

# qu'est-ce qu'on mange ?

Exploration d'un mouvement  
de solidarité alimentaire

Par Bénédicte Bonzi, anthropologue

**VRAÇ**



**qu'est-ce  
qu'on  
man  
ge ?**



DOCUMENT RÉALISÉ PAR VRAC FRANCE

contact-france@vrac-asso.org

28, rue Alfred de Musset, 69100 Villeurbanne

**Cette recherche-action est le fruit d'un travail collectif et d'un partenariat entre Bénédicte Bonzi, Nicolas Bricas et le réseau VRAC.**

**Auteur·rices :** Bénédicte Bonzi, Sidi Doumbia, Juliette Chatellard, Jonas Capozio, Pierre-Richard Perroneau.

**Correction-révision :** Marion Azevedo, Gabrielle de Dianous, Elsa Duparay, Mondane Jactat, Lorana Vincent.

**Crédits photos :** © Bertrand Gaudillère / item © Sandrine Luminet / @Julia Guérin - Salon Primevère

**Design graphique et maquette :** Coopérative les coomuns.

**Impression :** NAPDIS.

**Date de publication :** septembre 2025.

**Accompagnement scientifique :** Nicolas Bricas (Cirad UMR Moisa).

**Coordinatrice de la recherche-action :** Lorana Vincent et Elsa Duparay.

**Groupe pilote :** les équipes de VRAC Finistère, VRAC Paris, VRAC Strasbourg, VRAC Bordeaux et en particulier, Frédéric Pelle, Aline Di Carlo, Zoé Lehuger, Léa Leclabart, Camille Dacomo, Coralie Loirat.

**Groupe de travail « RAADIS » :** Elsa Duparay, Lorana Vincent, Aline Di Carlo, Ariel Martinez, Barthélémy Le Blan, Bénédicte Bonzi, Boris Tavernier, Camille Dicom, Charlotte Abecassis, Charlotte Duquet, Coralie Loirat, Elisabeth Nezami, Frédéric Pell, Isaac Disanka, Julianne Ricou, Juliette Gaudron, Juliette Godet, Léa Leclabart, Léonith Hinojosa, Marielle Martinez, Marine Vandeventer, Nicolas Bricas, Nolwen Alzas, Perrine Kerfyser, Sandrine Forzy, Téliou Vanaret, Zoé Lehuger.

**Communication :** Marion Azevedo.

**Partenaires financiers :** Fondation Daniel et Nina Carasso, European Climate Foundation, Direction Générale de la Cohésion Sociale et l'Union européenne.

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>INTRODUCTION</b> .....  | <b>12</b> |
| Présentation de VRAC ..... | 16        |
| Méthodologie .....         | 19        |
| Lexique .....              | 22        |

## Partie 1

|                                                     |           |
|-----------------------------------------------------|-----------|
| <b>L'ACCESSIBILITÉ AU CŒUR DU PROJET VRAC</b> ..... | <b>24</b> |
| A - La pratique de l'accessibilité .....            | 25        |
| B - Les conditions de l'accessibilité .....         | 29        |
| C - L'accessibilité dans le quotidien .....         | 33        |
| Grille d'étude d'impact sur l'accessibilité .....   | 36        |

## Partie 2

|                                                                                                            |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>VRAC : DÉVELOPPER LE POUVOIR D'AGIR</b> .....                                                           | <b>37</b> |
| A - Le pouvoir d'agir en pratique, l'exemple du collectif Charles Hermite à Paris .....                    | 40        |
| B - Première étape de la participation : prendre part .....                                                | 41        |
| C - Seconde étape de la participation : apporter une part, déposer son vécu, son expérience sensible ..... | 42        |
| D - Troisième étape de la participation : bénéficier de sa part sans être bénéficiaire .....               | 44        |
| E - L'art de la convivialité comme art de la résistance .....                                              | 46        |
| F - Tisser des liens pour réparer la fracture sociale .....                                                | 48        |
| Grille d'étude d'impact sur le pouvoir d'agir .....                                                        | 53        |

## Partie 3

|                                                                 |           |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>LA PUISSANCE D'UNE ALIMENTATION CHOISIE</b> .....            | <b>54</b> |
| A - Parler de qualité, la croix de Mainguy .....                | 57        |
| B - Donner la possibilité de préserver l'environnement .....    | 64        |
| C - Pour des paysans et des paysannes justement rémunérés ..... | 66        |
| D - Pour la dignité et le plaisir de vivre .....                | 71        |

|                         |           |
|-------------------------|-----------|
| <b>CONCLUSION</b> ..... | <b>77</b> |
|-------------------------|-----------|



## NICOLAS BRICAS

Chercheur au Cirad,  
UMR MoISA et Titulaire  
de la Chaire Unesco  
Alimentations du Monde

**E**n quelques années, VRAC est devenu un acteur important des solidarités alimentaires. Dans 23 territoires, des associations œuvrent à permettre à toutes et tous, et en particulier aux familles à petit ou très petit revenu, d'accéder à une alimentation de qualité.

