

# L'AIDE ALIMENTAIRE : UN MODÈLE À REPENSER ?

*L'alimentation est un droit, reconnu internationalement et consacré dans l'article 25 de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme. Pourtant, dans notre pays où la nourriture ne manque pas, certaines personnes ne mangent pas à leur faim. En Belgique, la lutte contre cette forme de précarité se concrétise principalement par l'aide alimentaire. Vitale sur le fond, sa forme actuelle pose plusieurs questions éthiques.*



© Pixabay - Inn

L'insécurité (ou précarité) alimentaire décrit la situation où la possibilité de s'approvisionner en nourriture suffisante et adéquate d'un point de vue nutritionnel et de façon socialement acceptable (sans recours à la mendicité, au vol, au don ou aux aides alimentaires) est limitée ou incertaine<sup>1</sup>. Pour pallier cette situation, il existe l'aide alimentaire. Cette dernière n'a pas pour but de fournir tous les repas des bénéficiaires, mais se veut être une solution d'appoint pour soulager les budgets des personnes en situation de grande précarité<sup>2</sup>.

En Belgique, l'aide alimentaire est confiée en partie à des organismes publics comme les CPAS, mais aussi à de nombreuses associations constituées de travailleurs sociaux et, en grand nombre, de bénévoles (ces derniers constitueraient 70% des ressources humaines). Protéiforme, cette aide se matérialise par la distribution de colis alimentaires, les épiceries

sociales, les banques alimentaires, les restaurants sociaux, l'accueil de jour, la distribution de nourriture auprès des SDF... En Wallonie, on compte 85 épiceries sociales, 30 restaurants sociaux et plus de 400 centres de distribution de colis alimentaires. A Bruxelles, on dénombre 57 services de distribution de colis alimentaires, une quarantaine de restaurants sociaux, une quinzaine d'épiceries sociales et une quinzaine de frigos solidaires en projet. En 2021, les banques alimentaires ont distribué pas moins de 22 229 tonnes de nourriture. Au total, cela représente environ 44 millions de repas sur l'année<sup>3</sup>.

## Une quantification difficile

Il n'est pas aisé de chiffrer le nombre de personnes bénéficiant de l'aide alimentaire en Belgique, les aides étant multiples et gérées par de nombreuses associations de terrain. La fé-



dération des services sociaux estime que 600 000 personnes ont eu recours à l'aide alimentaire en 2022 (contre 450 000 en 2019), dont 90 000 rien qu'à Bruxelles, mais ce chiffre est certainement sous-estimé. Les associations enregistrent non seulement une progression de leurs bénéficiaires, mais aussi un changement perceptible dans le profil des demandeurs. Dans le passé, il s'agissait principalement de femmes célibataires, de demandeurs d'emploi, de marginaux et de personnes issues de l'immigration. Aujourd'hui, on rencontre également des travailleurs peu qualifiés ou avec un statut précaire, des indépendants, des pensionnés ou encore des étudiants<sup>4</sup>.

### Les violences alimentaires

En Belgique, la lutte contre la précarité alimentaire se fait donc quasi exclusivement via des distributions de nourriture et de repas. Ce travail de terrain est nécessaire, mais le système actuel présente certaines limites et provoque, pour les utilisateurs, des conséquences collatérales, notamment celles que l'on peut appeler des « violences alimentaires ». Ce terme a été défini par Bénédicte Bonzi, docteure en anthropologie sociale et auteure de « La France qui a faim », fruit d'un long travail de recherche suscité par son expérience de bénévole au sein d'associations. Selon elle, *les violences alimentaires se caractérisent par la force intentionnelle ou non qui empêche une personne d'accéder à son droit à l'alimentation, ceci donnant lieu à des atteintes physiques ou morales*<sup>5</sup>. Cela peut être des intimidations dans les files d'attente, de l'insécurité dans les lieux de distribution où le public est très hétérogène, la peur de ne pas

recevoir assez de nourriture, le froid de l'attente sur un trottoir... Les tensions pendant les distributions sont nombreuses, et cela se traduit parfois par des réactions dures ou inadéquates des bénévoles qui peuvent blesser les demandeurs.

### Violences invisibles

La violence psychologique vécue n'est pas forcément conscientisée par les bénéficiaires mais son impact est important. Il en résulte une perte de l'estime de soi et un sentiment de vulnérabilité. Cela commence par le sentiment de honte et d'échec d'avoir failli et d'avoir à solliciter l'aide alimentaire et cela se renforce par le contrôle auquel tout demandeur est soumis. Il s'agit en effet de justifier son statut de personne précaire, en étalant papiers et données personnelles. Cette humiliation se répète puisqu'il faut prouver de multiples fois que les dons sont mérités, selon le nombre d'associations sollicitées par le demandeur. Pour certaines personnes, cette seule étape est déjà impossible à franchir. Il faut affronter le regard de l'autre, recevoir parfois le message que les revenus sont considérés comme suffisants mais qu'ils ont été « mal gérés », qu'il y a des personnes qui méritent plus cette aide... *Isolées d'une société qui les prive de l'accès à l'alimentation, frustrées de ne pouvoir parvenir à se nourrir par elles-mêmes, intimidées par les dispositifs où le contrôle prend une place importante, harcelées par des institutions qui exigent de remplir des formulaires, de rentrer dans les normes, menacées de perdre ce qui garantit la survie, prises de honte, et de culpabilité, les personnes qui ont recours à l'aide alimentaire vivent une violence psychologique intense*<sup>6</sup>, résume Bénédicte Bonzi.

