

L'ACCÈS À L'ALIMENTATION DES PERSONNES HÉBERGÉES





1. Introduction	4
2. La question de l'alimentation pour les personnes hébergées	5
1. Constats	5
2. Dispositifs	7
3. Conditions et critères d'accès	8
4. Accompagnement et alimentation	9
3. Les dispositifs d'accès à l'alimentation : modalités	11
1. L'accès à des repas	11
2. L'accès à des denrées alimentaires	14
3. L'accès à une aide financière	17
4. L'accès à des équipements	18
5. Les sources d'approvisionnement en denrées alimentaires	19
4. Exemples d'initiatives autour de l'accès à l'alimentation	20
5. Ressources complémentaires	24
Les associations membres de la FEP impliquées	24

*Merci aux membres de la FEP
qui ont partagé leurs expériences et leurs analyses.*



Fédération
Entraide
Protestante

Édition : Isabelle Rousselet
Conception graphique : Anne Vaubailon
Photos : Istock photo
Date : juillet 2025

1. INTRODUCTION

Accès à l'alimentation des personnes hébergées : constats et pratiques des associations membres de la FEP

L'alimentation est un besoin fondamental et un droit humain essentiel. Pourtant, les personnes en situation de précarité accompagnées par les structures d'hébergement-logement rencontrent souvent de multiples difficultés pour s'alimenter de manière satisfaisante, tant sur le plan quantitatif que qualitatif.

Les freins peuvent être liés à la précarité économique, à des contraintes logistiques, à la santé, mais aussi à l'organisation même de l'hébergement.

La Fédération de l'Entraide Protestante a mené, au dernier trimestre 2024, une série d'entretiens avec des structures d'hébergement et d'accompagnement vers le logement.

L'objectif ? Comprendre les conditions d'accès à l'alimentation pour les personnes accueillies, identifier les difficultés rencontrées et mettre en lumière les réponses déjà existantes.

Ce mémento synthétise les enseignements tirés de ces échanges et pointe des initiatives inspirantes pour améliorer durablement l'accès à une alimentation digne pour tous.

Méthodologie

- **Structures interrogées**

Centres d'hébergement : centre d'hébergement et de réinsertion sociale (CHRS), centre d'hébergement d'urgence (CHU), centre d'accueil de demandeurs d'asile (CADA)...

Structures d'accompagnements vers et dans le logement : pensions de famille...

- **Public concerné**

Personnes isolées, familles, jeunes, publics en situation de grande précarité.

- **Modalités**

Entretiens semi-directifs réalisés entre octobre et décembre 2024 : quinze structures interrogées.

Une première synthèse de ces entretiens a été élaborée, puis discutée collectivement lors d'une réunion de validation avec les associations concernées.

NB : Le choix a été fait d'utiliser le terme « personnes hébergées » ou « personnes accueillies » pour nommer les personnes accompagnées par les structures d'hébergement et les structures proposant un accompagnement dans et vers le logement.

2. LA QUESTION DE L'ALIMENTATION POUR LES PERSONNES HÉBERGÉES

1. Constats

L'accès à l'alimentation des personnes accueillies au sein de structures d'hébergement et logement soulève des enjeux majeurs liés à la précarité, à la diversité des besoins nutritionnels et aux contraintes des dispositifs d'hébergement et logement.

Les habitudes et l'équilibre alimentaires

Les habitudes alimentaires de certaines personnes accueillies, comme les lieux de restauration rapide (« fast-food ») et le grignotage, contribuent à un déséquilibre nutritionnel. Ce phénomène est aggravé par un manque d'activité physique, favorisant la prise de poids. Le mode de vie sédentaire, marqué par les heures passées devant les écrans ou sur le canapé, accentue ce problème, en particulier chez les enfants.

Par ailleurs, on observe une différence notable entre les habitudes alimentaires des familles, qui cuisinent davantage, et celles des jeunes adultes, plus enclins à commander des plats préparés ou à consommer dans des fast-foods.

L'alimentation proposée aux personnes hébergées ne correspond pas toujours à leurs habitudes culturelles et gustatives : des aliments sont peu appréciés (comme les salsifis, les endives ou encore les asperges), ce qui peut entraîner un gaspillage alimentaire dans le cas d'une restauration collective.

Des personnes préfèrent cuisiner même si elles peuvent rencontrer des difficultés à adapter leurs recettes traditionnelles en raison de l'indisponibilité d'ingrédients. Pour les personnes isolées, l'alimentation peut passer au second plan, des dépenses comme les cigarettes étant privilégiées.

Spécificités de l'alimentation de certains publics :

(enfants, adolescents, jeunes, personnes vieillissantes, personnes avec un régime alimentaire particulier lié à un problème de santé, personnes ayant un rythme décalé comme le travail de nuit...)

