48,8%), les **légumineuses** (46,4%), les **produits d'hygiène et d'entretien**, etc. Les produits comme les légumineuses permettent, comme l'indiquent les adhérent-es, à modifier certaines de leurs pratiques alimentaires (exemple manger moins de viande).

« Sans le VRAC j'aurais pas pris d'amandes, c'est une nouvelle habitude. » (Adhérente Danube, 60-70 ans, propriétaire, vit à 2, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« La lessive elle a un prix imbattable ici. » (Adhérent Portes du XXème, 30-39 ans, locataire dans le privé, vit seul, sans activité pro., en recherche d'emploi, revenus modestes, tarif. -10%)

« Avec les amandes je fais ma mixture pour les tartines le matin et c'est beaucoup moins cher ; quasiment moitié prix ici. » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Les pois-chiches j'ai essayé ici mais j'en achetais pas ailleurs avant. Ça j'achète ici parce que je connais la provenance. » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, tarif. -10%)

« Les légumineuses par exemple quand je fais mes courses j'en prends pas mais quand j'en vois ici oui. J'en goûte plein, des haricots rouges, blancs noirs et je varie ma consommation. Ça me donne le goût de cuisiner, je vais regarder des recettes sur Youtube etc. Ça donne le goût d'essayer. De nouveaux plats, de nouvelles soupes. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Plus d'un tiers des adhérent-es indiquent avoir pu acheter davantage de **farine** grâce à la tarification différenciée. Pour beaucoup la farine permet de cuisiner du pain ou des gâteaux, notamment pour les enfants, à la place d'acheter des produits transformés et industriels. La qualité de la farine est régulièrement soulignée.

« J'ai découvert d'autres pratiques alimentaires, avec la farine que j'ai achetée ici, la farine de sarrasin, la farine complète ! Quand on a accès à des bons produits ça donne envie d'essayer et de découvrir de nouvelles recettes ! » (Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Je fais beaucoup de gâteaux, je fais beaucoup de pâtisserie et avec la super farine et votre chocolat ! Incroyable. Mes petites filles on leur fait du chocolat chaud le matin avec le vôtre. On fait la course du zéro déchet : avec le nesquick elle en laisse la moitié et avec le chocolat VRAC on mange ! C'est moins sucré. » (Adhérente Fécamp, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« J'ai le plaisir avec les produits secs beaucoup de produits secs. J'ai fait un gâteau mes enfants ont beaucoup aimé. Je suis très fière de Vrac. Je regrette de pas avoir commencé avant. C'est la quatrième fois que je viens pourtant je connais depuis des années, j'ai fait le concours ici. » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Pour certain-es adhérent-es, si la tarification différenciée a en effet permis de consommer davantage certains produits, ou d'en découvrir de nouveaux, leur **budget ne leur permet pas de prendre tous les produits ni les quantités souhaitées.**

« Des choses je pouvais pas... là avec les prix... l'huile d'olive j'ai pris que deux fois parce que je peux pas acheter tout le temps. La lessive ça m'arrange mais ce mois-ci j'ai pas pris, je peux pas parce que la date ça convient pas. Ça m'a vraiment aidé - c'est Aline qui m'a fait un cadeau qui m'a dit tu viens là et tu vois - et j'étais vraiment contente, ça fait un an. Y'a des choses je me dis je pourrais jamais acheter mais ici je peux. Les amandes les enfants aiment tellement ! J'ai jamais acheté les amandes ailleurs. Le prix ici c'est abordable. La farine aussi vraiment. Pois cassés j'ai jamais acheté et ici j'ai découvert - pois cassés ça ressemble aux lentilles mais jamais acheté. »

(Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« C'est la première fois que je viens. Y'a beaucoup de monde. S'ils étaient pas satisfaits ils viendraient pas. Je voulais prendre des pruneaux mais j'avais pas assez. J'ai pris amande, cajou, lessive. »

(Adhérente Charles Hermite, 50-59 ans, hébergée chez un tiers, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

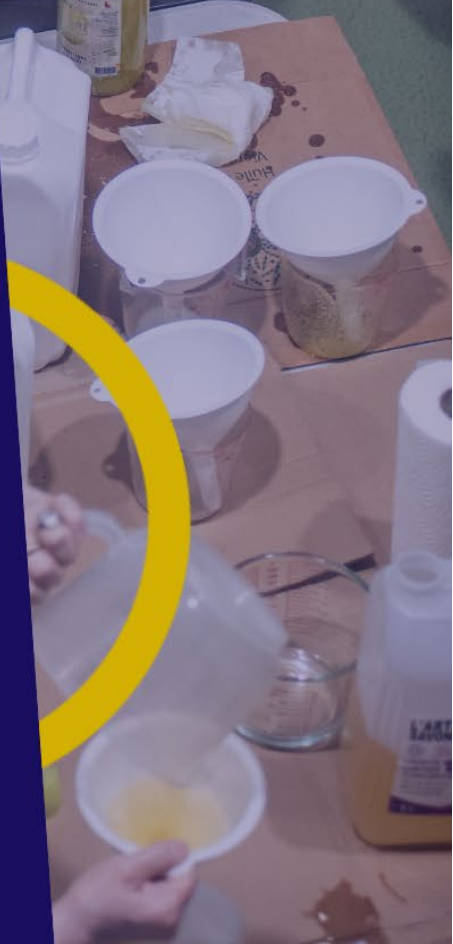
Certaines personnes qui ont déclaré **ne pas avoir changé d'habitudes alimentaires** avec la tarification différenciée indiquent néanmoins avoir acheté davantage certains produits chez VRAC. On peut donc comprendre que **les habitudes alimentaires sont en effet restées les mêmes**, mais que les personnes concernées consomment davantage de certains produits chez VRAC, ou ailleurs également désormais, grâce notamment au levier du prix. En effet, la grande majorité de ces personnes (27 sur 32, soit 84,3%) déclarent percevoir des revenus modestes. Si ces personnes ont maintenu une alimentation saine et durable, malgré une situation économique modeste, c'est grâce à l'offre VRAC.



3.

Santé, accessibilité & alimentation digne et choisie

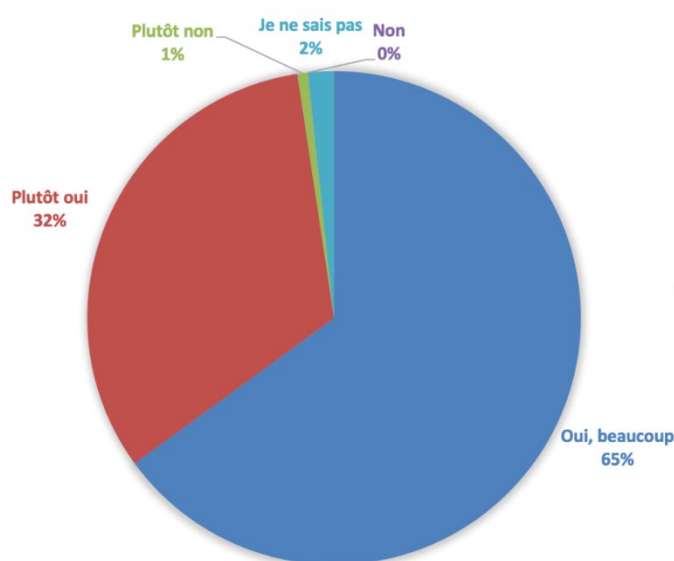
Les adhérent.es au coeur
du projet associatif



Effets perçus de l'alimentation VRAC sur la santé

La **quasi-totalité des adhérent-es** (97%) partage l'impression que **les produits VRAC contribuent positivement à leur santé**. En effet, à la question « avez-vous l'impression que les produits VRAC contribuent positivement à votre santé ? » 65% d'entre eux ont répondu « oui, beaucoup » et 32% « plutôt oui ». Les réponses négatives (1%) et indécises (2%) sont marginales, et reflètent une prudence et une incertitude quant au lien entre santé et produits VRAC.

Graphique 17. Avez-vous l'impression que les produits VRAC contribuent positivement à votre santé¹⁰ ? (N=294¹¹)



Dans leur ensemble, les verbatims des adhérent-es traduisent une **définition globale et plurielle de la santé**.

Ainsi, contrairement aux idées reçues, les personnes précarisées (financièrement, administrativement), ont une connaissance fine des liens entre l'alimentation et la santé, mais subissent des contraintes sur leur choix alimentaire. VRAC contribue, à sa mesure, à lever ces contraintes.

S'il y a un **consensus massif quant à la perception d'un rapport positif entre**

les produits VRAC et la santé, celle-ci est entendue dans un sens large, où le lien avec l'alimentation dépasse largement l'aspect nutrition et agriculture biologique. En effet, les adhérent.e.s de VRAC illustrent par leur vécu, la définition de l'OMS de la santé : « un état complet de bien-être physique, mental et social [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.

Une définition pluridimensionnelle et globale de la santé

Nous avons recueillis des verbatims qui indiquent les **divers effets sur la santé ressentis par les adhérent-es par rapport aux aliments achetés chez VRAC**. Pour certain-es adhérent-es, l'alimentation de qualité, avec les produits trouvés chez VRAC, se substitue

¹⁰ La formulation de la question a pu biaiser, du côté positif, les réponses des adhérent-es. Les verbatims permettent toutefois d'étayer et nuancer la compréhension que les adhérent-es ont du lien entre leur santé et les produits VRAC. À l'avenir, une autre formulation pourrait être préférée : « Selon vous, quel est l'impact des produits VRAC sur votre santé ? », avec « positif » ; « négatif » ; « neutre » ; « je ne sais pas » comme options de réponse et une demande de précision (sous forme de verbatims).

¹¹ L'échantillon global passe ici à N=294 car une adhérente a dû interrompre le questionnaire, étant enceinte et devant aller chercher sa fille à l'école au cours de l'épicerie.

même à certains médicaments. **Les produits VRAC sont ainsi considérés comme ayant des effets positifs sur des problèmes de santé des adhérent-es.**

« La question se pose pas. J'ai des maladies auto-immunes donc je peux pas... si je prends des produits transformés je vais direct à l'hosto. Quand je mange maison ça passe. Ça me permet d'accéder à des produits qui vont pas être nocifs pour ma santé, et à des prix raisonnables. » (Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

Par exemple, le label **bio**, mais aussi la **qualité** (fraicheur, goût) et la **dimension naturelle** (brute, non-transformée ou peu transformée, sans pesticide) des produits VRAC est associée à la santé. Les adhérent-es expriment sur ce point une confiance à l'égard des produits VRAC, qu'elles et ils perçoivent comme bons pour leur santé, souvent en opposition à ceux des supermarchés. Certain-es témoignent également d'une amélioration de leur santé grâce aux produits VRAC, notamment des personnes ayant des problèmes de santé et pour qui ces aliments représentent une alternative ou du moins un complément aux médicaments traditionnels. D'autres encore, qui ont des **régimes alimentaires particuliers**, indiquent que les produits VRAC leur correspondent et répondent à leurs besoins.

« Parce que c'est bio, local, pas beaucoup d'intermédiaires, donc c'est plus frais donc plus de vitamines ! On rince et c'est bon ! Et ça a plus de goût. Au marché, ça traîne... » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« C'est du bio donc - les fruits je mange avec les peaux, les légumes je les lave bien - je perds pas les vitamines ! Ou moins. Et vu les prix on mange quand même un peu plus, enfin mieux, ça évite la malbouffe malgré tout. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, propriétaire, vit seule, retraitée, revenus modestes, prix coûtant)

Qualité nutritionnelle des produits VRAC et contribution à une alimentation équilibrée et variée

Le lien positif perçu entre produits VRAC et santé s'explique par le fait que VRAC permet une **alimentation davantage ou du moins suffisamment équilibrée et variée**. Notamment par le biais de l'amélioration de l'accessibilité économique, les adhérent-es indiquent pouvoir changer certaines de leurs pratiques alimentaires comme manger davantage de légumes, de fruits secs et de légumineuses. Le prix des produits VRAC, du prix coûtant à la tarification différenciée, permettent une amélioration quantitative et qualitative des pratiques alimentaires. Comme le souligne des adhérent-es, les effets sont la réduction de

la consommation de produits transformés, ainsi que de viande ou de sucre. Certain-es attribuent également à VRAC un rôle incitatif à cuisiner davantage et manger plus varié, notamment via l'achat de produits bruts et la découverte de certains produits.

Ci-dessous sont regroupés les verbatims qui montrent le rôle que l'alimentation, chez VRAC en particulier, joue sur la santé pour les adhérent-es, du point de vue de la **nutrition**, soit du lien fait entre une alimentation à base de produits naturels, à cuisiner, sans pesticides, bio, frais, des fruits et des légumes etc. et la santé.

Les produits VRAC sont ainsi mis en avant comme alternatives à d'autres produits, vendus en grande surface, qui sont plus sucrés, plus chers, transformés, etc. La **diversité** des produits et le fait d'avoir une **alimentation équilibrée et variée grâce à l'offre VRAC** est aussi soulignée.

« A partir du moment où je fais confiance en des produits sans pesticides je pense que c'est positif pour la santé. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« Les fruits secs - ça remplace tous les petits encas sucrés - maintenant j'ai un petit sachet avec abricots, dattes amandes et pareil pour les pommes - compote de pomme ça m'a fait lever pied sur les paquets de gâteau - et comme j'achète d'un coup 5kg de farine je fais le pain à la maison. » (Adhérent Danube, 40-49 ans, locataire dans le privé, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

« On va manger équilibré, des produits de qualité. Par exemple les protéines, les lentilles tout ça, on mange varié, équilibré c'est ça qui est bien pour la santé. » (Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Les adhérent-es sont également beaucoup à souligner le fait de pouvoir acheter exactement ce dont ils et elles ont besoin comme étant lié positivement à leur santé. Ne pas avoir à sur-consommer, et prendre exactement les quantités souhaitées est perçu comme positivement lié à la santé.

« [...] En plus je réduis ma consommation de viande donc avec VRAC je complète beaucoup avec les légumineuses. Je vais mieux depuis que j'ai changé de régime ! » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Un impact positif sur la santé par la réduction de la précarité alimentaire

Le lien entre santé et nutrition a aussi une dimension quantitative. Pour certain-es adhérent-es, c'est le fait d'avoir la possibilité, via VRAC et notamment le rapport qualité prix de son offre alimentaire, d'acheter **davantage ou une quantité suffisante de produits sains** (y compris des **fruits et des légumes**) qui joue sur la santé. De manière similaire, pour certain-es adhérent-es, c'est le fait de pouvoir s'alimenter **en fonction de ses besoins**, ou de manière à y répondre, qui joue sur la santé. C'est donc la quantité des produits que les adhérent-es peuvent acheter chez VRAC qui joue de manière positive sur leur santé, qu'il s'agisse d'avoir davantage de produits de qualité dans son régime alimentaire aussi bien que de réduire la précarité alimentaire¹².

« J'achète des pommes et des carottes qui sont pas chères donc je peux en manger tous les jours. Pas juste une, maintenant je peux en manger trois de chaque jour. Je consomme plus ce dont j'ai besoin, plutôt qu'être toujours freinée par rapport aux prix. » (Adhérente Danube, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Ça me fait manger plus de fruits et légumes, parce que c'est moins cher ici. Et que la plupart sont bio. » (Adhérente Danube, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, famille monoparentale, prix coûtant)

La **dimension financière**, que VRAC permet de rendre moins contraignante par rapport à l'accès à une alimentation de qualité, bonne pour la santé, ressort aussi beaucoup dans ces verbatims.

Une alimentation conviviale, qui fait plaisir et qui a du goût

Les verbatims ci-dessous montrent que le **goût** et le **plaisir** dans l'alimentation joue aussi sur la santé. Les aliments VRAC sont en effet notamment appréciés pour leur goût.