### Absence de choix, absence du choix

Lorsqu'un citoyen fait appel à l'aide alimentaire, il prend ce qu'on lui donne. Ne pas pouvoir décider de ce qu'il va manger est une forme d'atteinte à sa dignité. Tout comme le fait que des personnes ne trouvent pas de produits en lien avec leur culture ou leurs spécificités alimentaires. Et dans le cas où le plat ou le colis proposé ne plait pas, il y a une auto-interdiction de critiquer par peur de ne pas bénéficier du repas suivant. Ne pas savoir ce que va contenir le colis, c'est ne pas pouvoir anticiper, savoir s'il y aura la collation adéquate demandée par l'école ou ce dont ont envie les enfants. C'est s'isoler socialement, ne pas accepter d'invitation par peur de ne pouvoir rendre la pareille, faire manger les enfants d'abord, et se sustenter de ce qu'il reste. Manger perd sa fonction de sociabilisation, cela ne réunit plus, au contraire, cela isole.

## Manger ou bien manger ?

L'aide alimentaire est aussi une porte d'entrée à un suivi social plus large, qui passe par des mesures d'éducation au « bien manger », des attitudes paternalistes et une infantilisation qui peuvent être mal vécues. Les injonctions sont nombreuses : manger équilibré, pas trop gras, pas trop salé, de saison, sans pesticide... Quand on n'en a pas forcément les moyens, une double culpabilisation s'installe. Il y a une inversion de la faute : l'accent est mis sur les manquements du bénéficiaire plutôt que sur le problème généralisé d'une société où la nourriture de mauvaise qualité circule en abondance.

Selon une étude française, l'aide alimentaire souffre particulièrement d'un manque de diversité de l'offre, d'une qualité plutôt moyenne des produits et d'une sous-représentation des produits frais : *l'imprévisibilité des dons rend difficilement atteignable l'équilibre nutritionnel. Les protéines animales sont surreprésentées, de même que les acides gras saturés et les sucres libres. A l'inverse, les fibres et certains acides gras essentiels, vitamines et minéraux sont en quantité insuffisante*<sup>7</sup>. La population qui bénéficie de l'aide est captive d'un ap-

provisionnement industriel et d'aliments ultra-transformés, qu'elle le veuille ou non. En cause notamment, le fait que 40% des produits sont des conserves labellisées Fonds Européen d'Aide aux plus Démunis (FEAD) et que faire circuler des produits frais et garantir la chaîne du froid est compliqué pour la plupart des associations.

## Les invendus, ça rapporte ?

A côté des conserves de l'aide européenne, l'aide alimentaire repose pour 40% sur les dons d'invendus, principalement issus de la grande distribution, avec des dates limites de consommation très proches, voire des produits non conformes à la vente. Lier problématique du gaspillage et aide alimentaire pose plusieurs questions. Hériter de ce dont les autres n'ont pas voulu, avoir « les restes », c'est une grande forme de violence. De plus, certains chercheurs estiment que l'aide alimentaire profite davantage aux donateurs : ils libèrent leurs entrepôts, déduisent fiscalement leurs dons jusqu'à 60% et bénéficient d'une image sociale et anti-gaspillage très flatteuse. D'après Laure de Hesselle, auteure du dossier « Le grand marché des invendus », *l'argument des invendus ne règle pas*

## Les problèmes de santé liés à la malnutrition

L'alimentation a beau être une partie essentielle de notre vie et de notre santé, c'est souvent la part du budget qui lui est allouée qui trinque. Il est plus facile de réduire ses dépenses en aliments que de faire baisser son loyer. Et quand le portefeuille est serré, le prix est un des premiers critères qui entre en compte pour réaliser le menu. Les produits les moins chers étant très souvent les moins sains, leur consommation n'est pas sans conséquence sur la santé des personnes qui les consomment.

Selon l'étude Global Burden of Disease, depuis 20 ans, l'alimentation est le principal facteur de risque de maladie, de décès et d'incapacité dans le monde. En France, 15% de la mortalité est attribuable à l'alimentation. Chez les enfants, une mauvaise alimentation nuit au développement cognitif, mental et psychomoteur. Elle affecte notamment les capacités de concentration en classe et affaiblit le système immunitaire. Elle a des effets négatifs sur la santé mentale (dépression, honte, anxiété...).