Les produits sont presque toujours bio, de grande qualité gustative, et achetés aux producteurs-rices à des prix qui les rémunèrent correctement. Sur la base d'un catalogue de produits coconstruit avec des habitant-es de quartiers pauvres, celles-ci – car très majoritairement des femmes ! – passent leur commande, puis viennent en prendre livraison dans une épicerie éphémère installée tous les mois, souvent dans un centre social. Les produits sont vendus quasi à prix coûtant et en vrac, chacune venant avec ses emballages. C'est ce qui permet des prix très accessibles, souvent équivalents à ce qu'on trouve dans les magasins discount. Et pour les personnes très en difficulté, le demi-tarif est appliqué. Voilà la façon facile

de caractériser ce que fait VRAC : une forme aidée d'offre alimentaire de qualité pour des ménages en difficulté.

Présenté comme cela, le modèle VRAC est-il un nouveau modèle d'aide alimentaire ? Il permet le choix et la dignité retrouvée, ne cible pas seulement les personnes en précarité, mais joue la mixité contrôlée des publics, favorise un modèle de production et de commercialisation plus respectueux de l'environnement et plus équitable. Il répond donc à de nombreuses critiques faites à l'aide alimentaire « classique ». Mais avec cette question, se pose très vite celle de l'efficacité du modèle : peut-il répondre, à coût raisonnable, aux besoins des millions de familles en précarité alimentaire, dont une partie fait la queue à l'aide alimentaire ? Finalement, combien de tonnes VRAC distribue-t-il ? Combien de personnes touche-t-il ? Quel rapport coût/efficacité de ce modèle ? C'est pour sortir de ces seules questions que cette étude a été entreprise.

**“VRAC UTILISE L’ALIMENTATION  
NON SEULEMENT COMME UN  
MOYEN DE BIEN MANGER ET  
D’AMÉLIORER SA SANTÉ,  
MAIS AUSSI COMME UN VECTEUR  
DE LIEN SOCIAL ET D’EXPRESSION  
DE SA CULTURE.”**

---

Car participer à une épicerie éphémère, discuter avec les membres des groupements, avec les salarié-es et les bénévoles qui font tourner le dispositif montre que VRAC, c’est bien plus qu’une nouvelle forme d’aide alimentaire.

Mais ce « bien plus » que l’on entend souvent est difficile à expliquer, à légitimer et à faire reconnaître dans l’évaluation. VRAC utilise l’alimentation non seulement comme un moyen de bien manger et d’améliorer sa santé, mais aussi comme un vecteur de lien social et d’expression de sa culture. C’est aussi un endroit pour reprendre en main son alimentation, comprendre son origine et la manière dont elle est produite, et rencontrer des agriculteurs et agricultrices. VRAC, c’est aussi une façon unique de travail social, où l’attention aux détails, le souci du bien-être et l’atmosphère sont

essentiels. Mais tout ce qui fait qu’on vit mieux avec VRAC, on le note tous les jours, on le vit, on s’en parle au sein et entre les associations VRAC. Cependant, cela reste informel et donc peu visible de l’extérieur.

**L’idée de capitaliser sur tous les avantages de VRAC, soit la facilitation de l’accès à une alimentation de qualité, est née de ce constat. Rassembler ces témoignages, les organiser, nommer ce « bien plus », et le valoriser est un moyen de faire reconnaître tout l’intérêt de ce modèle et de rendre hommage aux salarié-es et bénévoles qui, par leurs pratiques, montrent comment l’alimentation est à la fois un rapport à soi-même, aux autres et à la biosphère. Et donc, comment c’est un moyen de construire un rapport réenchanté au monde. ●**



## BÉNÉDICTE BONZI

Docteure en anthropologie  
Sociale, chercheuse associée  
au Laboratoire d'Anthropologie  
du Politique (LAP)