¹² La notion de précarité alimentaire englobe davantage que le fait de manger à sa faim, auquel renvoie plus spécifiquement la notion d'insécurité alimentaire. La notion de précarité alimentaire dépasse la dimension nutritionnelle et quantitative de l'alimentation. Elle peut être définie par « une situation dans laquelle une personne ne dispose pas d'un accès garanti à une alimentation suffisante et de qualité, durable, dans le respect de ses préférences alimentaires et de ses besoins nutritionnels, pouvant entraîner ou découler de l'exclusion et de la disqualification sociale ou d'un environnement appauvri » (Paturel 2017 ; Laboratoire de l'ESS 2021). La précarité alimentaire concerne ainsi l'accès à l'alimentation et le rapport social dans lequel cet accès s'inscrit.

« C'est pour ça que je suis là ! Même le goût je trouve différent... Au niveau des pois chiches, des lentilles, y'a rien à voir ! J'avais 1kg de lentille cet été je l'ai ramené au Maroc, je l'ai ramené là-bas mes sœurs elles ont dit ça a un différent goût, je leur ai dit ça vient de VRAC ! Tout est bon, même au niveau de la sauce : l'huile de Tunisie elle est bonne aussi. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

Le **plaisir** se trouve également dans le fait de cuisiner, de partager des produits ou des repas avec des proches, de partager, ou encore dans le **lien social** qui se construit au sein de l'association et en dehors. Le plaisir vient aussi du fait de ne pas « se prendre la tête » par rapport au produit, au fait de savoir qu'ils sont sains, sans avoir à se préoccuper de les nettoyer etc.

« Parce qu'ils sont bio, ils sont frais et du coup j'en mange plus donc ma santé s'en trouve meilleure. Je cuisine plus (+), encore mieux qu'avant, je trouve des recettes, des choses que je réussis et qui font plaisir autour de moi. J'apporte à manger dans des groupes d'amis. C'est très important autour de moi. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, propriétaire, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

« C'est des bons produits, ils sont bons et ils sont moins chers et ils sont réguliers – ils reviennent tous les mois, c'est pas aléatoire et ils sont de qualité donc ils se conservent bien – j'ai aucun problèmes avec les produits que j'achète ici et c'est des produits qui ont un goût que je trouve pas ailleurs. » (Adhérente Fécamp, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, prix coûtant)

« C'est bon hein c'est le goût. Y'a du goût, surtout les fruits. » (Adhérente Portes du XXème, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

« Par exemple on va s'efforcer de cuisiner, et prendre plaisir à cuisiner parce que on a des bons produits, faire des choses simples mais qui sont pas des produits préparés. Et le fait que ce soit en vrac c'est bien aussi parce que je mets tout dans des bocaux transparents et je les vois. Et par exemple J'ai vu les pois cassés que j'avais acheté je me suis dit je vais faire une soupe. Donc ça a l'avantage de faire voir qu'on a des choses à cuisiner. » (Adhérente Nationale Clisson, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

Un impact positif sur le bien-être et la santé mentale

Pour certain·es adhérent·es, c'est sur la **santé mentale** que joue une bonne alimentation et la participation aux groupements d'achat VRAC.

« Ça contribue à mon mieux être mental de bien manger. Mon cerveau se porte mieux donc c'est mieux physiquement et ça joue sur moins de stress. » (Adhérente Danube, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

« C'est la santé à la fois physique et mentale, c'est aussi de savoir que ça existe et qu'on se retrouve une fois par mois. Je suis dans plein d'association, je connais plein de gens du quartier, je trouve que c'est une initiative qui devrait être étendue. » (Adhérent Amandiers, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Oui y compris santé mentale, venir ici les gens sont sympas ça fait du lien social donc oui santé physique et mentale. » (Adhérent Portes du XXème, 30-39 ans, locataire dans le privé, vit seul, sans activité pro., en recherche d'emploi, revenus modestes, tarif. -10%)

Liée à la dimension de **confiance**, le fait de pouvoir acheter des produits sans avoir à réfléchir ou douter de leur qualité est également souligné comme ayant des effets positifs sur la santé mentale.

« Bien sûr – parce que c'est des produits qui n'ont pas, comme les autres, les pesticides du tout – c'est nature on peut consommer sans penser à autre chose – surtout les pruneaux et les dattes là – c'est de la bonne qualité. »

(Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Parce que je pense que les produits sont de bonne qualité, issus de circuit court, et juste l'idée de me dire que j'ai confiance en ce que je mange ça me fait du bien. J'ai toujours un stock de légumineuses par exemple, ça m'aide à équilibrer, je varie beaucoup comme ça ça m'aide à dépenser moins d'argent, parce que j'ai des choses chez moi, je dépense moins d'argent et je mange plus chez moi. »

(Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, Vous êtes étudiant-e famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

Il y a aussi, selon certain-es adhérent-es, un effet **rassurant**, à savoir qu'une initiative comme VRAC existe, dans un contexte d'accroissement de la précarité. C'est donc également le fait de pouvoir bien s'alimenter sans que cela représente une pression trop forte sur son budget qui est positif, du point de vue de la santé mentale des adhérent-es. C'est aussi la régularité du projet qui permet de rassurer les habitant-es. Être sûre que VRAC est là tous les mois, que ces prix sont accessibles dans la durée, qui est un facteur important pour les adhérent-es.

« Oui oui du fait que ce sont des produits bio et à prix raisonnables, l'un va avec l'autre, ce qui est bon ça contribue obligatoirement au bien-être de mon corps, de mon esprit, donc de ma santé. Et puis de pas être contrariés à acheter... T'as une sécurité quand même. Tu sais plus (+) ce que tu manges. »

(Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Je mange mieux, je suis tranquille au fond de moi parce que je sais que c'est bio, c'est propre, je mange pas cette malbouffe. Dans ma tête je suis contente de manger ça et rien que d'être contente ça veut dire que je vais me sentir mieux ! Et je peux me guérir. »

(Adhérente Danube, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

La santé environnementale et l'écologie

L'**écologie** est aussi une dimension qui ressort dans les réponses données par les adhérent·es quant au rapport entre santé et alimentation. La santé est ainsi, pour certain·es, associée à l'environnement et des modes d'approvisionnement plus écologiques, qui préservent les écosystèmes, font moins de gaspillage et prennent en compte la santé des générations futures. On retrouve ici le concept de **santé environnementale**, qui comprend selon l'Organisation Mondiale de la Santé des facteurs liés à la santé humaine, la qualité de vie, ainsi que les effets de la détérioration de l'environnement sur la santé, dont via la production alimentaire (Organisation Mondiale de la santé 2025).

Ainsi, l'impact d'un mauvais environnement (pollution de l'air, pollution de l'eau, intrant chimique dans les productions alimentaires, pesticides divers etc.), sont souvent interrogés par les adhérent·e·s. La production agro-écologique des produits proposés à VRAC Paris est essentielle pour les adhérent·e·s. Ces dernier·es le voit comme un impératif, et un équilibre, entre l'accessibilité financière, et le respect de leur santé, d e celle du producteur·trice, et de la terre dont le produit est issu. Ces impératifs sont réunis dans le concept de « one health », et sont également portés par les adhérent·e·s.

« L'accès à la nourriture bio et moins de production de plastique ça a des conséquences sur la santé et environnementale aussi, pour ça que je suis là. » (Adhérent Fécamp, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en recherche d'emploi, revenus modestes, tarif. -50%)

« Je dirais plutôt dans la mesure où ce sont des produits locaux, ils n'entraînent pas de pollution donc c'est bon pour ma santé. Et produits locaux et bio, je pense que c'est plutôt bon pour ma santé. Mais plus indirectement du fait que... Par exemple j'évite d'acheter des avocats... qui viennent du Pérou c'est très bien mais ils ont traversé la moitié de la terre. »

(Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Parce que ça réduit... Y'a ma santé et la santé de la planète surtout parce que c'est du vrac, donc réduction des transports, des packagings. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire dans le privé, vit seule, sans activité pro., en recherche d'emploi, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« [J'aime le projet associatif de VRAC] parce que je me sens concernée par tout ce qu'il se passe au niveau de la nature. Par rapport à mes enfants aussi. Je pense plus à eux et à leur futur. » (Adhérente Charles Hermite, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, prix coûtant)

Le soutien aux producteurs

Le soutien aux producteurs est souvent pris en compte dans les considérations sur la santé et les produits achetés chez VRAC. Le **mode de distribution** (circuits courts vs. grande distribution) est également mis en lumière comme jouant sur la qualité des produits et donc sur la santé. La santé, selon les adhérent-es, prends ainsi en compte non seulement la leur mais celle des producteurs, productrices et autres travailleurs et travailleuses de la chaîne alimentaire.

« Ils viennent de producteurs et pas de chaînes de grande surface etc. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Ce sont des produits de qualité je trouve - en grande partie issue de l'agriculture biologique - voilà tout ça c'est plutôt rassurant et après moi je sais pas on leur fait confiance... Parce que la pollution est partout -mais là je me dis c'est super même si on sait que ça va être parfait - je pense la qualité nutritionnelle est meilleure qualité gustative globalement oui - c'est moins contaminé - c'est aussi ce côté, c'est tout un cercle vertueux, paysans travaillent dans meilleures conditions, je suis sensible à tout ça. »

(Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., tarif. -10%)

La confiance dans les producteurs, la provenance des produits et de leur qualité est un autre facteur associé à la santé que mentionne les adhérent-es.

« On fait confiance, c'est bio, on connaît les producteurs. » (Adhérente Danube, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« On espère [que les produits VRAC ont un effet positif sur la santé] ! Produit local, bio on sait d'où ça vient, c'est peu transformé, on sait que c'est meilleur pour la santé. On essaye d'y croire, on verra avec le temps. Circuit court, proximité, c'est bénéfique pour tout le monde, ça peut être que du positif qui en ressort. » (Adhérent Danube, 30-39 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

La précarité hygiénique

Selon les adhérent-es, un des facteurs jouant sur la santé, autre que l'alimentation, est **l'hygiène**. Nombreuses sont les adhérent-es à insister sur les bienfaits des produits tels que la lessive, le liquide vaisselle.

« Oui parce qu'ils sont très bons et je suis sûre qu'ils sont de qualité – et là je prends le produit lessive et je suis sûre que j'aurais pas d'allergie. Je fais confiance. Et c'est pareil pour le produit vaisselle. » (Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, tarif. -10%)

« Les produits d'entretien aussi ça serait génial [d'avoir la tarification différenciée] parce que ça coûte tellement cher. La santé c'est aussi notre propreté. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Conclusion

Parmi les effets ressentis sur la santé, beaucoup d'adhérent-es mentionnent **la santé mentale**, **l'écologie** et le **lien social**. L'alimentation VRAC, qui englobe davantage que les seuls produits achetés dans l'association, est associée au **goût** et au **plaisir**, à **l'écologie**, au **soutien des producteurs**, au **lien social**, au **soin des enfants**, **l'estime de soi**, ou encore à **l'hygiène**. Enfin, beaucoup d'adhérent-es expriment la **confiance** qu'elles et ils ont dans l'association et les produits, au niveau de leur qualité (par exemple bio, sans pesticide, fraîcheur des fruits et légumes), de leur provenance, ou encore de leur goût.

Dans l'ensemble, le rapport positif entre santé et alimentation chez VRAC s'explique par une réduction de la précarité alimentaire et hygiénique, une augmentation du bien-être global et un renforcement d'un rapport de solidarité et de soin aux autres et à l'environnement. L'ensemble des paroles ci-dessus et en particulier les verbatims présentés ci-dessous, démontrent l'importance de toutes ces dimensions, et leurs liens intrinsèques à un état de bonne santé : lien social, soutien aux producteurs, santé mentale, qualité des produits, la confiance etc.

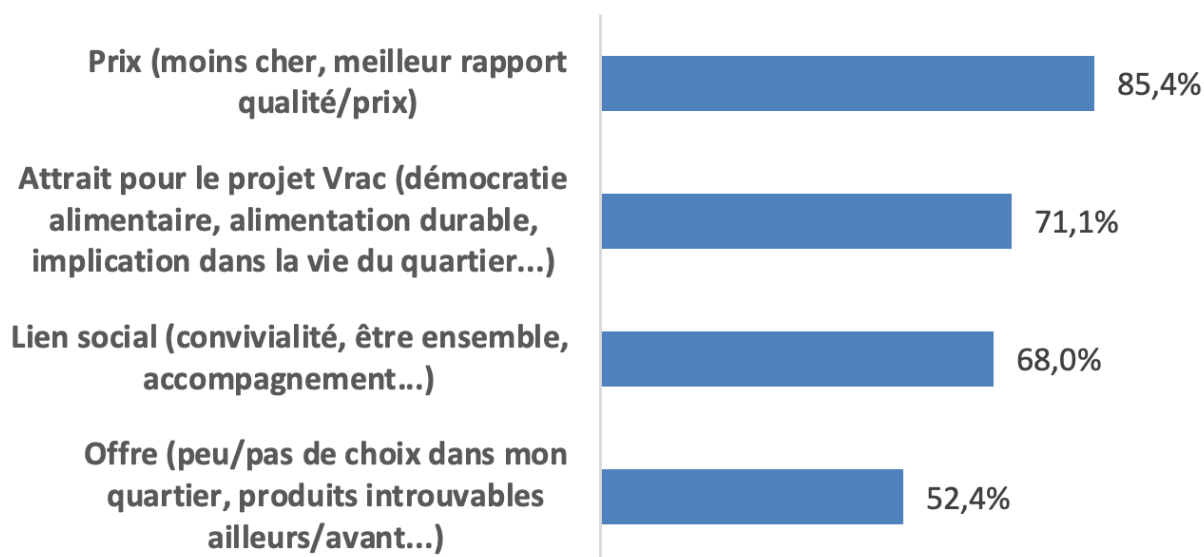
« 100%. On voit qu'il y a des produits bio ou pas bio mais c'est surtout savoir que ça vient de producteurs qui sont pas loin, qu'on peut aller visiter, ça crée un lien de confiance. De voir qu'il y a pas de pesticides etc. C'est primordial pour la santé. Ça fait vraiment la différence. Et puis je dirais aussi le lien social, le fait de rencontrer des gens, d'échanger un peu, moi j'ai eu des infos pour le sport etc. Même pour la santé mentale et physique c'est super important. Se mettre derrière le comptoir, peser et tout le faire pour l'autre ça crée un lien qui est primordial. Ça rappelle des souvenirs d'enfance. Là avec un monsieur on rigolait, on discute, on rigole. Tout ça c'est de la santé physique et mentale. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Parce que on mange des produits de bonne qualité, c'est bio et après la santé ce que j'aime bien c'est que ça permet que beaucoup de personnes mangent bien, c'est un collectif, ça a du sens aussi. Créer du collectif c'est important aussi, le côté asso c'est important et ça montre que quand on crée du collectif c'est possible. Même si un jour je trouve quelque chose moins cher à côté de chez moi je vais venir parce que c'est important. Au début quand je me suis inscrite j'étais vraiment en galère, maintenant j'ai un temps plein et je suis étrangère donc pas d'équivalence de mon diplôme, j'avais vraiment pas d'argent, c'était vraiment vital pour moi. » (Adhérente Charles Hermite, 40-49 ans, locataire dans le privé, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« Positivement oui et surtout pas de gâchis, parce que y'a pas d'emballage ça fait moins de choses à jeter à la poubelle et la santé bien sûr tout le temps on nous parle que de ça bio bio... et le goût, les carottes par exemple les enfants mangeait pas et là ils disent c'est sucré mon fils il les mange crues ! (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

Motivations d'adhésion et de participation à l'association VRAC

Graphique 18. Pour quelles raisons participez-vous à votre groupement d'achat VRAC ? (N=294)



Note : Question avec réponse à choix multiple.