Pour la majorité des familles, l'alimentation des enfants est une priorité : les parents veillent à leur assurer des repas équilibrés. Les produits proposés dans les colis alimentaires ne sont pas toujours adaptés aux besoins nutritionnels des enfants et certains aliments, comme les petits pots industriels, sont jugés fades. L'accès à des produits sucrés, tels que bonbons et chips, entraîne une consommation excessive avec des conséquences importantes sur l'hygiène dentaire et la prise de poids, pour les enfants comme pour les adolescents. Enfin, l'absence de sensibilisation à l'éducation alimentaire renforce ces problématiques.

L'alimentation proposée en restauration collective ne correspond pas toujours aux besoins des personnes vieillissantes (texture inadaptée), des personnes ayant des régimes liés à des questions de santé (diabète...) ou de celles ayant des pratiques alimentaires liées à leur religion (consommation de viande halal par exemple).

La possibilité de prendre des repas en décalé, pour des personnes travaillant la nuit ou lors de périodes telles que le ramadan, n'est pas toujours possible dans les structures où l'accès aux cuisines est restreint ou réglementé. Ces situations peuvent générer aussi des tensions lorsque les équipements sont partagés entre plusieurs foyers ou individus.

Prise en charge par les établissements : restauration collective

La gestion des cuisines nécessite un entretien rigoureux pour garantir l'hygiène et la qualité. Elle implique des coûts : équipements professionnels, appel à des prestataires externes pour les repas ou embauche d'un cuisinier. Il faut aussi considérer l'augmentation des prix de l'énergie qui majore le coût des repas pour les structures, un aspect souvent méconnu des personnes hébergées qui ne participent pas directement à ces dépenses.

L'obligation de respecter des normes strictes en restauration collective et les coûts engendrés conduisent certains établissements à proposer d'autres modalités d'accès à l'alimentation.

Les équipements dans les logements

La qualité de l'alimentation dépend également des équipements disponibles dans les logements ; ils peuvent parfois être insuffisants ou inadaptés.

L'utilisation des équipements n'est pas sans conséquences. Une nuisance pour le voisinage et des risques pour la santé sont possibles : l'usage de certaines techniques de cuisson, comme la friture, peut poser des problèmes. D'une part, les fumées générées sont susceptibles de provoquer des pollutions pour le voisinage, en particulier dans les logements collectifs ou mal ventilés. D'autre part, une mauvaise aération des logements expose les occupants à des risques pour leur santé et altère la qualité de vie.

L'entretien régulier des appartements est essentiel : les modes de cuisson peuvent affecter l'état des cuisines et engendrer des travaux de rénovation importants entre deux occupants.

Accès aux associations caritatives

L'accès à l'aide alimentaire varie fortement selon les territoires, certaines zones étant dépourvues d'associations caritatives ou confrontées à une saturation de la demande.

Les personnes hébergées ne sont pas toujours prioritaires et n'ont donc pas forcément accès aux colis ou à des épiceries sociales. Celles qui disposent de faibles revenus et ne bénéficient d'aucune aide alimentaire peuvent être contraintes de privilégier le paiement des factures au détriment de leur alimentation.

De nombreuses structures font appel à l'aide alimentaire, en interne par la remise de colis ou en externe en orientant vers les associations du territoire, pour proposer une alimentation en quantité suffisante pour les personnes hébergées.

Ces différents aspects montrent que l'accès à une alimentation adaptée ne repose pas seulement sur la disponibilité des denrées alimentaires, mais aussi sur la qualité et l'accessibilité des équipements permettant de préparer les repas.

2. Dispositifs



L'ACCÈS À DES REPAS

- Restauration collective
- Paniers repas / Livraison de repas
- Repas préparé avec les personnes hébergées
- Restaurant solidaire/social



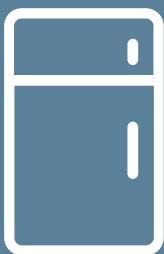
L'ACCÈS À DES DENRÉES ALIMENTAIRES

- Colis alimentaire / Denrées de dépannage – urgence
- Épiceries (sociales – solidaires – internes)
- Relais vers des associations locales
- Frigos solidaires
- Activités de glanage et cueillette



L'ACCÈS À UNE AIDE FINANCIÈRE

- Tickets/chèques services – bons d'achat
- Aides financières (forfait ou urgence)
- Aide à la restauration scolaire



L'ACCÈS À DES ÉQUIPEMENTS

- Cuisine collective
- Cuisine partagée
- Équipements dans le logement

3. Conditions et critères d'accès

L'accès à l'alimentation pour les personnes hébergées/logées par les structures varie selon :

- **le projet de la structure et le projet individuel de la personne ;**
- **le type de public accueilli ;**
- **le type d'hébergement/logement ;**
- **les ressources financières des personnes ;**
- **les prestations / dispositifs financés dans la structure d'hébergement ;**
- **les équipements disponibles ;**
- **les dispositifs d'aide alimentaire sur le territoire.**

Le projet de la structure et le projet individuel de la personne

- **Projet associatif** : il peut viser l'autonomie, la mise à l'abri, la réinsertion, un temps de répit... selon les objectifs, les modalités d'accès à l'alimentation peuvent varier.
- **Projet individuel** : si la mise à l'abri est temporaire, l'alimentation peut prendre différentes formes selon les équipements disponibles dans la structure. S'il existe un projet d'accès à un logement autonome pour la personne, la mise à disposition d'une cuisine visera à travailler sur sa capacité d'autonomie pour gérer ses repas par exemple.