**Ce rapport veut réenchanter ses lecteur.rices notamment par une mise en mouvement. En lisant, il sera nécessaire de faire un pas de côté pour se retrouver du même côté que l'autre. Il sera nécessaire d'avoir le courage de traverser la rue ensemble pour découvrir celle ou celui pour qui « on » pense. À VRAC, il s'agit de pousser la porte d'une distribution pour voir qu'il se passe quelque chose. Le travail qui vous est présenté donne de la consistance à ce « quelque chose ».**

Pourquoi cela fait-il autant de bien aux personnes de venir faire leurs courses quand cette tâche est pour nombre d'entre nous une corvée ? Quand on va « au VRAC », on entre dans un lieu qui n'est pas un magasin, on doit attendre d'avoir été enregistré-e pour récupérer la liste de sa commande, parfois il faut même mettre la main à la pâte pour récupérer la quantité commandée. Si l'on a oublié ses sacs ou contenants, il faut en plus bricoler pour arriver à emporter ses achats. Malgré tout cela, les retours sont unanimes. Les adhérent-es aiment venir, et il-elles décrivent ce moment comme une parenthèse. « Il y a une bonne ambiance familiale, un bon accueil. Les gens sont sympas, serviables. Ça se passe dans notre quartier et ça nous donne envie de nous investir ! » confie Aynima Ba, adhérente à VRAC Bordeaux.

D'où vient cette impression saisissante d'ouvrir une parenthèse, de vivre un moment de plaisir, de rencontre, un moment pour soi, chez soi ? Pourquoi découvrons-nous des salarié-es aussi exigeant-es et minutieux-ses sur des

questions si éloignées du commerce, telles que la participation, l'adhésion, la démocratie et le vivre ensemble ? Dans leur travail, on comprend très vite que, par-delà l'action concrète avec l'épicerie, il y a autre chose. « Construire la noblesse du quotidien, car quand tu manges bien, tu dors bien, tu peux inviter des gens, tu vis ! », explique Aline Di Carlo, directrice de VRAC Paris.

En effet, on ne peut qu'être interpellé-e par ce qui semble être un tour de force. Comment se fait-il que, dans ces lieux empruntés (centres sociaux, etc.), les produits et les personnes qui participent au VRAC trouvent si facilement une place et un rôle ? C'est ce que souligne Aboubaker, adhérent à VRAC Strasbourg : « Ça s'inscrit aussi dans quelque chose de plus large en fait, une politique quelque part de mieux vivre, de bien-être, de bonne santé, c'est un peu tout ça en fait. VRAC à sa place aussi quelque part là-dedans. »

Le but de cette étude, est d'une part, de donner la parole aux adhérent-es de VRAC, et, d'autre part, de montrer les valeurs invisibles, telles que le respect de la dignité, la reconnaissance, l'affection, et parfois même l'amour qui circulent autour de la nourriture et le poids que ces valeurs représentent. Tout l'enjeu est d'en proposer une « mesure » rigoureuse.

Le travail réalisé au sein de VRAC est concret. Il nécessite des compétences particulières, dont celle de faire exister une relation commerciale juste. Le-la producteur-riche peut vendre à un prix

qui correspond à son travail ; les adhérent·es, parce qu'il·elles deviennent membres d'un projet qui œuvre pour une justice alimentaire, paient en fonction de leurs moyens et en connaissance de cause ; des acteurs sociaux (bailleurs, collectivités, mais aussi salarié·es et bénévoles) projettent un monde dans lequel de nouvelles règles sont proposées et il·elles y participent en le soutenant économiquement.

Pour VRAC, l'exclusion n'est pas un fléau contre lequel on ne peut rien, mais une construction sociale. Aussi, l'idée est de proposer aux habitant·es des quartiers dits populaires de se regrouper pour acheter en minimisant la production de déchets par l'usage du vrac, en choisissant consciemment un approvisionnement auprès de producteur·rices inscrit·es dans des pratiques agroécologiques, en payant le ou la producteur·rice au juste prix. **VRAC démontre et répond au besoin d'agir face au désastre écologique et social des quartiers populaires.**

À celles et ceux qui pensent que ce degré d'implication en quartier populaire est voué à l'échec, car les habitant·es de ces quartiers auraient d'autres priorités, la réponse est : FAUX !