Le prix et l'accessibilité économique

Comme les deux années précédentes, une **large majorité d'adhérent-es** (85,4%) donne le **prix** comme une des raisons de participation à leur groupement d'achat VRAC. Cette donnée correspond aux résultats de la concertation menée par VRAC à l'échelle nationale, qui montrent que l'aspect économique est une des premières raisons de participation aux groupements d'achat VRAC.

« C'est pour les nécessités aussi - on trouve des produits bio que je peux pas acheter ailleurs parce que c'est trop cher. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

En effet, l'association **rend possible un accès à une alimentation de qualité pour des adhérent-es aux revenus modestes** (84,1% des adhérent-es mentionnant le prix comme raison de participation indiquent percevoir des revenus modestes), fortement sensibles à l'inflation et aux écarts de prix. Les adhérent-es sont nombreux-ses à souligner que l'association leur permet d'accéder à des **produits bio, locaux et de qualité** « à un coût qui défie toute concurrence », dans un contexte où l'offre des supermarchés discount est devenue inaccessible (« même Lidl c'est devenu trop cher »). Pour beaucoup, l'offre VRAC permet d'équilibrer les budgets et de continuer à consommer des produits jugés de bonne qualité et parfois nécessaires à la santé.

L'engagement et l'adhésion au projet associatif

Pour la première fois depuis deux ans, la raison qui arrive en deuxième position (choisie par **presque les trois quarts** des adhérent-es) est l'**attrait pour le projet associatif**. Preuve que l'association représente un espace de politisation et de mobilisation sur les questions de démocratie alimentaire et de vie collective dans le quartier, les adhérent-es soulignent de nombreux éléments, autre que la consommation, qui expliquent leur participation aux groupements d'achats VRAC. Adhérer à VRAC est en effet une manière de participer à une initiative solidaire, écologique, et d'émancipation.

« En 1 pour le projet de l'association - au départ c'est des raisons politiques, c'est du soutien, acheter là pour permettre que ça existe - après maintenant le rapport qualité prix oui mais c'est en deuxième. » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« J'aimerais bien m'impliquer plus, participer à la réflexion [sur] reprendre le pouvoir sur son alimentation. » (Adhérente Danube, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« C'est bien au lieu d'acheter en grande surface. J'étais pour l'histoire du bénévolat mais je peux pas le faire. Faire participer ces gens à ce genre d'action, c'est l'action que j'aime, c'est du partage qui me plaît. » (Adhérente Fécamp, + de 70 ans, locataire dans le privé, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« J'aime le fait que les produits de qualité soient accessibles à tout le monde, au plus grand nombre. » (Adhérente Portes du XXème, 50-59 ans, propriétaire, famille, sans activité pro., en recherche d'emploi, prix coûtant)

« Parce que j'ai envie d'aider un peu et j'habite pas loin et c'est pour moi un plaisir et j'ai pas d'autres activité donc je viens ici. » (Adhérente Fécamp, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

De nombreuses adhérent-es mentionnent leur **engagement militant**, ou un certain projet politique ou des valeurs auxquels ils et elles adhèreraient en achetant chez VRAC. Bien plus qu'une forme de « consommation engagée » (Dubuisson-Quellier 2016) qui ne serait qu'individuelle, on retrouve ici la dimension politique que revêt l'association VRAC pour de nombreuses adhérent-es.

Si pour certain-es adhérent-es, consommer chez VRAC permet de réaliser certains engagements individuels vis-à-vis de l'environnement ou du soutien des producteurs, toutes et tous notent que dans leur participation à l'association il se passe quelque chose

de collectif, de social qui dépasse largement le seul acte de consommation individuel. Ceci est notamment le cas pour des personnes âgées ou précaires pour qui VRAC représente leur première expérience associative. Pour le dire autrement, la majorité des adhérent-es ressent que VRAC est « bien plus qu'un magasin », lié également au lien social tissé dans cette association (point développé plus bas).

Le lien social et la convivialité

Le **lien social** est également désigné par une large partie des adhérent-es (**plus des deux tiers**) comme raison de participation à leur groupement d'achat VRAC. Les adhérent-es soulignent souvent la bonne ambiance, la convivialité, l'esprit de partage, de confiance et de solidarité qu'elles retrouvent chez VRAC, mais aussi la gentillesse de l'équipe.

« Parce que c'est propre, c'est très rentable et les gens ici sont très gentils avec moi et moi j'en ai besoin, surtout parce que je suis timide, sinon je n'arrive pas à parler avec les gens. Et ça m'occupe. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, propriétaire, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Je viens pour le prix, des produits de qualité, et pour l'ambiance ici on dirait qu'on est dans un village c'est comme chez nous alors qu'ailleurs on achète on connaît personne, ici y'a l'ambiance. » (Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« La qualité, l'accueil, voir du monde, participer dans une vie active, apporter son petit plus, t'apportes ton aide, ton savoir, c'est un petit plus pour tout le monde c'est pas tu vas faire tes courses merci au revoir, là tu fais le lien. Acheter pour acheter je m'en fous. Là c'est vraiment le côté y'a la petite touche on vient vers toi on demande après toi y'a le petit lien qui se construit tu sais que tu vas sortir avec de belles pommes tu vas faire ta petite tarte là j'ai pris pomme cannelle, on rencontre du monde quoi. Ensuite je vais partager je vais faire ça pour moi et mon papa je vais dire ça vient de l'épicerie VRAC c'est bien. Y a une petite histoire, pas comme quand tu dis je suis partie à Franprix. Là y'a vraiment un suivi agréable. C'est un privilège. » (Adhérente Portes du XXème, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., tarif. -10%)

D'autres encore mentionnent particulièrement bien aimer le fait de faire du **bénévolat**, de pouvoir ainsi rencontrer du monde. Le bénévolat représente ainsi une forme d'engagement aussi bien qu'une manière de créer du lien social.

« Moi j'aime bien le concept. J'ai fait du bénévolat avec eux et moi ce que j'ai aimé – la première fois que j'ai acheté chez eux j'ai ramené un carnet de chèque et elle m'a dit Gaëlle "tu peux nous payer le mois prochain" déjà en me tutoyant – elle me connaissait pas, elle savait pas si j'allais revenir mais elle m'a fait confiance. Et c'est ça qui m'a incitée à revenir. Cette familiarisation dans le contact. Quand on parle avec qqn en le tutoyant ça change tout, En France c'est pas commun, moi de mon pays on peut parler avec tout le monde, n'importe qui de quel niveau, qqn qu'on connaît pas. Et j'ai trouvé ça ici. Cette confiance ça m'a touchée. Y'a un lien qui s'est créé facilement, et c'est pour ça que je suis revenue.” (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Pour les **personnes isolées** particulièrement, cette convivialité et ces échanges sont vraiment appréciés. VRAC permet ainsi de rompre l'isolement des personnes âgées, en plus d'apporter un espace de socialisation et de soutien moral.

« Je suis venue par connaissance, j'ai une copine qui venait tout le temps. Je viens à la médiation numérique ici. Comme je suis retraitée et seule il faut me socialiser. Dans le métro l'autre jour une fille du cours informatique elle m'a reconnue ! » (Adhérente Danube, 60-70 ans, propriétaire, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« C'est surtout un lieu de rencontre aussi. La dame est gentille. » (Adhérente Charles Hermite, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

Comme indiqué plus haut, la dimension de renforcement du lien social est liée à celle de la **politisation et de l'engagement associatif** autour de l'alimentation. VRAC représente ainsi un espace où les adhérent-es peuvent partager leurs expériences et problématiques communes en termes d'alimentation et de précarité plus généralement, permettant d'enclencher une réflexion et une mobilisation collective.

« On n'a pas les moyens d'aller dans les grandes surfaces et aussi rencontrer des gens et voir des gens, réaliser que y'a des gens dans la même situation que moi ça donne de la force. Moi avant j'avais honte, depuis la mort du père de mon enfant tout a basculé. J'étais commerçante, lui a laissé beaucoup de dette etc. Là depuis 2022 j'ai commencé à travailler puis je suis tombée très fatiguée, très mal au dos et là c'est compliqué. 600 euros quand tu gagnes ça puis t'as les charges il te reste rien pour manger, il reste que les pâtes... »

(Adhérente Charles Hermite, 50-59 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Y'a plus de lien pour pouvoir exprimer ses difficultés et s'arranger. »

(Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., revenus modestes, tarif. -50%)

L'association **leur permet de tisser des liens avec des personnes habitant le même quartier**, qu'elles n'auraient pas rencontrées autrement. L'adhésion à l'association VRAC est ainsi pour certain-es adhérent-es une manière de participer à la vie de quartier.

« Pour les échanges, j'ai rencontré beaucoup de personnes magnifiques. Les produits c'est vraiment très important mais pour moi c'est des relations humaines c'est la convivialité. [...] Je reste je ne suis pas stressée j'échange avec les gens, pour moi c'est top top. Pour moi c'est très important. Et participer à la vie du quartier aussi c'est important. Aujourd'hui encore j'ai rencontré une nouvelle personne. »

(Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Des échanges témoignent aussi de la **mixité sociale** que l'on trouve chez VRAC.

« Je suis famille monoparentale, j'ai les moins 10% et ça me fait connaître des gens aussi que je connais pas forcément. »

(Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

Certains verbatims témoignent aussi du **sentiment d'appartenance** qu'expriment les adhérent-es à l'égard de VRAC : elles et ils s'y sentent chez eux, c'est un endroit qui leur appartient et où elles et ils se sentent bien, où elles et ils font des choses ensemble. À nouveau, cette forte appropriation de l'espace associatif par les adhérent-es s'insère dans les actions « d'allers-vers » menées par l'association (cf. section « L'aller-vers et la démocratie alimentaire au cœur du projet VRAC »).

« Parce que je les adore, ils sont bien avec moi. Quand je passe ici, ça fait plaisir, même si je rentre pas, même si je parle pas avec eux. Cet endroit c'est comme si ça m'appartient. Je peux rentrer, je peux dire bonjour. Avant je connaissais pas les voisins maintenant je les connais. On se voit ici, ou dans la rue on se dit bonjour on se parle. » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, famille, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

L'offre et la qualité des produits

Pour **un peu plus de la moitié des adhérent-es**, la raison donnée pour la participation au groupement d'achat VRAC est l'**offre de produits**. Si l'offre de produits de qualité ne manque pas à Paris, elle est souvent inaccessible, à cause du prix notamment. Des adhérent-es déclarent en effet que cette offre existe dans la ville de Paris (« ce n'est pas l'offre qui manque à Paris »), en général et pas nécessairement dans leurs quartiers. C'est en effet un point que l'on retrouve également dans le diagnostic réalisé par Action Contre la Faim (2025) dans le XVIIIème arrondissement de Paris.

Les adhérent-es apprécient la **qualité gustative**, la **transparence** de la provenance et de la qualité des produits, ainsi que leur **diversité**. La qualité nutritive des produits est souvent mentionnée, de manière quasi indissociable du prix. Pour beaucoup, adhérer à l'association VRAC signifie découvrir de nouveaux produits, s'alimenter autrement, non uniquement en raison du prix mais du lien social tissé dans cette association. D'autres encore apprécient les produits VRAC en raison de leur effet positif sur leur bien-être et leur santé.

« Ici le plus important, le premier c'est la santé. Parce que plus on mange bien plus on est en bonne santé. Et l'argent aussi - les magasins bio avant j'allais je pouvais rien acheter et là c'est mieux. Ici on est bien accueillies c'est comme à la maison, on parle. » (Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« C'est très varié, on peut acheter de tout ! Des poireaux et crème antiride. Et c'est bien de retrouver des gens du quartier, avec qui on n'a pas trop d'occasions pour discuter. » (Adhérente Nationale Clisson, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, prix coûtant)

La **proximité** est également donnée comme raison de participation aux groupements d'achats VRAC, montrant à nouveau l'apport que représente VRAC en termes d'accessibilité à une alimentation de qualité, dans des quartiers où celle-ci est rare.

« C'est très pratique, c'est dans ma rue. Et surtout en ce moment j'ai eu tellement de problèmes financiers que ça m'a aidé à pouvoir faire les courses. Je faisais les invendus du marché autrement. Et même je vais dans une épicerie solidaire et y'a des fruits et des légumes mais ils sont pas de cette qualité, rien à voir.” (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

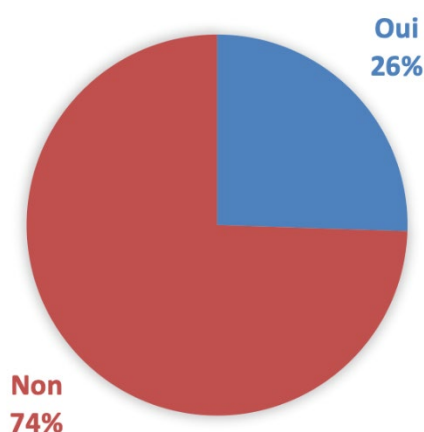
Enfin, pour **presqu'un tiers** (28,2%) des adhérent-es, c'est à la fois **le prix, l'offre, le lien social et l'attrait pour le projet associatif** qui expliquent leur participation à l'association VRAC. Le verbatim ci-dessous reflète, dans de nombreuses dimensions (économiques, sociales, écologiques, politiques), ce que représente l'association pour les adhérent-es. Pour beaucoup d'adhérent-es par ailleurs, comme le montrent les résultats de l'enquête 2023 et à nouveaux ceux de cette année, **adhérer à l'association VRAC est une première expérience associative.**

« Ma motivation première c'était réduire les déchets et quand on est seule isolée c'est pas évident. Quand j'ai commencé à faire ça y'a quelques années c'était pas facile... Donc pour moi c'était vraiment du pain béni quand vous avez ouvert et c'est beaucoup plus stimulant et motivant pour soi. Et c'est moins cher qu'ailleurs. Et aussi c'est pas du tout le même rapport humain que quand tu vas au supermarché. J'essaye d'aller un max chez les petits commerçants du quartier, mais même ici y'a autre chose, y'a un petit supplément d'âme. On pourrait faire ça plus souvent ! » (Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, vit seule, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

Inclusion numérique : accompagnement à la prise de commande

Un peu **plus d'un quart des adhérent-es interrogé-es** est **accompagné à la prise de commande**. Comme l'ont montré les résultats de l'enquête 2023, cet accompagnement est unanimement apprécié par les adhérent-es qui en ont besoin. L'équipe de l'association effectue, chaque mois, **des appels à plus de 350 foyers et tient deux accueils physiques pour la prise de commande** (dans les 18^{ème} et 14^{ème} arrondissements de Paris), où viennent une **quarantaine d'adhérent-es**. Ce travail parvient donc amplement à pallier la fracture numérique qui touche le public de l'association, notamment les adhérent-es les plus précaires. En effet, la majorité (89,3%) de cet échantillon indique percevoir des revenus modestes et 41,3% sont en situation de handicap, tandis que les deux tiers ont plus de 60 ans.

Graphique 19. Êtes-vous accompagné dans la prise de commande ? (N=294)



Note : Question avec réponse à choix multiple.

Dans chaque groupement, les parts respectives d'adhérent-es interrogé-es et accompagné-es à la prise de commande sont les suivantes :

- Amandiers : 20,6%
- Charles Hermite : 41,9%
- Danube : 19,6%
- Fécamp : 14,3%
- Nationale Clisson : 21,7%
- Porte de Vanves : 26,8%
- Portes du XXème : 28,3%

Si ces résultats ne sont pas représentatifs statistiquement, ils reflètent toutefois les tendances que l'on retrouve à l'échelle de l'association.

Les adhérent-es accompagnés à la prise de commande lors de permanences physiques ou téléphoniques soulignent **l'importance que cet accompagnement** représente pour elles : notamment en termes de **lien social** et de **solution face à la rupture numérique**. Cet accompagnement s'avère essentiel pour les personnes n'ayant pas de smartphone, d'ordinateur ou d'accès à internet, ainsi que pour celles ayant besoin d'un rappel pour ne pas oublier les moments de distribution.