Le type de public accueilli

- **Spécificités liées aux habitudes alimentaires** du public : certains préfèrent cuisiner afin d'adapter leur alimentation à leurs préférences culturelles ou à des restrictions alimentaires (allergies, problèmes de santé...).
- **Public en très grande précarité** : dans le cas de personnes qui ont été longtemps en errance, la prise en charge de l'alimentation par l'accès à des repas tout prêts pourra être plus adapté.

Les types d'hébergement/logement

- **Hébergement collectif** : restauration collective ou cuisine partagée ; réfrigérateurs dans la chambre ou kitchenette, selon les sites.
- **Hébergement individuel, en diffus** (studio, appartement) : cuisine individuelle ou cuisine partagée (colocation).

Les ressources financières des personnes

- **Personnes sans ressources** : l'accès à l'alimentation se fait sans demande de participation financière : colis alimentaires, tickets services, restaurant collectif...
- **Personnes avec ressources** : une participation financière est généralement demandée, indexée sur les ressources pour les frais liés au logement, à l'accompagnement social et aussi à la restauration collective. Les personnes peuvent également faire des achats personnels pour l'alimentation quand il y a une autonomie avec des équipements pour cuisiner.

Les prestations – dispositifs financés dans la structure d'hébergement

Selon les dispositifs d'hébergement-logement, le financement d'une journée peut couvrir en partie les frais liés à l'alimentation. Le prix de journée diffère selon les régions et départements. Le financement de la structure pour l'alimentation dépend donc des prestations qui lui sont confiées.

Par exemple, en CADA, l'allocation ADA¹ des personnes est ajustée selon la disponibilité d'une restauration collective ou non.



Points de vigilance : dans le cas de structures accueillant différents publics, il importe de garder une logique et une cohérence sur les prestations proposées. Les financements peuvent ne pas être les mêmes mais il est important de garder une éthique et une équité.

Les équipements disponibles

- **Salle de restauration collective** : selon les établissements, accessibles pour tout ou partie des repas.
- **Cuisine collective** : préparation de repas partagés ou accès aux personnes hébergées pour confectionner leurs propres repas. Implique de former les personnes aux normes d'utilisation.
- **Studios ou chambres avec équipements** : kitchenette, réfrigérateur, plaques de cuisson.

Les dispositifs d'aide alimentaire sur le territoire

- **Associations délivrant des colis alimentaires** : sous conditions de ressources et selon disponibilité.
- **Épicerie sociale.**
- **Restaurant solidaire.**
- **Partenariats avec des établissements** comme des magasins de proximité pour des bons d'achat ou la collecte de denrées (anti gaspillage).

4. Accompagnement et alimentation

L'alimentation est un vecteur d'accompagnement global sur les questions de gestion de budget, santé... mais aussi dans la lutte contre l'isolement car elle favorise des relations moins institutionnelles.

L'accompagnement lié à la question de l'alimentation est généralement intégré dans le cadre de l'accompagnement global des personnes. Certaines actions sont plus spécifiques :

- **aide à la gestion du budget alimentaire** : accompagnement lors des courses, élaboration d'un panier pour la semaine ;
- **sensibilisation à l'équilibre alimentaire** : ateliers cuisine, ateliers santé, intervention d'un diététicien et de personnels de santé, accompagnement pour acculturation aux produits locaux et de saison ... ;
- **renforcement du lien social** : repas partagés ;

1. ADA : allocation pour demandeurs d'asile.

- **accompagnement dans l'utilisation du matériel, des cuisines collectives** : conditions d'hygiène et de sécurité, règles d'utilisation...
- **organisation de journées *shopping*** par des bénévoles dans les grandes villes, avec accès à des magasins casher et des épiceries spécialisées

3. LES DISPOSITIFS D'ACCÈS À L'ALIMENTATION : MODALITÉS

1. L'accès à des repas



Dispositifs

- **Restauration collective** : service de repas au sein de la structure, dans des salles de restauration dédiées, pour les personnes hébergées, les salariés. Commande auprès de prestataires externes ou cuisine interne.
- **Paniers repas** : préparation et distribution de paniers repas, confectionnés par un prestataire ou dans la structure, dans les établissements où des services de restauration collective ne sont pas disponibles, de façon temporaire ou permanente.
- **Livraison de repas** : service de livraison de repas préparés. Les repas sont conçus par des services de restauration ou des traiteurs et livrés directement aux personnes hébergées, avec des options pour les différents régimes alimentaires.
- **Repas préparé avec les personnes** : les personnes hébergées participent à la préparation des repas. Ces temps sont animés par des professionnels (travailleurs sociaux, animateurs, cuisiniers) ou des bénévoles.
- **Restaurant solidaire** : restaurant social permettant la prise de repas à prix réduits ou gratuits, selon les ressources. Les repas sont préparés par des associations partenaires et servis dans un restaurant.