C'est Touria, adhérente de VRAC Paris, qui nous le dit : « On a été privé de ça parce qu'il fallait de l'argent alors que **c'est notre affaire à tous de contribuer à sa manière à l'environnement. [Elle réfléchit] Je me sentais démunie face à l'écologie qui est loyale et juste, mais réservée aux gens qui ont les moyens.** C'est ça le paradoxe. »

Ce rapport existe car il fallait raconter. Il fallait montrer en quoi et comment VRAC répond concrètement à des besoins inavoués dans le contexte de la montée des incertitudes.

Il fallait raconter comment, malgré cette vague redoutable de paupérisation, il est possible d'agir sans compromission. VRAC est un projet construit avec celles et ceux qui connaissent bien le large et les dangers des récifs.

Le projet sait être audacieux tout en étant une enveloppe douce et sécurisante. Comprendre le climat d'incertitude c'est accepter de naviguer à vue, de savoir que rejoindre la côte sans laisser personne en pleine mer est la plus belle des aventures humaines, mais aussi la plus éreintante. Il faut beaucoup d'agilité et de force pour aller à contre-courant, se maintenir à flot, garder son cap et faire un pas de côté !

Parce que VRAC s'est construit en pleine

tempête, il permet de poser un nouveau regard sur la lutte contre la précarité alimentaire, d'apporter de nouveaux outils aux acteurs de l'aide alimentaire. Cette étude reflète une envie de partager et un besoin de regarder le chemin parcouru pour se fixer le cap des années à venir.

Entre évaluation embarquée et

étude d'impact, ce travail vient partager des expériences hors norme, en livrer une analyse, en tirer des leçons et proposer des perspectives.

Plus largement, ce rapport vise à nourrir une réflexion politique dans un projet de société embrassant une véritable transition sociale et environnementale. Loin des clivages et des dialectiques délétères, VRAC propose le projet d'une société unifiée, de la ruralité aux territoires urbains, où producteur·rices et consommateur·rices partagent une destinée commune.

Ce rapport s'adresse en ce sens aux décideurs et décideuses, comme à tous·tes celles et ceux qui font notre société d'aujourd'hui. ●



## LORANA VINCENT

Déléguée Générale  
de VRAC France



## ELSA DUPARAY

Chargée de projets démocratie  
alimentaire à VRAC France

**C'est en 2014 que le premier groupement d'achat VRAC est créé à Vaulx-en-Velin dans le quartier des Noirettes au Mas du Taureau, quartier historique de la politique de la ville...**

11 ans plus tard, le nombre de groupements, en France et en Belgique, est de 124 ! 124 quartiers qui s'animent chaque mois dans une ambiance chaleureuse pour permettre aux habitants et habitantes qui pour la plupart vivent des situations économiques et sociales contraintes, de pouvoir acheter les produits qu'ils et elles souhaitent, correspondant à leurs besoins, leurs envies, leurs goûts et de se retrouver.

Passer trois heures dans un centre social ou une maison de quartier un jour de distribution des commandes permet d'entrevoir la volonté de bien manger des personnes, l'envie de s'engager sur son quartier, l'accueil des partenaires, mais également de cerner plus subtilement le rôle des salarié-es pour permettre à chacun-e de prendre sa juste place, les bonnes et les moins bonnes nouvelles échangées, les litres de café et les gâteaux partagés, les nouveaux produits du catalogue commentés ... Autant d'éléments illustrant la joie nichée dans les interstices de ces épiceries éphémères et toujours uniques...

C'est pour mesurer toutes ces interactions, cette ambiance un peu spéciale et tous ces liens qui font l'ADN de VRAC que nous avons souhaité faire un pas de côté : valoriser cet enthousiasme collectif qui ne se résume pas aux tonnes de produits vendus ! S'appuyer sur la méthodologie de la recherche-action, c'est se plonger dans notre fonctionnement en laissant la place aux adhérent-es, aux salarié-es et aux partenaires. C'est faire le choix d'être acteur et actrice et de s'impliquer dans cette évaluation plutôt que d'être mesuré par un acteur exogène. C'est se laisser transporter par des temps d'observation dans des lieux que l'on connaît sur le bout des doigts, pour se questionner sur ses propres pratiques et les regarder d'un œil neuf. Pour donner un cadre à cet exercice et assurer une rigueur scientifique, VRAC France a donc sollicité deux chercheur-es : Nicolas Bricas, socio-économiste de l'alimentation au CIRAD et titulaire de la Chaire Unesco Alimentations du monde, mais aussi fin connaisseur et compagnon de route de VRAC en sa qualité de président de VRAC & Cocinas, association montpelliéraine VRAC, ainsi que Bénédicte Bonzi, docteure en anthropologie sociale et spécialiste du fonctionnement de l'aide alimentaire et plus globalement, du lien entre précarité et alimentation.