Les permanences d'accueil physique (groupements Charles Hermite et Porte de Vanves) permettent de faire de l'accompagnement physique tout en faisant bénéficier aux adhérent-es du plaisir de voir les produits sur ordinateur et passer un moment convivial ensemble.

C'est aussi un moment où une veille sociale est réalisée. Cette veille sociale consiste à prendre des nouvelles des adhérent-es appelé-es ou qui viennent en permanence, avec le regard avisé notamment de l'ancienne directrice de l'association qui était assistante sociale, dont l'expérience et les compétences ont permis parfois d'accompagner ou d'orienter des adhérent-es vers des services sociaux et de faciliter ainsi l'accès aux droits. Les capacités pour effectuer une telle veille sociale restent néanmoins limitées, l'équipe actuelle étant en sous-effectif et en l'absence d'un poste spécifiquement qualifié et dédié à cette veille.

« Heureusement d'ailleurs, c'est formidable, c'est très important pour moi. »

(Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, propriétaire, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

« D'habitude je viens à la permanence, je préfère, mais là je savais ce que je voulais j'ai fait au téléphone. »

(Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, famille, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« En ligne je fais pas, je fais par téléphone. C'est plus facile pour moi. »

(Adhérente Portes du XXème, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

L'accompagnement à la commande permet de **viser des publics en situations de précarités diverses** (rupture numérique, isolement, situation de handicap, analphabète) ainsi que les adhérent-es qui ont récemment rejoint l'association. Comme le souligne une adhérente également, l'accompagnement au téléphone par une membre de l'équipe VRAC pour la prise de commande l'a aussi motivée à faire du bénévolat, ce qui la réjouit et dont elle est fière.

« Ça me permet d'avoir un contact car sinon ce n'est pas évident d'être seule. »

(Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« Mais y'a des choses comme c'est rapide, y'a des choses j'ai envie de rajouter mais c'est trop tard et comme je suis fatiguée je sais pas comment faire. Grâce à Gaëlle j'ai trouvé l'enthousiasme et j'ai eu de la chance envers elle parce que je suis bénévole et je suis très fière. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, propriétaire, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Ou sinon je vais au Café social Ayyem Zamen on nous dit tel jour faut y aller pour faire la commande. » (Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Si quelqu'un m'appelle on peut faire la commande. Si quelqu'un qui sait ce que je veux pourrait commander sans m'appeler - tout ça c'est bien - comme moi j'ai pas le temps, je suis toute seule avec les enfants. J'ai pas beaucoup de temps. » (Adhérente Nationale Clisson, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en temps partiel non-choisi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Dans certains cas, les adhérent·es sont aussi **accompagné·es par des membres de leurs familles pour faire la commande**. On notera à nouveau la dimension genrée de ces pratiques : les proches qui aident à la prise de commande sont pour la plupart du temps des femmes. Faire la commande avec ses enfants permet, pour certain·es, de les faire participer à faire ces courses et à apprendre à connaître et choisir les aliments.

« On m'appelle parce que moi j'ai du mal pour faire toute seule ; je demande parfois à ma fille mais elle a pas le temps ou elle oublie. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

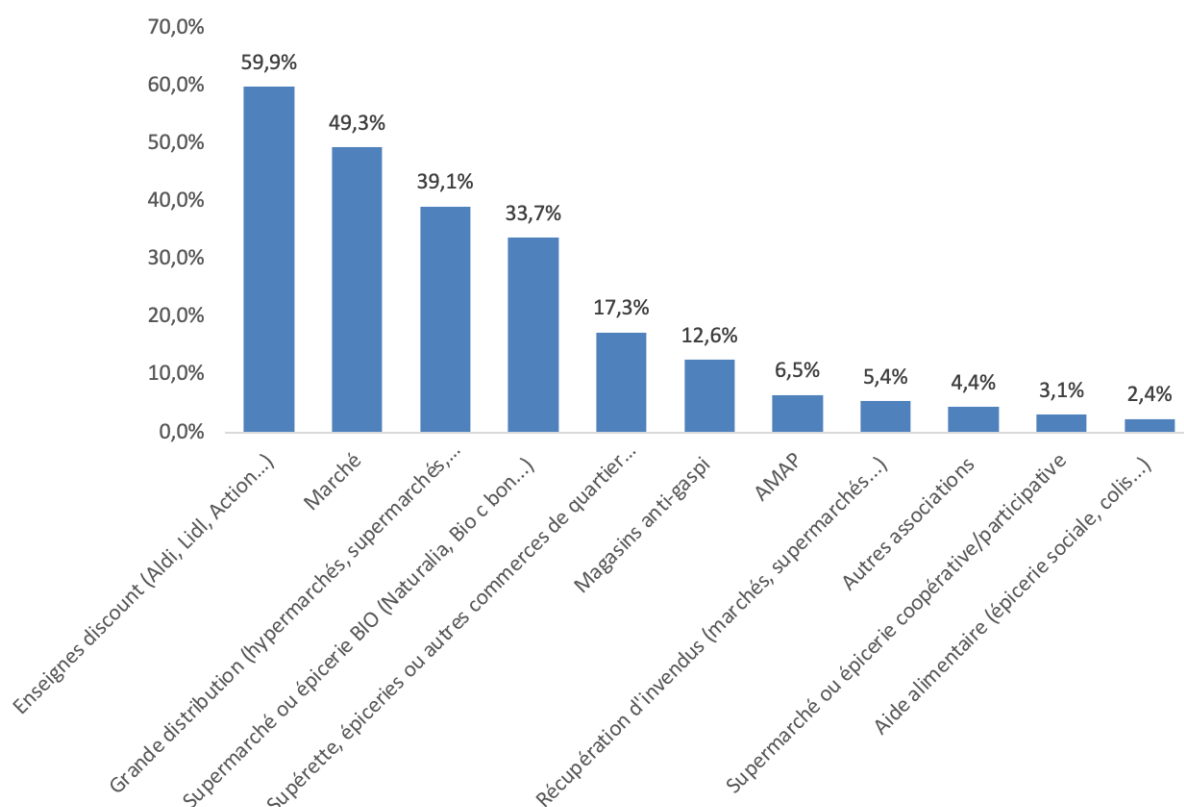
« Parfois suis bloquée j'appelle mon fils. J'ai appris à faire la commande toute seule. Au début je suis venue sans sacs... mais j'ai compris le système. » (Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Mais ça m'est arrivé d'appeler Gaëlle deux fois parce que il y avait du manque et je pose la question à ma mère et ma sœur de ce dont on a besoin. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Stratégies d'achats des adhérent·es VRAC Paris

Comme en 2023, la **majorité (plus de la moitié, 59,9%)** des adhérent·es fait ses courses, en dehors de chez VRAC, dans les **enseignes discount**. 14,6% de l'échantillon global les fait exclusivement en enseigne discount (soit 43 adhérent·es sur 294). Un peu moins de la moitié (49,3%) des adhérent·es déclare faire ses courses au marché. La majorité des adhérent·es indique s'approvisionner dans plusieurs enseignes différentes, témoignant de stratégies de gestion budgétaires diverses.

Graphique 20. En dehors de chez VRAC, où faites-vous vos courses ? (N=294)



Note : Question avec réponse à choix multiple.

Comme le soulignent ces données, **les adhérent·es ne font pas la totalité de leurs courses chez VRAC**. Pour certain·es, la majorité des courses se fait chez VRAC, l'offre de cette association se substituant quasi entièrement aux courses faites auparavant en grande surface, dans les magasins bios ou au marché. Pour d'autres, ce ne sont que certains produits (comme le liquide vaisselle et la lessive ou l'huile d'olive) qui sont achetés chez VRAC, ceux-ci étant particulièrement bon marchés et qualitatifs par rapport à l'offre externe.

De nombreuses remarques sont faites par les adhérent·es à l'égard du **prix des denrées alimentaires**, qui a particulièrement augmenté au cours des années 2023 et 2024. Comme l'indique le tableau comparatif ci-dessous, les prix VRAC restent inférieurs à ceux des

grandes surfaces pour de nombreux produits (bio notamment et d'autant plus compte tenu de la tarification différenciée).

Tableau 11. Comparaison prix VRAC et grandes surfaces (premier trimestre 2025), 18 et 19ème arrondissements

	Pâtes	Huile d'olive	Pommes de Terre	Pommes	Noix de Cajoux	Amandes Nature	Pruneaux
	Penne et fusilli Bio origine Italie 1,90 €/KG Spaghetti complets Bio 1,55 €/500 gr -10% : 1,40 €/500 gr	Bio extra vierge origine Tunisie 8,50€/L -10% : 7,65€/L	Allians Bio origine IDF 1,60 €/KG -10% : 1,44 €/KG	Bicolores bio origine IDF 2,60 €/KG -10% : 2,34 €/KG	Bio origine Burkina Faso 15,65€/KG -10% : 14,09€/KG	Bio origine Espagne 12,80€/KG -10% : 11,52€/KG	Bio origine France 9€/kg -10% : 8,10€/kg
	Penne et fusilli marque Naturalia Bio 3,10 €/KG Spaghettis complètes Bio Naturalia 1,55 €/500 gr	Bio extra vierge Grèce 12,54 €/L	Catégorie 2 Bio 1,99 €/KG	Bio origine France 3,49 €/KG	Bio équitable Vietnam 19 €/KG	Bio 15 €/KG	Non-renseigné
	Pâtes Panzani PAS bio 1,89 €/KG	Bio extra vierge origine Espagne 9,49 €/0,75L	Origine France pas bio 1,46 €/KG Bio 2 €/KG	Bicolores vergers écoresponsables 1,76 €/KG Bio 3,31 €/KG	PAS bio 14,25 €/KG	PAS bio 13,95 €/KG	IGP 8,68 €/KG
	Penne et fusilli biovillage (origine pas spécifiée) 1,98 €/KG Spaghetti complètes Bio 1,78 €/500 gr	Extra vierge origine Espagne Biovillage 10,52 €/L	Bio 2,33 €/KG Label rouge 5,32 €/KG	Pommes bio Coopérative Juliet 2,65 €/KG	Non-renseigné	Bio 26,65 €/KG	Bio 23,04 €/KG IGP 13,90 €/KG ou 8,68 €/KG

	Figues sèches	Farine Blanche T65	Lentilles vertes	Pois cassés	Pois chiche	Sucre	Café
	Plates Bio&équitable origine Turquie 14€/KG -10% : 12,60€/KG	Bio Versailles, blé origine IDF 1,24 €/KG	Lbel Bio équitable en France, origine France 3,40€/KG -10% : 3,06€/KG	Lbel Bio équitable en France, origine France 2,90€/KG -10% : 2,61€/kg	Lbel Bio équitable en France, origine France 3,10 €/KG -10% : 2,79	Blond de canne Bio origine Amérique du Sud 2,30 €/KG	Arabica Moulu Bio origine Amérique du Sud - Destination 3,06€/250gr -10% : 2,76€/250gr 11,95€/KG -10% : 10,76€/KG
	Plates origine Turquie 23,98 €/KG	Bio Marque Naturalia origine France 2,35 €/KG	Non-renseigné	Non-renseigné	Non-renseigné	Blond bio marque Destination 4,28 €/KG	Arabica Moulu Bio origine Amérique du Sud - Destination 5,89 €/250 gr 22,05 €/KG
	-	-	-	-	-	Sucre roux de canne pas bio 2,07 €/KG	Moulu bio Bellarom origine Pérou 4,21 €/250 gr 16,84 €/KG
	Pas de figues bio Non-bio : non-renseignées	Biovillage blés de France 0,99 €/KG	Biovillage 4,16 €/KG	PAS bio 4,62 €/KG	PAS bio 4,62 €/KG	Sucre pure canne bio Daddy 3,99 €/KG	Biovillage origine Éthiopie fair trade et bio 4,35 €/250 gr 17,40 €/KG Origine Pérou 16,84 €/KG

« Lidl exclusivement à cause du prix et c'est direct c'est pas loin. » (Adhérente Charles Hermite, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Le moins cher ! La vie elle est tellement chère maintenant. C'est difficile. »

(Adhérente Charles Hermite, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« A part ici je prends la viande et le poisson ailleurs - à Château Rouge, ou à Leclerc. »

(Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 3, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Auchan j'achète des fois quand y'a des promotions. Lidl est le meilleur qualité prix... Quoique même à Lidl j'arrive plus les légumes sont devenus trop chers. »

(Adhérente Portes du XXème, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Dans l'ensemble, on retrouve chez une grande partie des adhérent·es sondé·es ce que le **Collectif Rosa Bonheur** (qui enquête sur les quartiers populaires) nomme un « **travail de subsistance** », qui échoit principalement aux femmes des classes populaires et qui correspond aux contributions essentielles à l'économie familiale, dont « *l'accès aux ressources financières, la consommation et le reste du travail domestique (préparation des repas, entretien du logement et du linge, soins aux enfants et aux proches)* » y compris des pratiques d'achat très réfléchies (Collectif Rosa Bonheur 2017, p.95). Comme l'indiquent les verbatims ci-dessous, les adhérent·es mettent en place de nombreuses **stratégies d'achat** et de **gestion budgétaire**, comme chercher les promotions dans les enseignes discounts, qui relève de ce travail de subsistance. La **proximité** est ainsi pour certain·es un critère de choix important.

« Je connais le coin donc je sais où aller pour que ce soit le moins cher mais je fais attention. »

(Adhérent Portes du XXème, 30-39 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

« Je prends la viande Aubervilliers, poulet Barbès, c'est moins cher. Je calcule tout par semaine. Je gagne 3 euros par semaine, peut-être plus peut-être moins. »

(Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, famille, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Je fais les promo dans les supermarchés - les frigos pour éviter le gaspillage. Et sinon je cherche le moins cher. Moi aussi je suis contre le gaspillage. Quelle horreur. »

(Adhérente Amandiers, 60-70 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Aldi pour tout ce qui est produit laitiers fromages tout ça je fais aussi marche du quartier le mardi ou vendredi et c'est tout – et le marchand de produits orientaux pour les épices la semoule tout ça ça je prends là-bas pas au Casino. » (Adhérente Amandiers, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Leclerc toutes les deux semaines – le marché j'ai plus beaucoup de temps parce que je travaille sinon les petits primeurs pour les fruits – c'est de meilleure qualité et les prix sont meilleurs.” (Adhérente Fécamp, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, Vous êtes en temps partiel non-choisi revenus modestes, tarif. -10%)

« Partout – j'ai pas l'argent des supermarchés bio – quand le marché finit je vais acheter la viande – parce que à la fin le prix [elle fait un signe que le prix baisse].” (Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

Plus d'un tiers (39,1%) des adhérent-es s'approvisionnent dans les **enseignes de la grande distribution** (hors discount). Beaucoup relèvent les prix élevés de ces enseignes, et cherchent donc souvent les promotions ou y vont seulement de manière ponctuelle, pour certains produits ou pour compléter leurs courses chez VRAC. D'autres encore critiquent le fait d'avoir des caisses automatisées dans les enseignes discount ou de la grande distribution, à l'inverse de chez VRAC, mais se voient obligé d'y aller car ne peuvent faire la totalité de leurs courses chez VRAC (parce que c'est une fois par mois).

« Au Monoprix parce que j'ai une carte de réduction, par rapport à ma retraite parce que c'est là que j'ai travaillé. Pendant 5 ans 10% et 15%. Pour les produits alimentaires et d'hygiène. De temps en temps quand j'en ai besoin, par exemple le papier toilette que vous avez pas, j'y vais, avec 5 euros ou 10 euros ça m'aide c'est un grand avantage pour moi. » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

Un peu plus d'un tiers (33,7%) des adhérent-es indique faire leurs courses dans les **supermarchés ou épiceries bio**. Il s'agit pour certain-es de courses ponctuelles ou pour des produits spécifiques. D'autres complètent les courses en bio avec des enseignes discount. Parmi les personnes indiquant faire (du moins en partie) leur courses dans les enseignes bio, un peu moins d'un quart (22,4%) ont accès aux produits VRAC à prix coûtant, plus de la moitié (59,2%) à -10%, et 18,4% à -50%.