Critères et conditions d'accès

- Les personnes accueillies par la structure, hébergées en chambres sans équipements individuels pour cuisiner. Pour les personnes hébergées en diffus ou en studio qui sont autonomes, l'accès exceptionnel à la restauration collective est possible si elles rencontrent un problème de santé ou des difficultés financières passagères.
- Les repas sont généralement inclus dans la participation financière des personnes hébergées (qui comprend le logement, l'accompagnement social...) : la participation varie de 10% à 30% des ressources financières des personnes. Généralement, elle est prise en charge par la structure pour les personnes sans ressources.
- Inscription préalable possible afin de garantir une gestion optimale des ressources.



Ressources à mobiliser

- **Financières** : pour l'achat de denrées alimentaires, pour financer les repas et les activités associées via appel aux dons, subventions, fonds propres de l'association et partenariats avec des fournisseurs.
- **Matérielles** : cuisines équipées, locaux pour salle de restauration, ustensiles de cuisine, véhicules pour la livraison des repas.
- **Humaines** : personnel de cuisine, travailleurs sociaux, maîtresse de maison, animateurs, livreurs, bénévoles.

Avantages

- Socialisation et intégration des personnes hébergées en créant des occasions de rencontre et de discussions.
- Alimentation régulière et équilibrée, adaptée aux besoins nutritionnels des personnes.
- Réduction des coûts grâce à la mutualisation des ressources et à l'optimisation des achats de denrées.
- Intégration professionnelle *via* les contrats en insertion dans certains cas (préparation des repas, aide au service dans le cadre de la restauration collective).
- Flexibilité pour les personnes en studio ou en hébergement individuel grâce à la livraison des repas.
- Autonomie partielle encouragée avec les paniers repas du week-end.
- Promotion du vivre-ensemble lors de repas éducatifs et préparation collective dans le cas des repas cuisinés avec les personnes hébergées.
- Accessibilité accrue à une alimentation de qualité et inclusion sociale *via* le restaurant solidaire.

Points d'attention

- Gestion rigoureuse des normes d'hygiène et de sécurité alimentaire. Respect des normes sanitaires strictes (HACCP) en restauration collective.
- Coûts supplémentaires pour les structures par exemple en matière de personnel et d'équipements professionnels.
- Coûts élevés de la restauration collective, notamment si on fait appel à des prestataires externes.
- Risque de gaspillage alimentaire si la gestion des stocks n'est pas optimale ou si les menus ne sont pas adaptés aux régimes ou habitudes alimentaires.
- Organisation logistique des livraisons de repas : inscriptions, distribution, respect des horaires, assurance d'une qualité des repas après réchauffage.
- Paniers repas nécessitant une gestion budgétaire précise avec un prix maximum pris en charge par la structure.
- Grosse logistique (stockage, préparation).

L'EXEMPLE DE LA RESTAURATION COLLECTIVE

des modalités d'organisation variables selon les structures

Fréquence

- Repas fournis matin, midi et soir, ou uniquement certains repas avec accès à des cuisines collectives pour préparer les repas non fournis par la structure.
- Repas matin et soir pour les personnes hébergées, et le midi pour les salariés.

Caractéristiques (variables selon les établissements)

- Service de restauration interne ou prestataire extérieur (ex. Sodexo, entreprise adaptée).
- Appel à des traiteurs solidaires ou associations comme Refugee Food, occasionnellement ou tout au long de l'année.
- Implication d'un diététicien ou participation des personnes accueillies pour la confection des menus.
- Repas du midi avec les restes du dîner de la veille.
- Changement de menu toutes les trois semaines afin d'offrir de la diversité.
- Prise en compte des régimes alimentaires : repas tout halal, choix d'au moins un plat sans viande à chaque repas...
- Qualité des repas : choix de repas en sauce pour préserver la qualité lors du réchauffage.

Organisations possibles

- Repas servis à l'assiette ou en self-service.
- Repas pris en commun ou en chambre selon le choix des personnes accueillies ou le projet de l'établissement.
- Un restaurant commun aux personnes accueillies et aux salariés : dans certaines structures le repas du midi des salariés est pris en charge par la structure et ce temps est considéré comme un temps de travail.
- Service pris en charge par personnels de service, salariés en insertion ou encore les travailleurs sociaux (par exemple pour le petit déjeuner).