**“ C’EST POUR MESURER TOUTES  
CES INTERACTIONS, CETTE  
AMBIANCE UN PEU SPÉCIALE  
ET TOUS CES LIENS QUI FONT  
L’ADN DE VRAC QUE NOUS AVONS  
SOUHAITÉ FAIRE UN PAS DE CÔTÉ,,**

---

La discipline de l’anthropologie nous paraissait être la plus adaptée à ce que nous voulions faire de ce travail : une approche sensible basée sur des données qualitatives, un attachement assumé du ou de la chercheur·e à son objet de recherche, un engagement des participant·es et parties prenantes à la recherche-action permettant de mettre en valeur « le chemin » parcouru ensemble tout autant que « les résultats » ayant abouti à son issue.

Pendant près d’un an, VRAC France a mobilisé onze salarié·es des associations locales de Brest, Rennes, Paris, Strasbourg, Avignon, Bordeaux, Marseille et Montpellier et quatre étudiant·es stagiaires. Ensemble, nous nous sommes mobilisé·es pour faire vivre ces temps de recherche et de mesure de nos pratiques. Mener ce travail conjointement, équipes nationale et locales, a été essentiel pour capter cette matière fine qui constitue autant le squelette de notre projet que chacune de ses cellules. Chaque mois, nous avons témoigné d’un enthousiasme fort pour ces temps d’échanges et de partages. Creuser des points de vue contradictoires, mettre en commun des expériences vécues

partout en France, se questionner sur nos pratiques professionnelles et la société dans laquelle nos actions sont menées, mêler l’intime et le politique... A l’issue de ce travail inédit pour VRAC France et son réseau, les témoignages de nos collègues montrent combien cet exercice était important et positif : **sortir d’un quotidien très rempli, prendre du recul sur nos pratiques, et surtout, évaluer de manière sensible la méthode de travail VRAC, pour mieux prendre conscience de ses effets et les valoriser, donner du sens à notre travail.** Nous espérons aussi que ce travail scientifique saura illustrer la diversité d’apports de l’accès à une alimentation de qualité et choisie pour les personnes et l’importance de leur laisser toute la place nécessaire au cœur des projets construits.

Merci à Marielle, Elisabeth, Sandrine, Aline, Nolwen, Fred, Zoé, Coralie, Léa, Charlotte, Félicité, Nicolas, Jonas, Juliette, Pierre-Richard et Sidi pour ce compagnonnage qui nous a permis de tracer ces sentiers ensemble.

Merci à Bénédicte d’avoir donné une vue d’ensemble à ce chemin et d’avoir pris soin de nous! ●

# Introduction

## TROP DE SOUFFRANCES DANS NOS ASSIETTES!

**Dès le début de la chaîne alimentaire, les indicateurs sont au rouge. Qui va nous nourrir<sup>1</sup> quand l'agriculture traverse le plan social le plus rude et silencieux de notre époque ?**

D'après le dernier recensement agricole, plus de 100 000 exploitations ont disparu en dix ans. Ce sont plus de 600 suicides qui sont recensés en 2015 dans le monde agricole<sup>2</sup>. Les paysan·nes souffrent. Alors qu'il·elles effectuent un travail aussi pénible qu'utile, il·elles demeurent dans l'incertitude d'une juste rémunération. Quand la production est au rendez-vous, il·elles peinent à la vendre. Quand les aléas climatiques s'intensifient, il·elles peinent à produire. Les biais de la politique agricole française et européenne ont pour effet de diviser le monde agricole en opposant des pratiques, en imposant de grossir, de s'endetter et de perdre son indépendance. La souffrance liée à de tels choix est telle qu'elle rend impossible des discussions essentielles sur la qualité de l'eau, des sols et l'usage de produits phytosanitaires. Certain·es producteur·rices manifestent pour avoir le droit de continuer à utiliser les produits responsables de l'explosion des cancers dans leur profession.

## COMMENT COMPRENDRE UNE TELLE DÉTRESSE ?

Les Français et les Françaises, quant à eux·elles, ont subi de plein fouet l'inflation<sup>3</sup> et l'alimentation est devenue plus que jamais la variable

d'ajustement des ménages. L'observatoire des fruits et légumes de Familles Rurales<sup>4</sup> indique que « pour répondre aux contraintes économiques, recourir au complexe agro-industriel permet de se fournir en quantité pour pas cher ». Mais à quel coût !