« J'essaye d'aller dans les bio aussi mais comme c'est très très cher j'y vais rarement. » (Adhérente Fécamp, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« Je fais les promos dans les grandes surfaces et les fruits et légumes dans les boutiques bio. De temps à temps, pour compléter mais pas toujours. Et des produits de saison ! » (Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Pour certaines choses je vais aussi dans les magasins bio. Mais je vais acheter ici les fruits et légumes au max, chez le bio c'est compliqué. J'essaye de manger de plus en plus sans pesticides. Et avoir de la lessive ici, de l'huile ça change la vie. Quand on va chez le bio la lessive, l'huile c'est hors de prix. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Je vais partout je suis un chasseur de soldes. Et je suis plutôt bio donc je vais chez Auchan chez Lidl chez La Vie Claire, Biocoop. » (Adhérent Porte de Vanves, 60-70 ans,

Certain-es des adhérents sondé-es s'approvisionnent via des offres de systèmes alimentaires alternatifs, comme les Associations pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne (**AMAP**), les **supermarchés coopératifs** ou d'autres groupements d'achats solidaires. D'autres soulignent en revanche que des modèles comme celui des AMAP ne leur convient pas en raison de l'avance monétaire (« trop de sous à sortir en avance ») et de certaines difficultés en termes d'organisation du temps.

« AMAP on fait trop compliqué niveau gestion du temps. » (Adhérent Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, sans activité pro., en recherche d'emploi, revenus modestes, tarif. -10%)

« Je suis bouche trou dans une AMAP, je vais partout - trop contraignant pour moi - Naturalia des fois des trucs pas cher. » (Adhérente Danube, 40-49 ans, propriétaire, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« Je fais partie d'autres groupements d'achats (Corto) ça permet de faire la même chose que VRAC mais sans le côté social. C'est des achats groupés aussi. J'aimerais bien faire tout en dehors du supermarché mais j'arrive pas encore. » (Adhérent-e Portes du XXème, 40-49 ans, locataire en logement social, famille, en activité pro., tarif. -10%)

« **AMAP non parce que c'est des trop grandes quantités – marché j'y vais plus parce que c'est moche – antigaspi c'est pas loin c'est bon mais y'a du monde.** »

(Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, tarif. -10%)

Parmi les **autres** enseignes auxquelles les adhérent·es s'approvisionnent en alimentation, il y a **d'autres associations** (vente de produits issus de l'agriculture urbaine dans les XXème et XVIIIème arrondissements de Paris, e.g. Veni Verdi), des **relais de producteurs** (e.g. Naturenville). Les **magasins anti-gaspi** ont une certaine importance pour des adhérent·es, ceux-ci étant environ 12% à s'y approvisionner, bien que la qualité soit peu appréciée, les prix sont parfois avantageux selon elles et eux.

« **Magasins anti-gaspi j'aime pas trop mais ça m'arrive.** » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« **Je vais à Naturenville parce que pas cher, bio et pas cher. Veni Verdi sinon.** » (Adhérente Portes du XXème, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, prix coûtant)

« **Dans le 14ème il y a Nous antigaspi – pour les produits laitages etc. C'est des fromages, fruits qui ont une sale tête et pas de raison de jeter – je vais un peu partout.** » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, propriétaire, vit seule, retraitée, revenus modestes, prix coûtant)

7 adhérent·es indiquent s'approvisionner via des institutions de **l'aide alimentaire**, comme les épiceries solidaires ou des distributions de paniers, en plus d'aller chez VRAC. Certaines des personnes bénéficiant désormais de la tarification différenciée de -50% ont par ailleurs sont par ailleurs passées de l'aide alimentaire à VRAC. Si la part des adhérent·es VRAC à s'approvisionner via l'aide alimentaire est minoritaire, nous pouvons l'expliquer par le choix que font certain·es adhérent·es de ne pas ou plus y accéder. Parfois, alors que les adhérent·es pourraient y avoir accès, elles et ils ne le font pas.

« **Il faut continuer à se battre pour VRAC ! Ça a changé ma vie ! J'ai peur que VRAC ferme.** » (Adhérente Danube, 40-49 ans, locataire dans le privé, vit à 2, en activité pro., revenus modestes, tarif. -50% ; s'approvisionnant via l'aide alimentaire exclusivement en dehors de VRAC)

« **[Enseigne discount] ou on mange à l'hôtel restau où travaille et ma fille boulangerie. Maintenant que je suis ici je vais plus au Marché solidaire... Dommage parce qu'avec 5 euros on mangeait par semaine.** » (Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'ai un panier de légumes gratuit à la 20ème Chaise. » (Adhérente Amandiers, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, Vous êtes étudiant·e famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« La récupération d'invendus ça m'est arrivé par le biais d'une association. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Le matin je fais tout ce qui est -50% au carrefour. Épicerie sociale ou colis des fois j'y vais mais ça dépend de l'emploi du temps. On se débrouille on fait un petit peu de VRAC un petit peu de colis pour se nourrir. » (Adhérente Charles Hermite, 40-49 ans, propriétaire, vit seule, en recherche d'emploi, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

2 personnes indiquent faire leurs **courses exclusivement chez VRAC**, soit nulle part ailleurs.

« Avant j'allais aux enseignes discount mais j'y vais plus parce que je vais ici. Par exemple les haricots blancs j'ai goûté j'ai fait un tajine. Je vous en ramène un j'en fait deux boîtes. Superette j'y vais plus parce que j'ai plus beaucoup d'argent. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, propriétaire, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

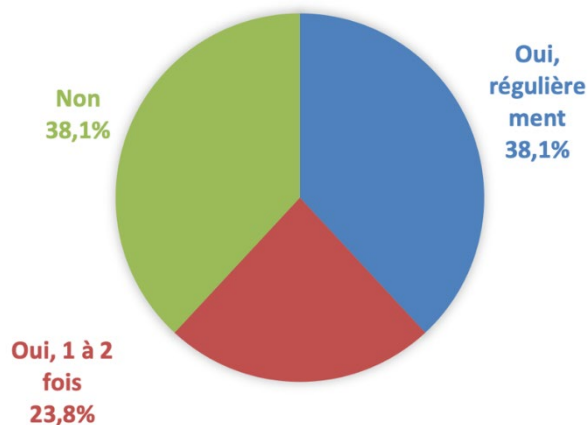
Pratiques du bénévolat

Chiffres sur le bénévolat

En 2024, presque les **deux tiers** (61,9%) des adhérent-es indiquent **faire régulièrement du bénévolat** ou en avoir **fait une à deux fois** dans l'association VRAC. Cette part était d'un peu moins de la moitié (48,9%) des adhérent-es sondé-es en 2023.

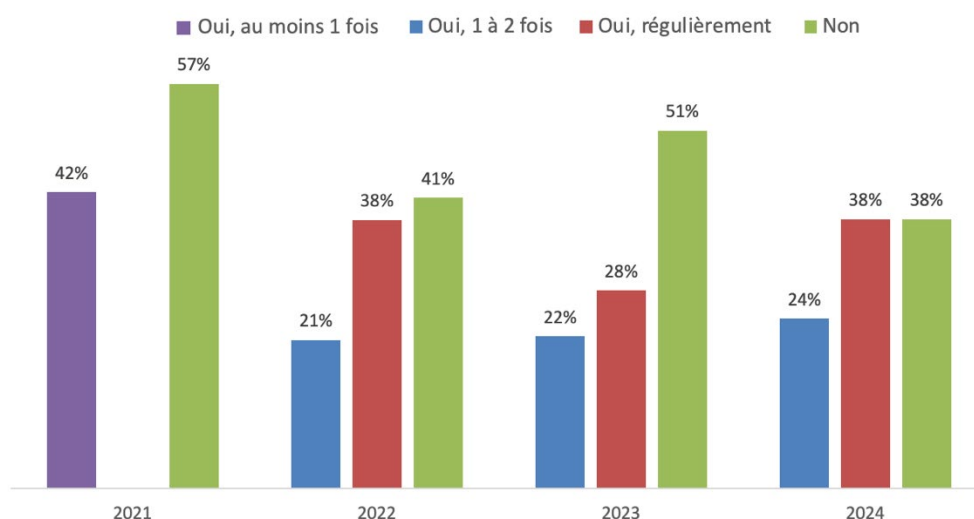
Inversement, en 2024 la part d'adhérent-es indiquant n'avoir jamais fait de bénévolat est d'un peu plus de deux tiers (38,1%, soit 112 sur 294), tandis que l'année dernière elle était d'un peu plus de la moitié (51,1%).

Graphique 21. Avez-vous déjà fait du bénévolat chez VRAC ? (N=294)



Plus précisément, il y a une hausse de la part de personnes qui indiquent avoir fait du bénévolat 1 à 2 fois (24% en 2024 vs. 21,5% en 2023), ainsi que régulièrement (38,1% en 2024 vs. 28% en 2023). La **part d'adhérent-es indiquant faire du bénévolat a donc augmenté en 2024 par rapport à 2023**. Nous pouvons **mesurer la hausse de bénévolat d'au moins 10 points de pourcentage**, avec la part d'adhérent-es en faisant régulièrement étant passée de 28% en 2023 à 38% en 2024.¹³

Graphique 22. Évolution des participations au bénévolat entre 2021 et 2024



¹³ La question ne précise pas la période durant laquelle ce bénévolat avait été fait. Il est donc possible que des personnes ayant indiqué faire du bénévolat 1 à 2 fois durant l'enquête de 2023 aient donné la même réponse en 2024, sans nécessairement avoir fait de bénévolat en 2024. Les résultats auraient ainsi pu être affinés avec une question précisant « Avez-vous déjà fait du bénévolat chez VRAC cette année ».

Verbatims d'adhérent·es faisant du bénévolat

« Première fois que je fais du bénévolat et je pensais pas que ce serait aussi sympa, je reviendrai. » (Adhérente Nationale Clisson, 30-39 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« Cette fois on m'a demandée j'étais ravie ça me fait plaisir, de parler avec les gens de faire la balance c'est super. » (Adhérente Charles Hermite, 60-70 ans, locataire en logement social, famille, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

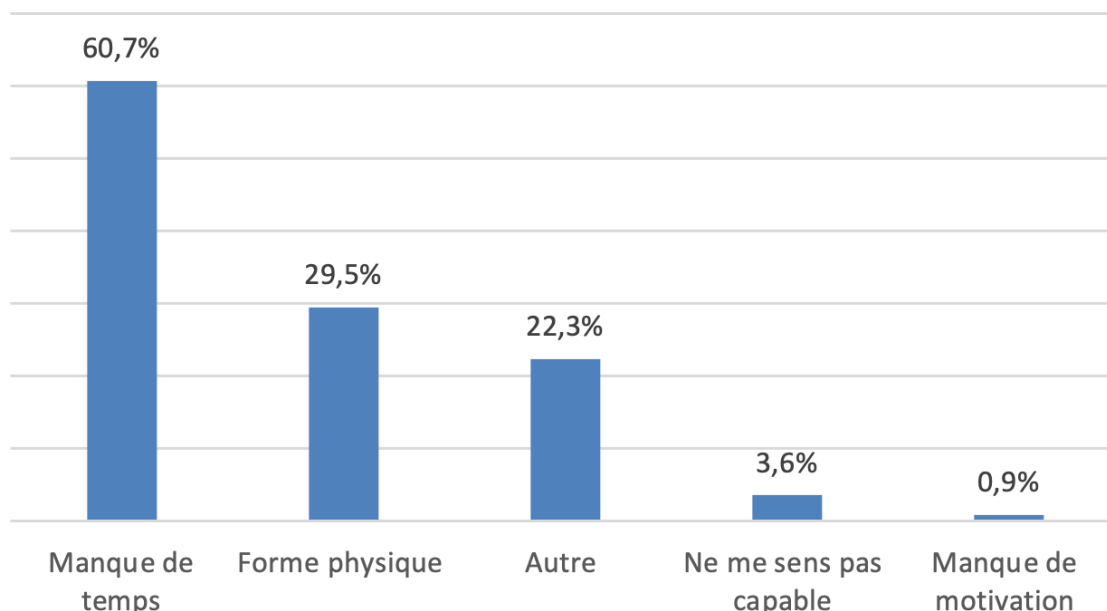
Profils des bénévoles

Les adhérent·es VRAC Paris qui font du bénévolat présentent certaines caractéristiques :

- **Les femmes sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes à faire régulièrement du bénévolat** (38,3% vs. 31,3%), tandis que les hommes sont proportionnellement moins nombreux que les femmes à ne pas en faire (25,0% vs. 40,6%). Les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à en faire ponctuellement soit une à deux fois (43,8% vs. 21,1%).
- Au niveau des tranches d'âges, **ce sont les + de 70 ans qui sont proportionnellement les plus nombreux·ses à ne pas faire de bénévolat**. Les 60-70 ans (47,7%) et les 18-29 ans (66,7%) sont proportionnellement les plus nombreux·ses à faire régulièrement du bénévolat.
- Par rapport aux activités, ce sont **les adhérent·es sans activité professionnelle (47,2%) et celles et ceux en temps partiel non choisi (66,7%) qui sont proportionnellement les plus nombreux·ses à ne pas faire de bénévolat**.
 - La plupart des adhérent·es VRAC Paris qui sont retraité·es ne font pas de bénévolat (45,5%)
 - La plupart des adhérent·es ayant une activité professionnelle fait régulièrement du bénévolat (53,2%). De même pour les étudiant·es (75,0%).
- **La plupart des familles monoparentales fait régulièrement du bénévolat (42,7%)**, tandis que la majorité des personnes en situation de handicap (les concernant ou concernant leur foyer) n'en fait pas (50,7%). De même pour les adhérent·es déclarant percevoir des revenus modestes, dont 40,1% ne fait pas de bénévolat.
- **La majorité des adhérent·es à prix coûtant fait régulièrement du bénévolat (58,1%)**, tandis que pour celles et ceux qui ont des tarifications à -10% et -50%, la plupart ne fait pas de bénévolat (respectivement 41,9% et 40,5%).
- **La plupart des foyers de 5 personnes et + ne fait pas de bénévolat (48,3%)**. De même pour les foyers de 3 personnes (44,2%). Les foyers de 4 personnes font pour la plupart régulièrement du bénévolat (44,8%), de même pour les foyers de 1 et de 2 personnes (respectivement 37,9% et 43,33%).
- Deux tiers des adhérent·es ayant un bébé ne fait pas de bénévolat.

Raisons pour la participation au bénévolat

Graphique 23. Si possible, pouvez-vous préciser pour quelles raisons vous n'avais jamais fait de bénévolat chez VRAC ? (N=112) Notes : Question avec réponse à choix multiple.



16 adhérent-es indiquant faire du bénévolat 1 à 2 fois ont donné des raisons précisant pourquoi elles n'en faisaient davantage. Pour la plupart d'entre elles (11 sur 16) c'est le **manque de temps** qui explique qu'elles ne font pas davantage de bénévolat. Pour 5 d'entre elles c'est la **forme physique** qui l'explique.

« J'ai eu deux opérations, pas toujours en état de venir aider. Là j'ai pu aider mais assise. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, en recherche d'emploi, famille monoparentale, tarif. -50%)

Deux adhérentes n'ayant fait qu'une à deux fois du bénévolat pour le moment expliquent que c'est une découverte pour elles, qu'elles apprécient de faire du bénévolat et vont certainement continuer.