2. L'accès à des denrées alimentaires



Dispositifs

- **Colis alimentaires, denrées de dépannage, urgence** : distribution régulière de colis contenant des denrées de base telles que des conserves, des produits secs, des légumes et des produits frais. Les colis sont préparés par des bénévoles ou des salariés et distribués selon un calendrier défini, souvent adaptés aux besoins spécifiques des personnes. Remise de denrées de dépannage aux personnes hébergées, occasionnellement selon les situations.
- **Épiceries sociales et solidaires / épicerie interne à la structure** : une épicerie solidaire ou épicerie sociale est un commerce de proximité qui vend des denrées alimentaires à bas prix pour des publics en difficulté économique. Certaines structures mettent en place des épiceries internes destinées exclusivement aux personnes qu'elles accompagnent.
- **Relais vers des associations locales** : orientation vers des associations locales pour l'accès à des colis alimentaires ou des repas gratuits.
- **Frigos solidaires** : mise à disposition de réfrigérateurs où chacun peut déposer ou prendre des denrées alimentaires. Les réfrigérateurs sont installés dans des espaces publics accessibles, ou à l'intérieur des établissements.
- **Activités de glanage et cueillette** : organisation de sorties pour récolter des fruits, légumes invendus ou non récoltés, souvent en partenariat avec des agriculteurs locaux ou des particuliers.



Critères et conditions d'accès

- L'accès aux colis alimentaires et aux épiceries sociales est généralement basé sur les ressources des personnes, avec des critères spécifiques pour les personnes sans ressources ou avec des ressources limitées. Une participation financière modique peut être demandée.
- Une inscription par un travailleur social est nécessaire pour accéder à certains services notamment pour une orientation vers des associations locales.
- Aucuns critères ou conditions ne sont requis pour bénéficier des frigos solidaires ou du glanage.



Ressources à mobiliser

- **Financières** : budget pour acheter des denrées alimentaires et financer le fonctionnement des épiceries. Des subventions peuvent être sollicitées pour soutenir ces initiatives.
- **Matérielles** : locaux pour le stockage et la distribution des denrées, réfrigérateurs, équipements de transport.
- **Humaines** : bénévoles ou salariés pour la gestion des épiceries, des frigos solidaires, la distribution des colis et l'animation des sorties de glanage-cueillette.

Avantages

- Accès à des denrées de base à moindre coût, plus grande autonomie des personnes.
- Réduction du gaspillage alimentaire grâce à la redistribution des denrées excédentaires.
- Ouverture vers l'extérieur par l'intermédiaire des épiceries ou partenaires locaux.
- Inclusion et liens sociaux à la faveur des sorties de glanage-cueillette.

Points d'attention

- Gestion rigoureuse des stocks et des flux de denrées pour éviter les ruptures ou le gaspillage.
- Risque de création d'une dépendance aux aides alimentaires si les personnes ne sont pas accompagnées vers l'autonomie.
- Stigmatisation des personnes qui peut être un obstacle et nécessiter une communication bienveillante et inclusive pour encourager l'utilisation des services.

L'EXEMPLE DES COLIS ALIMENTAIRES

des modalités d'organisation variables selon les structures

Fréquence

- Réguliers : toutes les semaines, une semaine sur deux ou tous les mois.
- Ponctuels : colis d'urgence ou denrées de dépannage.
- À l'arrivée de la personne dans la structure pour denrées de dépannage, épicerie...

Caractéristiques (variables selon les établissements)

- Composés généralement de produits de la Banque Alimentaire ou donnés par des magasins.
- Ajustés à la composition des foyers : portions majorées pour les familles nombreuses ou avec de jeunes enfants, contenus respectueux des restrictions alimentaires (exemple : absence de porc).
- Adaptés aux équipements de cuisine auxquels ont accès les personnes hébergées.

Organisations possibles

- Une personne bénévole ou salariée réceptionne les denrées et les distribue selon les demandes transmises par les travailleurs sociaux.
- Une convention avec une association partenaire qui propose de l'aide alimentaire : la structure d'hébergement paie les colis puis les personnes vont les chercher.
- Une participation financière peut être demandée aux personnes ayant des ressources (entre 1 et 2 € par colis) ; dans certaines structures, les colis sont gratuits.
- La mise en place d'une épicerie interne à la structure avec des créneaux pour venir chercher un colis, sur orientation d'un travailleur social.
- La proposition d'ateliers de cuisine pour les personnes accueillies (en interne ou en partenariat) avec les produits présents dans les colis.
- Une intervention à domicile pour prodiguer des conseils individualisés sur l'alimentation.
- L'implication des personnes accueillies dans l'organisation : déchargement, rangement, distribution...



3. L'accès à une aide financière



Dispositifs

- **Tickets et chèques services, bons d'achat** : distribution de tickets services ou bons utilisables pour l'achat de denrées alimentaires et de produits d'hygiène, offrant une flexibilité dans le choix des produits. Ils sont distribués en fonction des ressources et peuvent être utilisés dans des magasins partenaires.
- **Aide financière** : allocation mensuelle pour frais de restauration pour des personnes sans ressources, allocation ponctuelle en cas de difficultés, sur factures ou non.
- **Aide à la restauration scolaire** : prise en charge par la structure, souvent en partenariat avec les écoles, des frais de cantine pour les enfants, garantissant ainsi des repas équilibrés.