Ainsi, en décembre 2024, le réseau Civam, le Secours Catholique, Solidarité Paysans et la Fédération nationale des diabétiques ont publié une étude intitulée : L'injuste prix de notre alimentation, quels coûts pour la société, la planète. Nous pouvons y lire que « les coûts des politiques publiques qui soutiennent notre système alimentaire et celles censées pallier les impacts négatifs que le secteur génère sont de 48 milliards d'euros de dépenses publiques qui ont été allouées pour faire tourner notre agriculture et nos infrastructures alimentaires, et 19 milliards de plus qui ont été dépensés pour compenser les effets négatifs de l'industrie agroalimentaire – dont 12 milliards pour la santé.<sup>5</sup> »

**Dans ce contexte, l'aide alimentaire, bien qu'indispensable pour permettre à des personnes de manger, ne permet pas de répondre au droit à l'alimentation<sup>6</sup>.** Construite pour être une réponse d'urgence ponctuelle, comment accepter qu'elle soit devenue le moyen de se nourrir pour plus de 5 millions de personnes<sup>7</sup> ? Par ailleurs, **l'accès à l'alimentation est un réel problème pour toutes les personnes qui vivent sous le seuil de pauvreté**. En 2022, l'Insee chiffre à 9,2 millions le nombre de personnes<sup>8</sup> vivant sous le seuil de pauvreté. Ces deux chiffres nous révèlent que plus de 4 millions de personnes ne peuvent recourir à l'aide alimentaire pour des raisons parfois personnelles

<sup>1</sup> Amélie Poinssot, Qui va nous nourrir ?, Au cœur de l'urgence écologique, le renouveau paysan, Solin, Actes sud, 2024.

<sup>2</sup> Ce chiffre semble constant, Solidarité Paysans et la MSA parlent de 3 suicides tous les 2 jours.

<sup>3</sup> L'inflation des produits alimentaires, Rapport Inspection Générale des Finances, 2022.

<sup>4</sup> Observatoire des prix fruits et légumes, Famille Rurales, 2024.

<sup>5</sup> L'injuste prix de notre alimentation - quels coûts pour la société et la planète, Secours Catholique, Réseau CIVAM, Fédération nationale des diabétiques, Solidarités Paysans, 2024.

<sup>6</sup> La France qui a faim, le don à l'épreuve des violences alimentaires, Bénédicte Bonzi, Le Seuil, 2023

<sup>7</sup> La lutte contre la précarité alimentaire Si l'on s'en réfère au rapport de l'IGAS de 2020

<sup>8</sup> L'essentiel sur... la pauvreté, INSEE.

(sentiment de honte, couverture géographique insuffisante, etc.), mais aussi parce qu'elle est saturée. Les associations doivent soit réduire les quantités, soit refuser des inscriptions ! VRAC s'est construit en réaction à **ce contexte d'un système alimentaire fou, car incapable de faire vivre ses paysan·nes et de nourrir correctement toute sa population**. Le modèle de l'association vise à payer un juste prix aux producteur·rices, soutenir un modèle agricole durable et rendre accessible l'alimentation de qualité à toutes et tous. **L'objectif est de relier, d'utiliser l'alimentation de qualité comme un moyen et non une fin.**

## S'INSCRIRE DANS L'HISTOIRE DE L'ACCESSIBILITÉ ALIMENTAIRE

VRAC a été créé en 2014, et a été habilité comme structure de l'aide alimentaire en 2021. Son habilitation correspond à un moment de transformation de l'aide alimentaire. Ainsi, en 2019, alors que le pays se trouve dans l'obligation de gérer une situation de crise inédite, il se passe une chose essentielle, une nouvelle peu relayée : **l'aide alimentaire est traduite dans le code de l'action sociale et des familles**<sup>9</sup>. Auparavant, elle ne figurait que dans le code rural et de la pêche maritime. Transférer ce texte permet de repenser l'aide alimentaire et de positionner l'État dans la lutte contre la précarité alimentaire. Trois séries d'objectifs viennent asseoir cette volonté. Premièrement, il faut **permettre une alimentation favorable à la santé**. Deuxièmement, **il faut participer au respect de la dignité des personnes en se basant sur leurs capacités à agir pour elles-mêmes et dans leur environnement**. Enfin, il faut **atteindre la justice sociale et**

## s'engager pour une juste rémunération des agriculteur·rices.

L'objectif est de changer de paradigme afin que les personnes concernées puissent être traitées comme des êtres humains, dotés de droits pleins et entiers. On passe de la prise en charge à la prise en compte.