« Au début je me disais je suis pas capable. Le contact avec les gens au début j'avais pas et j'ai appris que finalement c'est hyper facile. Parce que j'ai jamais fait ça. J'aime bien. Au fur et à mesure je suis venue, j'ai une amie qui fait du bénévolat. C'est elle qui m'a amenée ici. C'est par elle que j'ai connu ça. » (Adhérente Fécamp, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -10%)

« C'était la première fois c'était par solidaire j'ai demandé à Françoise, elle m'a inscrite. Du Marché Solidaire. Et c'est bien ça m'arrange un petit peu de sortir de la routine. » (Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

4 adhérentes parmi celles qui indiquent faire régulièrement du bénévolat expliquent qu'elles ne peuvent en faire en ce moment, en raison de leur forme physique pour la plupart.

Parmi les adhérent·es interrogé·es qui indiquent **ne pas avoir fait de bénévolat**, la plupart (**presque la moitié**, 55 sur 112 soit 49,1%) **expliquent que c'est à cause du manque de temps**. Un peu **moins du quart d'entre elles** indique que c'est en raison de leur forme physique ou encore pour d'autres raisons, précisées dans les verbatims (cf. ci-dessous). 3 personnes indiquent ne pas se sentir capables de faire du bénévolat, tandis qu'une autre personne indique manquer de motivation pour en faire.

Parmi les personnes indiquant ne pas faire de bénévolat, **presque un tiers d'entre elles indique connaître une situation de handicap** (dans leur foyer ou les concernant), et **un quart d'entre elles** indique être des **familles monoparentales**. Un **peu moins d'un quart** (21,4%) d'entre elles indique avoir une **activité professionnelle**.

Verbatims d'adhérent·es expliquant ne pas pouvoir faire de bénévolat

« Je m'occupe de mon mari. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Avec les enfants c'est un peu compliqué. » (Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

« J'ai mal à la hanche, à cause d'une opération. Mais c'est bien parce qu'on rencontre du monde, on discute, on échange des points de vue, le côté social. » (Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Ça me fait peur, j'ai peur de me tromper. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 2, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Les adhérent·es ne pouvant faire de bénévolat expriment toutefois avoir envie d'en faire, si c'était possible ou à l'avenir, si leur emploi du temps le leur permet.

Contraintes et choix d'une alimentation de qualité : le rôle « levier » de VRAC

Les deux dernières questions de l'enquête avaient pour but d'éclairer le rôle que joue VRAC dans l'accessibilité ou le choix d'une alimentation de qualité pour ses adhérent-es, en précisant qualitativement les contraintes à une alimentation de qualité auxquelles ils et elles font face et en quoi VRAC permettrait de les réduire voire de les supprimer. Deux questions ont été posées : « De manière générale, diriez-vous que vous pouvez choisir votre alimentation sans contrainte ? », et « Quelles sont pour vous les contraintes les plus importantes dans vos choix alimentaires ? » (avec choix de réponse multiple, cf. graphique 24).

Ces questions touchent au rapport au choix et à **la contrainte (économique, sociale, environnementale, symbolique¹⁴) qu'ont les adhérent-es dans le domaine de l'alimentation**. Les résultats révèlent toute l'ambivalence des notions de choix et de contrainte, ainsi que l'impossible réduction d'une situation subjective à la stricte nécessité ou liberté. Les adhérent-es témoignent d'un vaste ensemble de sens donnés à ces notions. Leurs expériences subjectives démontrent les capacités, les marges de manœuvres et l'autonomie qu'ils et elles détiennent pour s'alimenter dignement, malgré des contraintes réelles et variées. C'est ainsi que certain-es déclarent choisir, avec évidence, leur alimentation, sans exprimer de sentiment de contrainte, tout en affirmant que les prix, par exemple, représentent bel et bien un facteur pris en compte. D'autres encore affirment explicitement que chez VRAC, ou que grâce à VRAC elles peuvent entièrement choisir leur alimentation.

Dans l'ensemble donc, leurs verbatims montrent, dans toute leur diversité, le rôle que joue **VRAC dans ces choix et ces contraintes alimentaires : celui d'un levier, dont ils et elles se saisissent pour avoir une alimentation choisie face à des contraintes réelles**.

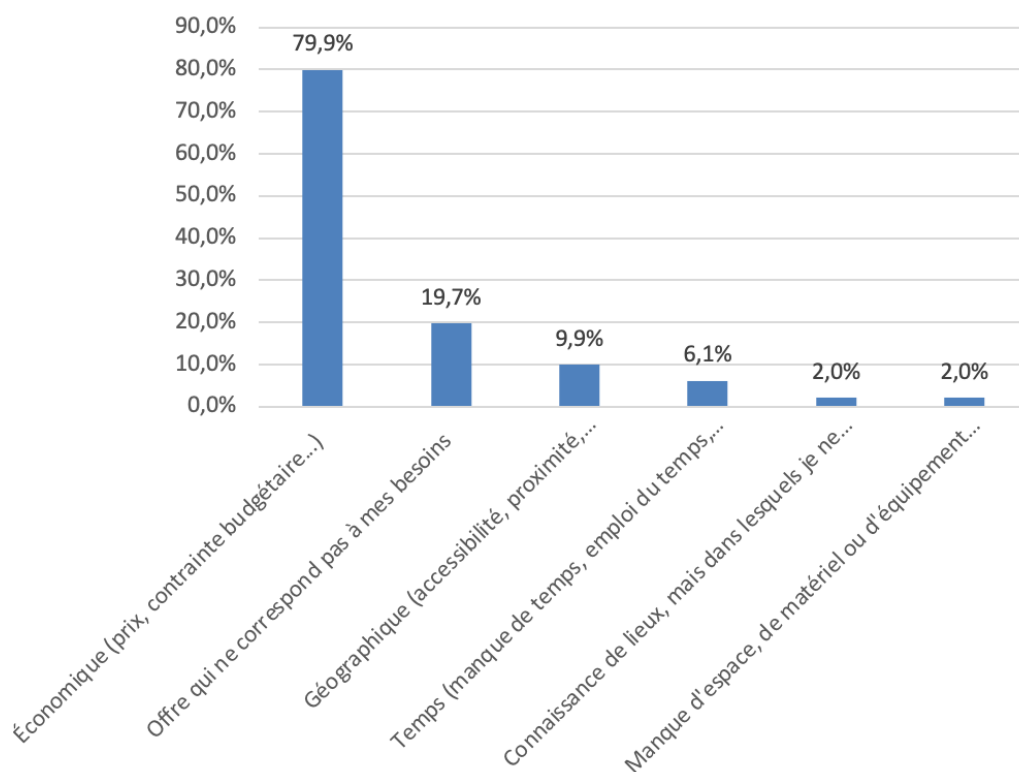
Le rôle « levier » de VRAC face à la contrainte économique

L'une des dernières questions posées visait à expliciter les différentes contraintes auxquelles font face les adhérent-es VRAC dans leurs choix alimentaires. À la question « Quelles sont pour vous les contraintes les plus importantes dans vos choix alimentaires », une **grande majorité** (à 79,9%) a répondu que celle-ci était **économique**, ou financière, liée au budget.

¹⁴ Nous pouvons rapprocher ces quatre type de contraintes aux quatre catégories de facteurs de risque identifiées par l'Observatoire des solidarités alimentaires de l'Hérault (Obsoalim24, qui a développé un outil de diagnostic de la précarité alimentaire à l'échelle territoriale ; <https://diagnostic.obso-alim.org/> ; consulté le 12 mai 2025) qui sont : les contraintes économiques, une information alimentaire insuffisante, l'environnement alimentaire, et l'isolement social.

Graphique 24. Quelles sont pour vous les contraintes les plus importantes dans vos choix alimentaires ? (N=294)

Notes : Question avec réponse à choix multiple.



En écho aux résultats (cf. graphique 18) liés aux raisons pour lesquelles les adhérent-es participent à leur groupement d'achat VRAC, qui montrent que pour la majorité d'entre elles et eux celles-ci sont liées au **prix**, nous pouvons confirmer que **VRAC joue un rôle positif dans l'atténuation de la contrainte économique dans les choix alimentaires des adhérent-es.**

« Ça devient plus dur, c'est plus compliqué qu'avant. C'est le prix qui me bloque en premier. Ici y'a plein de choses mais y'a pas tout... on prend en fonction des choix ou au marché en fonction des prix. » (Adhérente Porte de Vanves, 50-59 ans, propriétaire, vit à 3, sans activité pro., situation de handicap, prix coûtant ; indiquant « ne pas toujours » pouvoir choisir son alimentation, contrainte économique)

« Pour manger bien il faut payer très cher. Il y a le manger du pauvre et le manger du riche. » (Adhérente Fécamp, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%; indiquant « ne pas toujours » pouvoir choisir son alimentation, contraintes économique et de l'offre)

En deuxième position (**19,7%**), les adhérent-es indiquent qu'une des contraintes auxquelles elles et ils font face est **une offre qui ne correspond pas à leurs besoins.**

« Le sel, l'huile et le sucre je dois pas consommer trop, pour la maladie. » (Adhérente Charles Hermite, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, retraitée, revenus modestes, tarif. -10% ; indiquant « ne pas toujours » pouvoir choisir son alimentation, contraintes économique et d'offre)

Pour 29 des adhérent-es interrogé-es, soit **presque 10%** d'entre elles et eux, une des contraintes à leurs choix alimentaires est **géographique**. Pour certain-es, il n'y a pas d'offre qui leur conviendrait dans leur quartier, à proximité (hormis VRAC), ou cette offre n'est pas suffisamment accessible.

« Ça fait pas mal de temps que je voulais acheter de la cajou, et quand j'ai vu ici j'ai sauté sur l'occasion mais c'était déjà parti. Là je reste jusqu'à la fin je me retrouve avec 60 g c'est déjà pas mal. Je suis très fruits secs, je me déplace très loin pour acheter des noix et encore c'est pas bio... Donc j'espère qu'elles arriveront à en rajouter. » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50% ; indiquant « ne pas toujours » pouvoir choisir son alimentation, contraintes économique et géographique)

18 adhérent-es soit environ 6,1% de l'échantillon indique être contraint-es par le **temps** dans leurs choix alimentaires. Elles n'ont pas assez de temps de s'organiser comme elles le souhaiteraient ou de s'alimenter comme elles le souhaiteraient.

« J'ai pas trouvé mieux que VRAC – pour le rapport prix qualité. Je mange pas de viande tous les jours, le poisson pareil. J'essaye d'aller aux fins de marché parce que parfois c'est moins cher. Je suis pas une grande cuisinière et tout ça faut le faire – donc le temps c'est important. » (Adhérente Danube, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

6 adhérent-es déclarent également connaître certain-es lieux où ils et elles aimeraient s'alimenter, mais dans lesquelles elles ne vont pas. Des personnes isolées et à revenus modestes par exemple souhaiteraient s'alimenter dans des lieux de restauration collective mais ne le peuvent pas, ou n'osent pas.

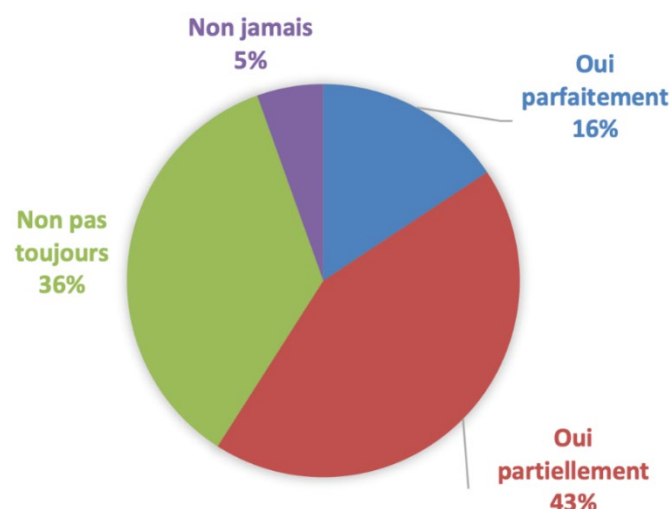
Enfin, pour **6 adhérent-es interrogé-es, le manque d'espace représente une contrainte dans leurs choix alimentaires**. Certaines ne peuvent stocker de grandes quantités de nourritures en raison du manque d'espace dans leur logement, ce qui les empêche de faire des grosses commandes chez VRAC par exemple. Une adhérente par ailleurs explique qu'en raison de l'insalubrité de son logement, elle ne peut y stocker beaucoup de nourriture, lui empêchant de commander autant de produits qu'elle le voudrait, chez VRAC notamment.

« J'achète ce dont j'ai besoin. J'achète pas plus, pas juste pour acheter, et je stocke pas. Je peux pas acheter beaucoup parce que j'ai pas beaucoup de place. » (Adhérente Fécamp, 60-70 ans, propriétaire, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Pour finir, les données ci-dessous illustrent les différents rapports à la contrainte et au choix alimentaire dont témoignent les adhérent-es, en réponse à la question « de manière générale, diriez-vous que vous pouvez choisir votre alimentation sans contrainte ? ».

Quatre types de profils, correspondant aux quatre choix de réponses possible à cette question, peuvent être identifiées : **1)** les adhérent-es qui indiquent pouvoir partiellement choisir leur alimentation, notamment grâce à des stratégies de contournement des contraintes ; **2)** celles et ceux qui indiquent ne pas toujours pouvoir choisir leur alimentation, leur choix étant contraint par le prix, mis à part chez VRAC ; **3)** les adhérent-es, minoritaires, qui indiquent ne jamais pouvoir choisir leur alimentation, malgré l'apport relatif que représente VRAC ; et **4)** celles et ceux qui indiquent pouvoir choisir parfaitement leur alimentation, grâce à VRAC notamment et d'autres stratégies individuelles.

Graphique 25. De manière générale, diriez-vous que vous pouvez choisir votre alimentation sans contrainte ? (N=294)



Une alimentation partiellement choisie, grâce aux stratégies de contournement des contraintes

43% des adhérent-es interrogé-es affirment pouvoir partiellement choisir leur alimentation sans contrainte. Autrement dit, ces personnes estiment pouvoir choisir leur alimentation, tout en faisant face à quelques contraintes. Ces contraintes sont avant tout économiques.

« On a le choix, on nous force pas de prendre quelque chose. On achète si ça va, si c'est pas cher. » (Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« Des fruits rouges par exemple j'aimerais bien parce que c'est bon pour la santé mais c'est trop cher. Mais les contraintes ça fait partie de la vie... Je suis du genre à voir les choses du bon côté. » (Adhérente Amandiers, 50-59 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50%)

D'autres encore, qui affirment pouvoir choisir partiellement leur alimentation sans contrainte, ont fait part des **stratégies budgétaires** mises en place pour leur permettre d'acheter ce qu'ils et elles veulent.

« Oui moi je choisis... Mais je fais attention à mon budget c'est évident. Mais j'essaye de manger des protéines une fois par jour dans la mesure du possible. » (Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Quand on n'a pas les moyens on a les mains ! » (Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, vit seule, en recherche d'emploi, revenus modestes, tarif. -50%)

« C'est difficile de répondre. J'ai connu une période de grande pauvreté, j'ai eu faim quand j'ai eu 20-30 ans. En France. Et j'ai beaucoup appris. Je suis devenu bon gestionnaire après. C'était une épreuve terrible dans ma vie, avec l'isolement, la misanthropie. Et je suis restée gestionnaire jusqu'à aujourd'hui. Les bons choix, la bonne gestion sur la longue durée on obtient des résultats formidables. Par exemple j'arrive à faire des achats exceptionnels (voyage, 1 fois par ans), donner. Ça me donne une marge financière et ça me permet de faire autre chose. J'achète que de la qualité. Mais sans spontanéité. [...] Moi je cuisine chez moi, je mange pas des trucs déjà faits, ou alors je mange pas. J'ai l'habitude de marcher le ventre vide. Je fais un jeune intermittent sans le vouloir. » (Adhérent Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seul, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Les verbatims ci-dessous montrent aussi les nombreuses stratégies ou les formes de « **débrouille** », en plus des stratégies budgétaires, que mettent en place les adhérent-es face aux contraintes, notamment économiques, de leur alimentation.