Critères et conditions d'accès

- L'accès aux aides financières est généralement basé sur les ressources des personnes, avec des plafonds définis pour chaque type d'aide.
- Des justificatifs de dépenses peuvent être requis pour ces aides financières, afin de garantir une utilisation appropriée des fonds.



Ressources à mobiliser

- **Financières** : budget pour l'achat de tickets et de bons d'achat, ainsi que pour les aides financières. Des subventions peuvent être sollicitées pour soutenir ces initiatives.
- **Matérielles** : système de gestion des tickets et des bons d'achat, partenariats avec des magasins.
- **Humaines** : personnel pour la gestion et la distribution des aides.



Avantages

- Gestion flexible des besoins alimentaires et financiers des personnes grâce aux tickets services et bons d'achat ; possibilité de choisir les produits qui répondent à leurs habitudes.
- Aides financières ponctuelles susceptibles de répondre à des besoins urgents et de contribuer à la stabilité financière des personnes.
- Accès à des repas équilibrés pour les enfants des familles dont les frais de cantine sont pris en charge.



Points d'attention

- Risque de revente ou de mauvaise utilisation des tickets et des bons d'achat.
- Gestion administrative et suivi rigoureux pour assurer une répartition équitable des aides.
- Risque de dépendance aux aides financières si elles ne sont pas accompagnées pour favoriser l'autonomie des personnes.

4. L'accès à des équipements



Dispositifs

- **Cuisine collective** : mise à disposition d'une cuisine commune permettant de préparer des repas. Les cuisines collectives sont souvent situées dans des espaces accessibles à tous et peuvent être équipées de matériel professionnel.
- **Cuisine partagée** : cuisines utilisées par plusieurs personnes dans un même logement, favorisant la cohabitation et la collaboration dans la préparation des repas. Les cuisines partagées sont intégrées dans les logements et peuvent être équipées de matériel de base pour la préparation de repas.
- **Équipements dans le logement** : équipements de base tels que plaques de cuisson, fours, micro-ondes et réfrigérateurs, pour que les personnes préparent leurs repas de manière autonome.



Critères et conditions d'accès

- L'accès aux cuisines collectives et partagées est généralement fonction du type de logement et de la configuration des espaces.
- Une formation aux normes d'utilisation des cuisines peut être requise pour garantir la sécurité et l'hygiène des installations.



Ressources à mobiliser

- **Financières** : un investissement est nécessaire pour l'achat et l'entretien des équipements de cuisine, ainsi qu'un budget pour la maintenance et le remplacement des équipements.
- **Matérielles** : des équipements de cuisine, des espaces communs aménagés et des matériaux pour l'entretien des installations.
- **Humaines** : une formation à l'utilisation des équipements, pour des personnes accueillies, est essentielle afin de garantir la sécurité et l'hygiène. Du personnel peut également être nécessaire pour la gestion et l'entretien des cuisines.



Avantages

- Autonomie des personnes pour la préparation des repas dans les cuisines collectives et partagées ; respect des préférences et besoins.
- Gestion économique des repas grâce à la mutualisation des équipements, réduction des coûts individuels et utilisation des ressources optimisée.
- Création de liens sociaux entre les personnes dans les espaces de cuisine partagés, occasions de discussions et de convivialité.



Points d'attention

- Gestion rigoureuse des normes d'hygiène et de sécurité pour garantir la qualité et la sécurité.
- Risque de conflits entre les personnes hébergées quant à l'utilisation des équipements, nécessitant une médiation pour assurer une utilisation harmonieuse des installations.
- Dégradation rapide des équipements si les personnes ne sont pas formées à leur utilisation et à leur entretien.

5. Les sources d'approvisionnement en denrées alimentaires

Pour la confection de repas ou de colis, l'approvisionnement en denrées alimentaires peut provenir de diverses sources.

- **Dons d'associations et des Banques Alimentaires** : colis alimentaires, repas partagés.
- **Collecte-ramasse de surplus alimentaires** auprès de supermarchés, marchés et producteurs locaux.
- **Achats effectués par l'établissement** : denrées achetées par l'établissement pour la préparation de repas, commandes auprès de cuisines centrales ou prestataires (Sodexo, centrale d'achat du Cèdre...).
- **Jardins partagés ou potagers solidaires** (voire **poulailler solidaire**) : production locale de fruits, légumes et œufs accessible aux personnes accueillies.
- **Partenariats avec des commerces et entreprises** : soutien par des dons en nature ou des réductions sur certains produits. Des conventions peuvent être passées entre les établissements et des centres commerciaux ou des grandes et moyennes surfaces.
- **Glanage et cueillette** : le plus souvent avec les personnes accueillies par la structure.