## INCARNER DES CONCEPTS

À ses débuts, VRAC a ouvert une brèche dans un fonctionnement très normé, éprouvé par des années de lutte contre la pauvreté, où il était impossible de faire face au grossissement des files d'attente. Malgré une structuration impressionnante de l'aide alimentaire, la mutualisation des approvisionnements, l'orientation des publics, etc., il y a de plus en plus de demandes sans réels moyens supplémentaires. En conséquence, soit les quantités sont réduites dans les paniers donnés, soit il faut procéder à un tri des personnes qui se présentent. Dans les faits, les bénévoles et les personnes qui recourent à l'aide alimentaire souffrent de cette situation. VRAC a choisi un autre modèle et a pu le faire parce que les acteurs de l'aide alimentaire nourrissent les personnes les plus pauvres. Il s'agit donc de s'intéresser à une autre tranche de la population, d'être complémentaire.

Car, VRAC comme l'ensemble des acteurs, ressent cette forte tension liée à un contexte difficile. Le réseau ne subit pas autant l'impact de ne pas pouvoir accueillir tout le monde, car il n'a pas eu à le faire, contrairement aux acteurs historiques de l'aide alimentaire. En effet, VRAC n'a pas été créé pour faire de la distribution alimentaire, mais bien pour faire du commerce autrement.

**Son ADN, c'est l'Économie Sociale et Solidaire (ESS).**

<sup>9</sup> Chapitre VI : Lutte contre la précarité alimentaire (Articles R266-1 à R266-12)

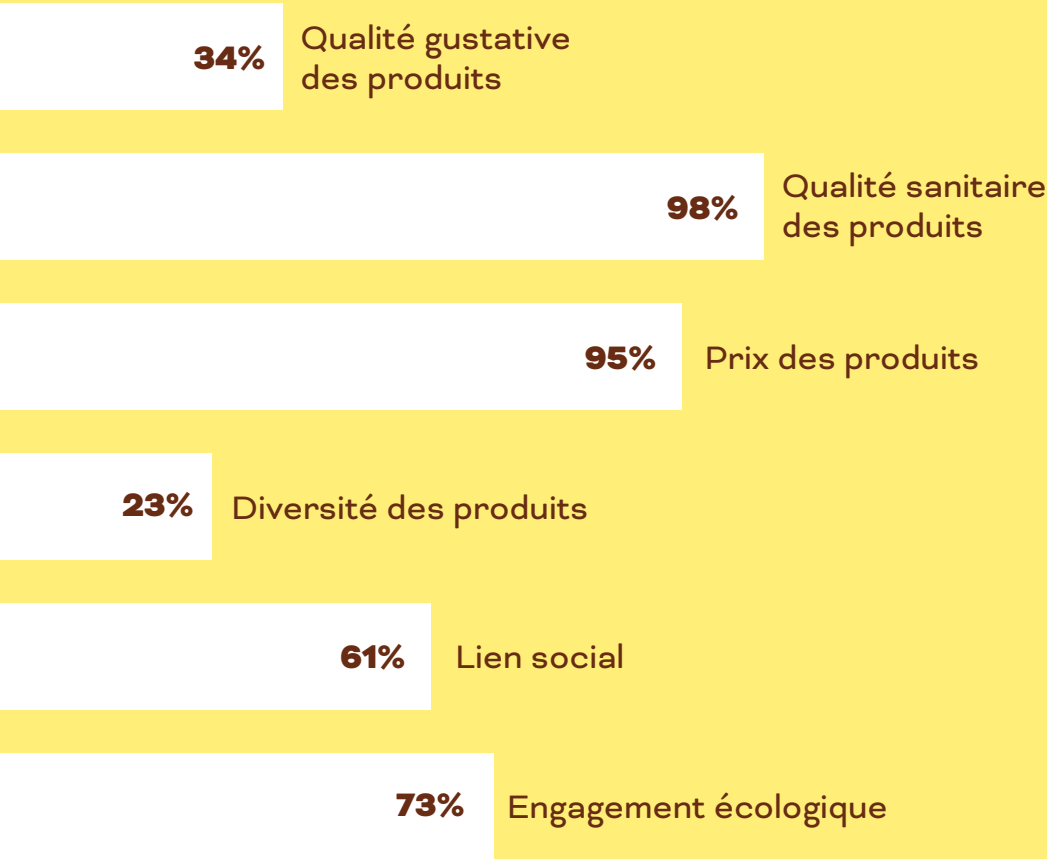
INTRODUCTION

Les adhérent-es de VRAC vont payer, il-elles ne sont pas bénéficiaires d'une aide, mais profitent des services qu'offre leur association dont l'objectif est de travailler sur le levier économique. En permettant aux personnes de réaliser des achats, de commander, de participer aux choix des produits, d'en payer le prix juste,