« On prépare chez nous à manger. Je suis gourmande des bonnes choses, mais si je peux... Manger ou faire à manger c'est aussi convivial c'est très important mais comme on peut... Je trouve mes solutions. VRAC entre autres. Je demande pas de manger dans des restau... Tu vois ce que je veux dire ? J'invite même des amis à la maison ou je vais chez eux. Et l'essentiel c'est qu'on se retrouve. On choisit toujours des choses simples, voire des petites quantités. Mais on mange bien. Tu vois ce que je veux dire ? J'aime pas manger juste pour manger, c'est pour donner à mon corps des produits sains. » (Adhérente Danube, 50-59 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50% ; ayant répondu « Non, pas toujours », contrainte économique)

« Le temps j'ai pas beaucoup mais je me débrouille. Parfois je cuisine la nuit, et je m'occupe de ma maman, des commandes, j'ai des échéances dans mon travail parfois je dois être à l'atelier jour et nuit. Et pareil avec l'espace on en n'a pas mais on se débrouille. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, propriétaire, vit à 3, en activité pro., revenus modestes, tarif. -10%)

Les situations et les représentations subjectives des personnes concernées sont variées. Par exemple, le fait **d'avoir des enfants à nourrir** est souvent exprimé comme un déterminant du choix alimentaire : certaines mères expliquent ne pas faire de concessions sur la consommation alimentaire parce qu'elles ont des enfants ; d'autres personnes vivant seules, ou des mères qui n'ont plus d'enfants à charge, expliquent ne pas manger beaucoup ou ne pas avoir besoin de manger beaucoup, parce qu'elles sont seules.

« Depuis que je suis ici, 30 ans j'ai toujours pris des produits maraîchers. Je préfère acheter moins, et maintenant que je suis toute seule je peux me priver sans priver les gamins. Lessive et tout je faisais moi-même. Bio pareil. Je fais aussi des économies d'eau. Mais c'est plus facile depuis que je suis chez VRAC, par rapport aux prix... » (Adhérente Danube, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« C'est ma façon de fonctionner. Bio, de qualité, aider les producteurs c'est important pour moi. Quand j'étais mère de famille c'était plus compliqué mais maintenant je suis autonome c'est des revenus pour moi ça va, mais si demain je suis en période de chômage ça serait compliqué. » (Adhérente Portes du XXème, 60-70 ans, propriétaire, vit seule, en activité pro., prix coûtant)

« Lidl y'a pas du bio, et comme ils ont un système de coupon, chaque semaine pour certains produits, j'achète beaucoup de fruits et des légumes grâce à ces coupons. J'aime bien cuisiner, j'aime bien manger, le four ne me manque pas tant que ça. On peut manger sain et varié même sans four. Et le fait d'avoir un enfant ça me motive de lui faire découvrir d'autres plats et tout ça. J'essaye de varier, même avec les mêmes ingrédients on peut faire vachement de plats différents. Y'a des tutos sur Youtube, des livres de cuisine à la bibliothèque. Parfois les contraintes ça peut amener à être créatif. Je préfère être créative mais avec aucune contrainte ça serait parfait ! Y'a vraiment des chaînes Youtube géniales pour les recettes de cuisine, on peut tenter des recettes du monde entier. Et j'essaye de pas faire... bon, mon fils il a 17 ans il est conscient de beaucoup de choses mais j'essaye de faire en sorte que ça lui pèse pas au quotidien. Et la nourriture ça passe par là aussi c'est la convivialité, il m'aide à faire les repas. J'essaye de faire en sorte qu'il mange bien, c'est primordial. » (Adhérente Porte de Vanves, 40-49 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, en recherche d'emploi, famille monoparentale, tarif. -50%, ayant répondu « oui, partiellement », avec une « contrainte économique »).

Un choix généralement contraint par le prix, sauf chez VRAC

Un peu plus d'un tiers des adhérent·es, soit 36%, indique ne **pas toujours** pouvoir choisir leur alimentation sans contrainte. Comme l'indiquent la plupart d'entre elles et eux, le plus grand obstacle est le prix, sauf chez VRAC.

« À VRAC j'achète ce que je veux, ailleurs ce que je peux. C'est trop cher. »

(Adhérente Danube, 40-49 ans, locataire dans le privé, vit à 2, en activité pro., revenus modestes, tarif. -50% ; contrainte économique)

« Quand tu veux la qualité c'est cher. Maintenant je fais peu mais mieux et c'est grâce à VRAC. Et vrac ça me permet de faire BIEN et Beaucoup. VRAC permet de ne pas me priver ! »

(Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire dans le privé, famille nombreuse, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -50% ; contrainte économique)

« Ici je peux fermer mes yeux mais à l'extérieur, non je fais attention. Le sel gris j'utilise que celui d'ici, plus le blanc. Surtout avec le vrac j'achète ici. Et c'est le prix, c'est qu'est-ce qu'il y a dans les objets. Si je sais pas ce qu'il y a dedans j'achète pas. »

(Adhérente Amandiers, 60-70 ans, hébergée chez un tiers, vit à 2, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50% ; contraintes économique et d'offre)

« Sans contrainte ? Grâce à VRAC oui. Mais bon tu choisis, t'essayes de choisir le moins pire quoi. Par exemple si y'a pas de produits frais chez Vrac (yaourt machin) donc t'es obligé de les prendre ailleurs. Après tu peux choisir mais bon je vais pas m'amuser à regarder les étiquettes. C'est la distribution qui t'impose les produits. Et oui je vais pas prendre systématiquement les plus chers, pas les moins chers non plus. Je vais regarder ce qui semble le plus correspondre au souvenir que je peux avoir de produits sains et de qualité. »

(Adhérent Charles Hermite, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seul, retraitée, revenus modestes, tarif. -10% ; contrainte économique)

« Oui ici je peux acheter mais sinon je pourrais pas parce que c'est cher. »

(Adhérente Nationale Clisson, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en recherche d'emploi, famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50% ; contrainte économique)

Même avec l'offre VRAC, la contrainte pèse toujours sur les choix alimentaires d'une partie des adhérent-es

« Là on va acheter plein parce que c'est le début du mois mais après on va finir les boîtes. » (Adhérente Amandiers, 60-70 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10% ; contrainte économique)

« Les légumes, même pour faire les frites c'était quelque chose de simple mais c'est devenu trop cher. Maintenant y'a juste les pâtes et le riz. Le céleri devient cher. Avant on faisait plein de plats avec carottes, petits pois, maintenant j'achète plus d'avocats. Et avec seulement les enfants et moi c'est dur. Ya des moments où j'ai peur de ne pas y arriver. » (Adhérente Portes du XXème, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 3, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50% ; contrainte économique)

« Là on va acheter plein parce que c'est le début du mois mais après on va finir les boîtes. » (Adhérente Amandiers, 60-70 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10% ; contrainte économique)

« Déjà avant le 20 je tombe à découvert. Le poisson, la viande, je peux pas. » (Adhérente Danube, 60-70 ans, locataire en logement social, vit à 2, sans activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50% ; contrainte économique)

Pour une minorité non négligeable d'adhérent-es, les choix alimentaires ne sont jamais sans contrainte, pour des raisons économiques notamment. En effet, 5% affirme ne **jamais** pouvoir choisir leur alimentation sans contrainte. Si cette réponse concerne majoritairement des adhérent-es ayant la tarification à -50%, elle touche également des adhérent-es ayant la tarification à -10%.

La précarité alimentaire concerne ainsi non seulement les publics les plus modestes, mais également celles et ceux qui sont « juste au-dessus » des critères de minima sociaux ou leur permettant de demander des aides sociales.

Une alimentation entièrement choisie, grâce à VRAC

16% des adhérent-es affirment pouvoir **parfaitement** choisir leur alimentation sans contrainte, et ce grâce au rôle « levier » de VRAC par rapport au prix notamment, en plus de certaines stratégies individuelles. Le fait d'avoir le choix, et donc de pouvoir entièrement répondre à ses besoins, s'accompagne pour certain-es d'un sentiment de plaisir, lié au fait d'avoir le temps, de faire confiance aux produits proposés par l'association.

« Ici j'ai le temps de lire, de choisir ce que je veux - sans contrainte. Pas comme au supermarché. Je prends le temps avant de partir. »

(Adhérente Fécamp, 40-49 ans, locataire en logement social, famille nombreuse, en activité pro., famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

« C'est exactement ce que je recherchais. Avec VRAC oui je choisis parfaitement. De mon plein gré. J'ai connu dans mon enfance un système similaire de groupement d'achat, on sait ce qu'on trouve, on sait ce qu'il y a et on revient. Et je retrouve ça chez Vrac. On vient l'esprit libre, qu'est-ce qu'ils vont me vendre... ça m'est arrivé pendant le Covid avec Auchan où je reçois pas ce que j'ai commandé et depuis j'y vais plus. »

(Adhérente Amandiers, + de 70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

« Près de mon ventre je fais pas de contraintes. Je vais pas à l'excès mais je fais mes courses une fois par mois là et je peux me faire plaisir, sans excès, sans exagérer. »

(Adhérente Portes du XXème, + de 70 ans, locataire en logement social, vit à 3, retraitée, famille monoparentale, revenus modestes, tarif. -10%)

Les verbatims ci-dessous illustrent à nouveau la variété des rapports à la consommation alimentaire (parfois très militants) et à la **gestion de son budget** que l'on retrouve chez les adhérent-es VRAC.

« Je connais les contraintes des personnes en précarité - je travaille au secours catholique. Je vais faire des choix ailleurs que sur mon alimentation quand je dois me contraindre. C'est un choix politique et pour ma santé. J'ai pas un gros budget. »

(Adhérente Portes du XXème, 40-49 ans, locataire en logement social, vit à 2, en activité pro., famille monoparentale, prix coûtant.)

« Moi ça fait 40 ans que je vis avec des minima sociaux et c'est un choix - c'est un mode de vie que j'ai choisi - donc je ne sais pas désirer des choses que je ne peux pas me payer. En 40 ans j'ai pas demandé de crédit. Je me considère pas comme pauvre alors que je suis en dessous du seuil de pauvreté. L'argent ne m'intéresse pas. J'ai envie de manger des choses que je peux pas me payer - et des choses que je peux pas me payer j'ai pas envie de les acheter. Par exemple le rayon boisson c'est hors de prix ça nourrit pas c'est pas forcément bon. Mais ça c'est parce que j'ai choisi mon mode de vie. Moi la société de consommation je lutte contre. » (Adhérente Porte de Vanves, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, sans activité pro., revenus modestes, situation de handicap, tarif. -50%)

« J'achète ce qu'il me faut. Je gère assez bien mon budget, je fais très attention, pour chaque poste j'ai un budget je sais que je dois pas dépasser donc je me débrouille pour ça. Et en fait même si on a pas beaucoup de revenus on n'est pas obligés de se restreindre - en se débrouillant correctement on peut y arriver. Par exemple dans les supermarchés on achète les dates courtes - donc je peux pas dire que j'ai plus assez à manger. J'ai toujours des choses qui traînent donc avec ça je me débrouille. Si c'est du frais en date courte je congèle ça me permet de faire des économies. » (Adhérente Nationale Clisson, 60-70 ans, locataire en logement social, vit seule, retraitée, revenus modestes, tarif. -10%)

Recommandations travaillées avec les adhérent·es

AXE 1

Accessibilité économique et justice alimentaire

> **Favoriser les initiatives de solidarités alimentaires**, tels que le groupement d'achat solidaire, en maintenant au centre **la question du choix des participant·es** et d'une **juste rémunération des producteur·ices**.

Déclinaisons opérationnelles :

- Développer d'autres groupements d'achat co-portés par des adhérent·es-bénévoles, VRAC et des partenaires associatifs (par exemple : un centre social, sur le modèle Espace 19)
- Repenser les modalités des épiceries (horaires, points de vente permanents...) avec les adhérent·es

> **Favoriser l'accès à une alimentation saine, durable et choisie à travers les tarifs différenciés et l'intégration des personnes à petits revenus**

Déclinaisons opérationnelles :

- Travailler pour avoir plus et/ou le maintien de tarifications différenciées
- Travailler et renforcer l'accueil de certains profils chez nos adhérent·es (ex. familles monoparentales, jeunes)
- Rendre plus visible les économies réalisées grâce aux groupements d'achats solidaires VRAC (relevés de prix réguliers, panier type selon tarification)

AXE 2

Systèmes alimentaires et santé

axe plébiscité par les adhérent·es suite au vote

> **Montrer le lien entre santé humaine et santé environnementale** en travaillant avec les **professionnel·les de la santé**

Déclinaisons opérationnelles :

- Prendre contact avec des professionnel·les et structures dédiées à la santé (ex. Maison sport et santé...)
- Organiser des ateliers sur l'alimentation et la santé à partir des envies, des pratiques et des habitudes des adhérent·es

> **Favoriser l'achat direct** auprès des producteur·ices et **soutenir des filières agroécologiques**

Déclinaisons opérationnelles :

- Renforcer des animations sur les labels et la lecture des étiquettes (composantes nutritionnelles, origine, marge)
- Améliorer la connaissance de nos producteur·ices, par exemple avec des fiches producteur·ices affichées en épicerie

AXE 3

Démocratie alimentaire

> **Promouvoir le pouvoir d’agir des habitant·es**, notamment en situation de précarité, dans les instances associatives et politiques.

Déclinaisons opérationnelles :

- Accompagner plus d’adhérent·es à porter le projet (ambassadrices) auprès des élu·es, des potentiels financeurs et d’autres structures associatives
- Réfléchir à intégrer plus d’adhérent·es aux choix des produits et au fonctionnement de l’association via notamment les “Clubs Produits”

> **Reconnaître le lien parmi différentes situations sociales & personnelles** et renforcer l’accès aux droits.

Déclinaisons opérationnelles :

- Inviter les travailleurs sociaux sur des temps de permanence de commande et/ou d’épicerie pour plus d’accès aux droits pour les habitant·es

> **Faire participer les habitant·es à l’état des lieux de l’offre alimentaire** dans leur quartier.

Déclinaisons opérationnelles :

- Réaliser des animations avec des outils d’éducation populaire (balades apprenantes, cartographie personnalisée, etc.) pour recenser l’offre alimentaire proche
- Continuer des partenariats avec d’autres associations pour proposer des sorties producteur·ices, découverte de cuisines collectives, cantines de quartier...

Annexe

Questionnaire

Grille de questions **Enquête adhérent-es VRAC Paris 2024**

1. À quel groupement appartenez-vous ? (choix unique)

- ☐ Portes du XXème
- ☐ Danube
- ☐ Fécamp
- ☐ Charles Hermite
- ☐ Porte de Vanves
- ☐ Amandiers
- ☐ Nationale Clisson

2. Genre (choix unique)

- ☐ Femme
- ☐ Homme
- ☐ Autre ou ne se prononce pas

3. Âge (choix unique)

- ☐ 18-29
- ☐ 30-39
- ☐ 40-49
- ☐ 50-59
- ☐ 60-70
- ☐ + de 70

4. Combien de personnes composent votre foyer (vous compris) ? (choix unique)

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5 et +

4a. Combien de femmes/filles et/ou d'hommes/garçons et/ou autre composent votre foyer (vous compris) ?