Et selon une recherche française de 2013, l'état de santé des bénéficiaires de l'aide alimentaire est globalement préoccupant. Les maladies liées à l'alimentation (obésité, hypertension artérielle, le diabète ou l'anémie...) sont en effet plus élevées dans cette tranche de la population<sup>1</sup>. On peut aussi pointer les maladies chroniques, l'obésité infantile, les carences, les maladies cardiovasculaires, les cancers et une mortalité prématurée plus élevée. Plusieurs recherches attestent que les personnes en situation d'insécurité alimentaire ont une alimentation de moindre qualité nutritionnelle avec notamment beaucoup de boissons sucrées et très peu de fruits, de légumes et de poissons.

1. INPES, Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire, Étude Abena 2011-2012 et évolutions depuis 2004-2005, mars 2013 (en ligne)





© Adobe stock

du tout la question du gaspillage alimentaire à la source, parce que ça permet à l'industrie alimentaire de poursuivre assez tranquillement ces surproductions, sans trop se poser de questions, tout en récupérant la TVA sur ces invendus. Il y a une forme de marché économique qui se développe<sup>8</sup>. Ce système n'encourage pas non plus des dons de qualité car peuvent donner ceux qui produisent en grosse quantité, les industriels et les grandes enseignes.

### Un système qui montre ses limites

Le système actuel coûte cher et demande une grande mobilisation de ressources (plateformes de stockage, frigos, logistique, administration...) et de bénévoles. Des bénévoles qui s'épuisent et pour qui l'approvisionnement est un défi quotidien, une tâche répétitive et stressante. Ironiquement, il y a une précarité associative des organismes d'aide. Quant aux plus démunis, bénéficier des aides disponibles n'est pas une sinécure. Encore faut-il qu'ils aient les moyens, financiers ou physiques, de se rendre au lieu de collecte et que les horaires soient compatibles avec leur mode de vie. Le temps d'attente dans la file est une donnée inconnue avec laquelle jongler, un problème lorsque, par exemple, le demandeur dépend d'autres personnes pour s'y rendre. Sans compter la stigmatisation ou la peur d'être vu ou reconnu. Après l'attente, vient la frustration devant des produits dépareillés : certains pourront repartir avec des produits de marque, d'autres bas de gamme. Les bénévoles se contraignent à des répartitions aléatoires afin de pouvoir contenter tout le monde, mais certains auront l'impression d'avoir reçu « moins bien ».

### Combattre l'insécurité alimentaire sur le long terme

Dans une société où la nourriture déborde des rayons de supermarchés, mais où tout le monde ne mange pas à sa faim, la solidarité alimentaire est plus que nécessaire. Les bénévoles de terrain font un travail vital mais l'aide alimentaire telle qu'elle existe actuellement est une réponse temporaire et urgente à un problème structurel. Elle ne lutte pas concrètement contre la pauvreté et contre les inégalités sur le long terme. Se nourrir, ce n'est pas seulement absorber un certain nombre de calories et de nutriments nécessaires à la survie. Il y a toute une dimension de partage, de lien, de joie, de plaisir, pour soi mais aussi à nourrir ceux qu'on aime. Notre personnalité se définit en partie par nos goûts, nos envies, notre culture. Et la nourriture remplit parfois une fonction de compensation et de réconfort en cas de colère, de tristesse, de stress.

Aujourd'hui, on confond trop souvent le droit à l'aide alimentaire et le droit à l'alimentation<sup>9</sup>. L'aide alimentaire ne devrait pas se résumer à « nourrir en suffisance » mais devrait permettre l'accès à des produits de qualité, de façon digne, tout en faisant ses propres choix alimentaires et en s'épanouissant dans le rapport aux aliments. Sortir de l'assistance pour aller vers un accès autonome à l'alimentation, c'est ainsi que ce droit à l'alimentation doit être repensé pour être enfin pleinement respecté.

**Adrienne Demaret**

1. « L'aide alimentaire, un panier d'émotions », une étude d'Action Vivre Ensemble, 2022, en ligne, page 11
2. « Aide alimentaire, Stop ou encore ? » par Bruxelles informations sociales, novembre 2012, page 17
3. « Banques alimentaires en Belgique : nouveau triste record » par Jef Mottar, FBBA, décembre 2022 (syndicatsmagazine.be)
4. Idem
5. « Faim de Droits, le don à l'épreuve des violences alimentaires » thèse de doctorat, par Bénédicte Bonzi, juin 2019, page 263
6. Idem, page 279
7. « La lutte contre la précarité alimentaire - Evolution du soutien public à une politique sociale, agricole et de santé publique », rapport IGAS 069R par Franck Le Morvan et Thomas Wanecq, décembre 2019, page 34
8. « L'aide alimentaire : Est-ce qu'on n'est pas là comme soupape pour éviter l'explosion sociale ? » sur RTBF Tendances, à partir du dossier « Le grand marché des invendus » dans *Imagine Demain Le Monde*
9. Dominique Paturel, in « Le droit à l'alimentation : un droit en miette », vidéo réalisée par le collectif *Pour une sécurité sociale de l'alimentation*