4. EXEMPLES D'INITIATIVES AUTOUR DE L'ACCÈS À L'ALIMENTATION

Malgré les nombreuses contraintes auxquelles sont confrontés les centres d'hébergement (moyens, locaux, temps, ressources humaines), plusieurs structures mettent en place des démarches spécifiques pour améliorer l'accès à l'alimentation des personnes hébergées.

Ces initiatives permettent de dépasser les logiques d'assistance en revalorisant les personnes hébergées à travers leur rapport à l'alimentation. Parfois modestes, elles produisent des effets significatifs en matière de bien-être, d'autonomie et de lien social.

1. Participation active des personnes hébergées

Certaines structures favorisent une participation directe des personnes dans les repas.

- **Co-construction des menus** avec les personnes hébergées *via* des groupes d'expression ou des comités repas.
- Organisation de **repas collectifs** où les personnes préparent les plats ensemble avec le soutien des équipes.
- Système de « **roulement cuisine** », où chacun participe à tour de rôle à la préparation des repas de la collectivité.

« On organise un conseil des résidents une fois par mois. L'alimentation est souvent au cœur des échanges. »

Une coordinatrice de structure

« On a mis en place un système où les résidents proposent des plats de leur pays. Ils sont fiers de cuisiner pour les autres, ça crée de vrais moments de convivialité. »

Un animateur en centre d'hébergement

Ces initiatives permettent une meilleure prise en compte des préférences alimentaires, une responsabilisation et une valorisation des savoir-faire culinaires.

Effets constatés

- ✓ Amélioration de la satisfaction alimentaire.
- ✓ Sentiment de reconnaissance et valorisation.
- ✓ Meilleure prise en compte des besoins.

2. Soutien à l'autonomie alimentaire

Plusieurs structures favorisent l'autonomie en matière de cuisine et de gestion de l'alimentation.

- **Mise à disposition de kitchenettes ou cuisines collectives**, en accès libre, notamment dans les hébergements familiaux ou semi-autonomes.
- **Budget alimentaire géré directement par les personnes** qui font leurs courses et planifient leurs repas.
- **Accompagnement individualisé** autour de l'achat des denrées, du rangement, de leur conservation et de la manière de les cuisiner.

« Les familles ont leur propre cuisine. C'est une vraie différence, elles retrouvent un rythme, peuvent cuisiner pour leurs enfants comme avant. »

Un responsable de CHRS

« On voit qu'avec un petit budget et une cuisine, les personnes reprennent des habitudes. Ça les stabilise. »

Un travailleur social

Ce type de dispositifs favorise la réappropriation des repas, la gestion budgétaire et intègre l'alimentation dans une trajectoire d'autonomisation. Cette autonomie favorise la dignité, le retour à des routines du quotidien et le respect des choix individuels.

Effets constatés

- ✓ Revalorisation des compétences.
- ✓ Renforcement de l'autonomie.
- ✓ Meilleure adaptation aux régimes et préférences alimentaires.

3. Amélioration et adaptation de l'offre alimentaire aux besoins spécifiques

Certaines structures se sont mobilisées pour proposer une alimentation plus équilibrée, diversifiée et culturellement adaptée.

- Des **repas adaptés aux régimes religieux ou médicaux** (halal, végétarien, sans gluten, etc.).
- Révision des **menus pour intégrer davantage de produits frais**, de légumes, de plats végétariens ou de recettes issues des cultures des personnes hébergées.
- Des **alternatives en cas d'intolérances ou d'affections de longue durée** (diabète, cholestérol, etc.).
- Une **prise en compte des enfants** dans l'élaboration des repas pour les familles hébergées.
- **Lutte contre le gaspillage alimentaire** par le tri, la redistribution des invendus ou le compostage.

« On a travaillé avec une diététicienne pour revoir nos menus. On propose des options végétariennes et on essaye de varier davantage. »

Un responsable restauration

« On adapte les repas pendant le Ramadan, on laisse les gens emporter à manger pour plus tard. »

Un responsable d'un centre d'hébergement collectif

Cela permet de répondre plus finement aux besoins nutritionnels et culturels, tout en évitant des situations d'exclusion ou de frustration alimentaire.

Effets constatés

- ✓ Meilleure acceptation des menus.
- ✓ Respect des choix personnels.
- ✓ Amélioration de la santé globale.

4. Renforcement du lien social à travers les repas

Le repas devient un outil de convivialité et de reconstruction du lien social lorsqu'il est pensé comme un temps collectif de qualité.

- **Repas partagés ou festifs**, avec la participation du personnel et des familles.
- **Temps de cuisine intergénérationnels ou interculturels**, où chacun peut faire découvrir une recette.
- Espaces où les personnes peuvent **inviter quelqu'un ou partager un moment avec d'autres personnes**.
- **Implication** des personnes et des professionnels lors d'événements (repas à thème, fêtes, anniversaires...).