Femme ou fille : _____

Homme ou garçon : _____

Non-binaire : _____

4b. Quel âge ont les personnes composant votre foyer (vous compris) ? (indiquer le nombre de personne dans le foyer dans chaque tranche d'âge)

Entre 0 et 3 ans : _____

Entre 4 et 14 ans : _____

Entre 15 et 25 ans : _____

Entre 26 et 64 ans : _____

Plus de 65 ans : _____

5. Quel est votre lien avec le quartier ? (choix unique)

- ☐ Vous habitez le quartier
 - ☐ Vous n'habitez pas le quartier et vous avez été orienté-e par un service social
 - ☐ Vous n'habitez pas le quartier mais avez un lien particulier avec (travail, famille, activité, etc.)
 - ☐ Vous n'habitez pas le quartier et n'avez aucun lien particulier avec
- 5bis. Si besoin, veuillez préciser ici : _____

6. Résidence (*choix unique*)

- ☐ Vous êtes locataire en logement social
- ☐ Vous êtes en logement collectif (résidence étudiante, coloc étudiante ou résidence solidaire)
- ☐ Vous êtes locataire dans le privé
- ☐ Vous êtes propriétaire
- ☐ Vous êtes hébergé-e chez un tiers

7. Activité (*choix multiple*)

- ☐ Vous êtes en activité professionnelle
- ☐ Vous êtes sans activité professionnelle
- ☐ Vous êtes à la recherche d'un emploi
- ☐ Vous êtes retraité-e
- ☐ Vous êtes étudiant-e
- ☐ Vous êtes en temps partiel non-choisi

7bis. Si besoin, veuillez préciser l'activité ou la situation ici : _____

8. Êtes-vous concerné-e par une ou plusieurs de ces situations ? (*choix multiple*)

- ☐ Famille monoparentale
- ☐ Situation de handicap (dans le foyer ou vous concernant)
- ☐ Revenus modestes

8bis. Si besoin, veuillez préciser la situation ici : _____

9. Bénéficiez-vous d'un tarif différencié ? (*choix unique*)

- ☐ Oui, -10%
- ☐ Oui, -50%
- ☐ Non.

9bis. Si besoin, veuillez préciser votre situation par rapport au tarif différencié ici : _____

Les cinq prochaines questions concernent le dispositif de tarification différenciée mis en place par VRAC depuis janvier 2024, financé par le Fond Mieux Manger Pour Tous (subvention publique). Ce dispositif permet à des adhérent-es de bénéficier, selon certains critères (et avec demande de justificatifs, pour les -50%) tels que le logement social, le droit à des minima sociaux, une situation de revenus modestes, entre autres, d'une réduction de -10% ou de -50% par rapport au prix coûtant sur les produits alimentaires du catalogue. L'objectif des questions qui suivent est de connaître l'effet de ce dispositif dans les pratiques alimentaires et de consommation des adhérent-es VRAC.

10. [Si vous bénéficiez d'un tarif différencié] Diriez-vous que cette tarification différenciée a eu un impact positif sur votre budget alimentaire ? (*choix unique*)

- ☐ Oui, beaucoup
- ☐ Oui, un peu
- ☐ Non, pas trop
- ☐ Non, pas du tout
- ☐ Ne sais pas

10bis. Si besoin, veuillez préciser l'effet que la tarification différenciée a sur votre budget : _____

11. [Si vous bénéficiez d'un tarif différencié] En ce contexte d'inflation, quel est l'effet que la mise en place de la tarification différenciée a eu sur votre consommation de produits de qualité ? (*choix unique*)

- ☐ Plutôt maintenir
- ☐ Plutôt augmenter
- ☐ Plutôt réduire
- ☐ Ne sais pas

11bis. Si besoin, veuillez préciser en quoi votre consommation de produits de qualité a changé (ou non) depuis la mise en place de la tarification différenciée : _____

12. [Si vous bénéficiez d'un tarif différencié] La mise en place de la tarification différenciée vous a-t-elle permis d'augmenter la quantité de produits que vous achetez chez VRAC ?

- ☐ Oui, beaucoup
- ☐ Plutôt oui
- ☐ Plutôt non
- ☐ Non
- ☐ Ne sais pas

12bis. Si besoin, veuillez préciser en quoi la tarification différenciée vous a permis (plus ou moins) d'augmenter la quantité de produits que vous achetez chez VRAC : _____

13. [Si vous bénéficiez d'un tarif différencié] La mise en place de la tarification différenciée vous a-t-elle permis de modifier certaines de vos habitudes alimentaires ? Lesquelles ? (*choix multiple*)

- ☐ Oui, plus de produits maraîchers (fruits, légumes)
- ☐ Oui, plus de produits bio
- ☐ Oui, plus de produits locaux
- ☐ Oui, plus de produits pour cuisiner maison
- ☐ Oui, j'ai découvert de nouveaux produits sains
- ☐ Non

13bis. Si besoin, veuillez préciser comment vos habitudes alimentaires ont changé depuis que vous avez accès à la tarification différenciée chez VRAC : _____

14. [Si vous bénéficiez d'un tarif différencié] Quels sont les produits que vous avez consommé davantage depuis la mise en place du tarif différencié ? (*choix multiple*)

- ☐ Légumes
- ☐ Fruits
- ☐ Légumineuses
- ☐ Huiles vierges
- ☐ Fruits secs
- ☐ Oléagineux
- ☐ Farine

14bis. Si besoin ou autre, veuillez préciser : _____

15. Avez-vous l'impression que les produits VRAC contribuent positivement à votre santé ?

- ☐ Oui, beaucoup
- ☐ Plutôt oui
- ☐ Plutôt non
- ☐ Non
- ☐ Ne sais pas

15bis. Pouvez-vous préciser en quoi les produits VRAC contribuent à votre santé ? _____

16. Quelles sont les raisons pour lesquelles vous faites partie de ce groupement d'achat VRAC ? (choix multiple)

Au niveau des courses mais pas seulement, qu'est ce qui fait que vous venez chez VRAC ? Qu'est-ce qui vous plaît ici ? Qu'est-ce qui est important pour vous chez VRAC ?

- ☐ Prix (moins cher, meilleur rapport qualité/prix)
- ☐ Offre (peu/pas de choix dans mon quartier, produits introuvables ailleurs/avant...)
- ☐ Lien social (convivialité être ensemble, accompagnement...)
- ☐ Attrait pour le projet VRAC (démocratie alimentaire, alimentation durable, implication dans la vie de quartier...)

16bis. Si besoins, veuillez préciser ici ce qui vous plaît chez VRAC, ou les raisons pour lesquelles vous participez à ce groupement. (Vous pouvez ici aussi résumer en une phrase ce que VRAC représente pour vous ou change dans votre vie) : _____

17. Êtes-vous accompagné-e dans la prise de commande ? (choix unique)

- ☐ Oui
- ☐ Non

17bis. Si besoin, veuillez préciser en quoi consiste l'accompagnement à la commande pour vous : _____

18. À part chez VRAC, où vous approvisionnez-vous en nourriture ? (choix multiple)

- ☐ Grande distribution (hypermarchés, supermarchés, etc. HORS discount)
- ☐ Enseignes discount (Aldi, Lidl, Action, etc.)
- ☐ Marché
- ☐ Supermarché ou épicerie BIO (Naturalia, Bio c bon, etc.)
- ☐ Supérette, épiceries ou autres commerces de quartier (primeur, boucherie, etc.)
- ☐ Supermarché ou épicerie coopérative/participative
- ☐ Association pour le maintien d'une agriculture paysanne (AMAP)
- ☐ Récupération d'invendus (marché, supermarchés, etc.)
- ☐ Aide alimentaire (épicerie sociale, colis, etc.)
- ☐ Magasins anti-gaspi
- ☐ Autres associations

18bis. Veuillez préciser ici les lieux où vous vous approvisionnez en nourriture s'ils ne figurent pas dans la liste ci-dessus : _____

19. Avez-vous déjà été bénévole chez VRAC ? (choix unique)

- ☐ Oui, 1 à 2 fois
- ☐ Oui, régulièrement
- ☐ Non

19bis. Si vous n'avez jamais été bénévole, pouvez-vous nous expliquer pourquoi ? (choix multiple)

- ☐ Manque de temps
- ☐ Forme physique
- ☐ Manque de motivation
- ☐ Ne me sens pas capable
- ☐ Autre

Si vous n'avez jamais fait de bénévolat pour d'autres raisons, veuillez préciser ici : _____

20. De manière générale, diriez-vous que vous pouvez choisir votre alimentation sans contrainte ? E.g. produits frais, viande, etc. En quantité et qualité suffisantes ou satisfaisantes, quand vous voulez. (choix unique)

- ☐ Oui parfaitement

- ☐ Oui partiellement
- ☐ Non pas toujours
- ☐ Non jamais

21. Quelles sont pour vous les contraintes les plus importantes dans vos choix alimentaires ? (*choix multiple*)

- ☐ Économique (prix, contrainte budgétaire, etc.)
- ☐ Offre qui ne correspond pas à mes besoins
- ☐ Géographique (accessibilité, proximité, déplacement, etc.)
- ☐ Temps (manque de temps, emploi du temps, organisation)
- ☐ Connaissance de lieux, mais dans lesquels je ne vais pas (ne me correspondent pas, ne me sens pas à l'aise, pas l'habitude, etc.)
- ☐ Manque d'espace, de matériel ou d'équipement (pour cuisiner, stocker, etc.)

21bis. Si besoin, veuillez préciser vos sentiments par rapport à vos choix et contraintes alimentaires : _____

Sources

- Action Contre la Faim. Janvier 2025. *Diagnostic territorial de l'environnement alimentaire Paris 18^e*. <https://www.actioncontrelafaim.org/publication/diagnostic-territorial-de-lenvironnement-alimentaire-paris-18e/> [consulté le 17 août 2025]
- Algava, Élisabeth, Kilian Bloch, et Isabelle Robert-Bobée. 2021. *Les familles en 2020 : 25 % de familles monoparentales, 21 % de familles nombreuses*. 249. INSEE.
- APUR. 2019. « Cahier 2 : Tendances récentes des quartiers de la politique de la ville – Évaluation à mi-parcours du contrat de Ville de Paris 2015-2020 – Volet 1 ».
- APUR. 2020. « L'occupation des logements sociaux dans les quartiers parisiens de la politique de la Ville ».
- APUR. 2024. *Les chiffres du logement social à Paris, en 2023*. 253.
- APUR 2024. Politique de la ville et quartiers populaires à Paris : la géographie 2024 - 2030 | Présentation de la nouvelle géographie 2024-2030
- Brocard, Charlie, Mathieu Saujot, Laura Brimont, et Sophie Dubuisson-Quellier. 2022. *Pratiques alimentaires durables : un autre regard sur et avec les personnes modestes*. 1/22. IDDRI.
- Centre d'observation de la société. 2025. « Familles monoparentales : la progression continue ». <https://www.observationsociete.fr/structures-familiales/personnes-seules/de-plus-en-plus-de-familles-monoparentales-2/>.
- Collectif Rosa Bonheur. 2017. « Des « inactives » très productives. Le travail de subsistance des femmes de classes populaires ». *Tracés. Revue de Sciences humaines* (32):91-110. doi:10.4000/traces.6862.
- Dalmais, M., & Seconda, L. (coord.). 2021. *Encore des patates ?! Pour une Sécurité Sociale de l'Alimentation*. <https://securite-sociale-alimentation.org/wp-content/uploads/2021/10/BD-SSA-BasseDef-1chapitre.pdf>
- Delpias, J.-B., & Payage, O. (réal.). 2019. *La Part des autres* [Documentaire]. Jean-Claude Balbot. <https://www.civam.org/experimenter-sur-les-fermes/pour-une-alimentation-de-qualite-et-durable-accessible-a-tous/la-part-des-autres-le-film/>
- Dubuisson-Quellier, Sophie. 2016. *Gouverner les conduites*: Paris: Presses de Sciences Po.
- Esway, Dominique. 2019. « SONDAGE - Dans plus de six cas sur dix, ce sont les femmes qui font les courses - France Bleu ». *ici, par France Bleu et France 3*.
- Fournier, T., J. Jarty, N. Lapeyre, et P. Touraille. 2015. « L'alimentation, arme du genre ». *Journal des Anthropologues* (140-141):19-255.
- IFOP. 2019. « Nettoyer, balayer, astiquer... La persistance des inégalités de genre en matière de partage des tâches ménagères ». <https://www.ifop.com/publication/nettoyer-balayer-astiquer-la-persistance-des-inegalites-de-genre-en-matiere-de-partage-des-taches-menageres/>.
- INSEE. 2015. *Le temps domestique et parental des hommes et des femmes : quels facteurs d'évolutions en 25 ans ?* 478-479-480. INSEE.

- Insee. 2024a. « Estimation de la population au 1^{er} janvier 2024 ». <https://www.insee.fr/fr/statistiques/7752095>.
- Insee. 2024b. « Taille des ménages ». https://www.insee.fr/fr/statistiques/2381486#figure1_radio2.
- Insee. 2025a. « Démographie 2024 - Fiches thématiques - Données sur les quartiers 2015 de la politique de la ville ». <https://www.insee.fr/fr/statistiques/8270450?sommaire=2500477>.
- Insee. 2025b. « Dossier complet - Département de Paris (75) ». https://www.insee.fr/fr/statistiques/2011101?geo=DEP-75#graphique-FAM_G1.
- Janvier, R. 2023. Introduction. *L'aller-vers*, 9-15. <https://shs.cairn.info/l-aller-vers-en-travail-social--9791034608478-page-9>
- Labo de l'économie sociale et solidaire (ESS), octobre 2021. Agir contre la précarité alimentaire en favorisant l'accès de tou-te-s à une alimentation de qualité. URL : <https://www.lelabo-ess.org/precarite-alimentaire> [accès le 15 septembre 2025].
- Mathieu, Marie, Julie Jarty, Séverine Gojard, et Nadia Lamamra. 2023. « Le travail alimentaire : perpétuel enjeu de lutte entre classes de sexe ». *Nouvelles Questions Féministes* 42(2):4-10. doi:10.3917/nqf.422.0004.
- Organisation Mondiale de la santé. 2025. « Santé environnementale ». <https://www.who.int/fr/health-topics/environmental-health>.
- Palomo, Morgane. 2019. « Comment les Français font leurs courses du quotidien, par quoi sont-ils influencés ? in-Store Media ». <https://www.docaufutur.fr/2019/10/16/comment-les-francais-font-leurs-courses-du-quotidien-par-quoi-sont-ils-influences-in-store-media/>.
- Paturel, D. 2017. "Insécurité alimentaire et Précarité alimentaire" (Note États Généraux de l'Alimentation, p. 5)[Atelier 12 : Lutte contre l'insécurité alimentaire en France et dans le monde]. INRA Science & Impact. <https://hal.inrae.fr/hal-02791270/document>
- Rémy, Éric, et Julien Rémy. 2012. « Ce que donnent les hommes qui font les courses ! » *Revue du MAUSS* 39(1):363-75. doi:10.3917/rdm.039.0363.
- Ricroch, Layla. 2012. *En 25 ans, moins de tâches domestiques pour les femmes, l'écart de situation avec les hommes se réduit - Femmes et hommes - Regards sur la parité*. Insee Références. Insee.
- Seilles, Marine. 2025. *En 2022, la moitié des ménages locataires du parc social ont plus de 53 ans - Insee Première - 2047*. 2047. INSEE.
- Tadli, Dounia. 2019. *L'alimentation et les rapports de genre. De l'outil de coercition au levier de révolution. Famille, Culture & Éducation*. 360. Bruxelles: Centre Permanent pour la Citoyenneté et la Participation.
- Ville de Paris. 2023. *Soutien aux réseaux de familles monoparentales dans les quartiers populaires - subventions (100.000 euros) pour 8 associations (11, 13, 14, 17, 18, 19 et 20ème arrondissement)*. Direction de la Démocratie, des Citoyens.ne.s. et des Territoires, Direction des Familles et de la Petite Enfance.