« À Noël, les personnes ont préparé un repas avec les équipes. C'était un vrai moment de fête, pas juste un repas "fourni". »

Une éducatrice spécialisée

Effets constatés

- ✓ Création des moments de normalité.
- ✓ Rupture de l'isolement.
- ✓ Renforcement du vivre-ensemble dans les structures.

5. Développement d'ateliers cuisine et d'actions d'éducation alimentaire

Plusieurs structures ont mis en place des ateliers de cuisine encadrés, à la fois pratiques et éducatifs.

- **Apprentissage de recettes simples** et peu coûteuses.
- **Sensibilisation à l'équilibre alimentaire**, à la lecture des étiquettes, à la conservation des aliments.
- **Ateliers « cuisine anti-gaspi »** à partir de restes ou de denrées invendues.

« On fait des ateliers avec les restes de la veille ou des produits récupérés. Ça montre qu'on peut cuisiner bon et pas cher, même en galère. »

Une bénévole d'association partenaire

Ces ateliers ont un effet structurant sur les parcours d'insertion, notamment en réactivant des savoir-faire, en favorisant l'autonomie domestique et en renforçant les compétences sociales.

Effets constatés

- ✓ Développement de l'autonomie dans l'organisation quotidienne.
- ✓ Revalorisation personnelle et sociale (entraide, transmission entre pairs).
- ✓ Amélioration de la santé et de l'équilibre alimentaire.

6. Mise en réseau avec des acteurs locaux de l'aide alimentaire

Plusieurs structures s'appuient sur des partenariats locaux pour élargir ou diversifier l'offre alimentaire.

- Récupération de denrées via les **Banques Alimentaires, associations ou supermarchés solidaires**.
- Mise en lien avec des **épiceries sociales ou solidaires**, où les personnes peuvent faire leurs courses à moindre coût.
- Partenariat avec des **AMAP ou jardins partagés** pour se procurer des produits frais et favoriser la participation des personnes à des activités de production alimentaire.
- **Partenariats avec des structures d'insertion** (comme les chantiers cuisine) ou des associations de lutte contre le gaspillage alimentaire.

« Grâce à un partenariat avec une ferme urbaine, certains résidents participent à la cueillette. Ils ramènent des légumes frais et ça les reconnecte à quelque chose de vivant. »

Un éducateur spécialisé

« On reçoit des invendus d'un supermarché local, ça évite le gaspillage et permet plus de choix. »

Un responsable de CHRS

Ces initiatives créent des passerelles entre les structures d'hébergement et le tissu associatif ou agricole local, tout en favorisant une alimentation plus saine et plus durable.

Effets constatés

- ✓ Moins de gaspillage, plus de choix.
- ✓ Produits frais à moindre coût.
- ✓ Ancrage territorial renforcé.

5. RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES

Plan d'accompagnement « prestation d'alimentation », Fédération des acteurs de la solidarité – Novembre 2024

[Télécharger le document](#)

Diagnostic de la précarité alimentaire en Île-de-France – Enquête auprès des familles hébergées à l'hôtel, Action contre la Faim – Agence nouvelle des solidarités actives (ANSA), 2023

[Télécharger le document](#)

Les associations membres de la FEP impliquées

(Entretiens et réunion collective)

- abej SOLIDARITÉ, Lille
- CPCV, Île-de-France
- Diaconat de Bordeaux
- Diaconat de Nantes
- Entraide de Toulouse
- Entraide Le Relais, Strasbourg
- Entraide Pierre Valdo, Saint-Étienne
- L'Étage, Strasbourg
- Fondation Armée du Salut, Paris
- Fondation des Diaconesses de Reuilly, Rochefort
- Home Protestant, Strasbourg
- Jamais seul, Reims
- MJF Jane Pannier, Marseille
- Les Foyers Matter, Lyon
- UCRM, Toulouse



Qui est la Fédération de l'Entraide Protestante ?

La FEP (Fédération de l'Entraide Protestante) rassemble, anime et soutient les acteurs protestants de l'action sociale, médico-sociale et sanitaire en France. Ses membres sont engagés auprès des plus vulnérables : les personnes en situation de précarité, les étrangers, les personnes âgées, les malades, les personnes en situation de handicap, l'enfance et la jeunesse... Elle porte leur voix avec audace et interpelle les pouvoirs publics et les partenaires. Elle encourage l'entraide entre ses membres, se nourrissant de leur pluralité et suscitant expérimentations et réflexions sur le sens de leur action. Reconnue d'utilité publique, la FEP inscrit sa démarche dans un dialogue actif et bienveillant avec l'ensemble des acteurs de la solidarité en France et en Europe. Portée par son ancrage protestant, elle participe – collectivement avec ses membres – à la construction d'une société qu'elle voudrait plus juste et plus fraternelle.

Soutenu par



Délégation interministérielle
à l'hébergement et à
l'accès au logement



Fédération de l'Entraide Protestante

47, rue de Clichy – 75009 Paris

Tél. : 01 48 74 50 11

mail : contact@fep.asso.fr