VRAC propose une alternative aux dérives du capitalisme et met le bien-être humain au centre du dispositif. **Ainsi, les personnes peuvent choisir ce qu'elles désirent manger et le payer en toute dignité.**

Les principales motivations pour devenir adhérent-e de VRAC sont présentées dans le graphique suivant :

Motivations pour être adhérent-es à VRAC



**Force est de constater que la qualité sanitaire et le prix sont les premières motivations pour plus de 90 % des adhérent-es.** Viennent ensuite l'engagement écologique (73%), puis le lien social (61%), la qualité gustative (34%) et la diversité des produits (23%). Sans les entretiens qualitatifs qui les accompagnent, ces chiffres nous induiraient en erreur. La prévalence de la qualité sanitaire sur la qualité gustative est surprenante par rapport aux observations de terrain. Or, cet écart rend compte de la confiance qui s'installe entre VRAC et ses adhérent-es. Ce qui apparaît traduit est ce qui est au cœur du contrat adhérent VRAC : la santé ne peut être une question de prix ! L'importance portée à la question écologique est également saisissante par rapport aux préjugés qui pèsent sur les classes populaires à propos d'environnement. Le lien écologique arrive en réalité avant le lien social, le goût ou la diversité. Ainsi, les priorités des adhérent-es bousculent un discours dominant en affirmant la place de la santé et de l'environnement tout en revendiquant l'accessibilité économique.

**VRAC sait que son action ne concerne pas la très grande pauvreté, mais plutôt celle qui fait que tout doit être compté au centime près.** Pour VRAC, il faut être là où sont les personnes et proposer, en conscience, des espaces contenant des formes d'oasis dans un climat d'incertitude, capables de prévenir des risques sur la santé, l'agriculture, l'environnement. **L'aller vers<sup>10</sup> de VRAC, soit le fait de sortir de son bureau pour aller là où vivent les personnes, consiste à proposer un inattendu dans des espaces souvent abandonnés, parfois nommés « déserts alimentaires »<sup>11</sup>,** parce que les commerces n'y ont pas résisté et que ceux qui restent n'offrent pas des

produits qui permettent de répondre aux enjeux de santé.

Ce rapport souhaite vous inviter à faire avec VRAC un pas de côté en trois temps. Le temps de l'épicerie, qui permettra d'aborder comment, dans la volonté de faire réseau, le projet s'est construit sur une vision commune et partagée de devoir être accessible à toutes et tous. Le temps du pouvoir d'agir, où nous nous intéresserons à ses conditions et son développement. Le temps du produit, à travers ce que génère la puissance d'une alimentation choisie.

Ce rapport dévoile que **la dignité n'est pas un principe, mais un objectif qui nécessite un travail de fond et une bataille de chaque instant avec les premiers et les premières concernés-es.**

<sup>10</sup> Parisse, J. et Porte, E. (2022). Les Démarches d'« aller vers » dans le travail social : une mise en perspective, Cahiers de l'action, 59(2), 9-16

<sup>11</sup> Déserts, marrécages et bourbiers alimentaires, Simon Vonthron, Réseau CIVAM, Fondation Carasso, Ministère de l'agriculture et de l'alimentation, 2024



# Présentation de VRAC

L'association VRAC (Vers un Réseau d'Achat en Commun) est un projet né en 2014 d'une rencontre entre un militant de l'alimentation durable, Boris Tavernier, un bailleur social, Est Métropole Habitat (EMH), et la Fondation pour le Logement des Défavorisés (ex-Abbé Pierre). La première association VRAC est créée à Lyon. Aujourd'hui, l'association VRAC c'est une association nationale qui fédère et accompagne :

# 124

GROUPEMENTS D'ACHAT DANS  
LES QUARTIERS ET LES CAMPUS  
UNIVERSITAIRES

# 23

TERRITOIRES  
D'IMPLANTATION

# 10 300

FOYERS ADHÉRENTS

SOIT

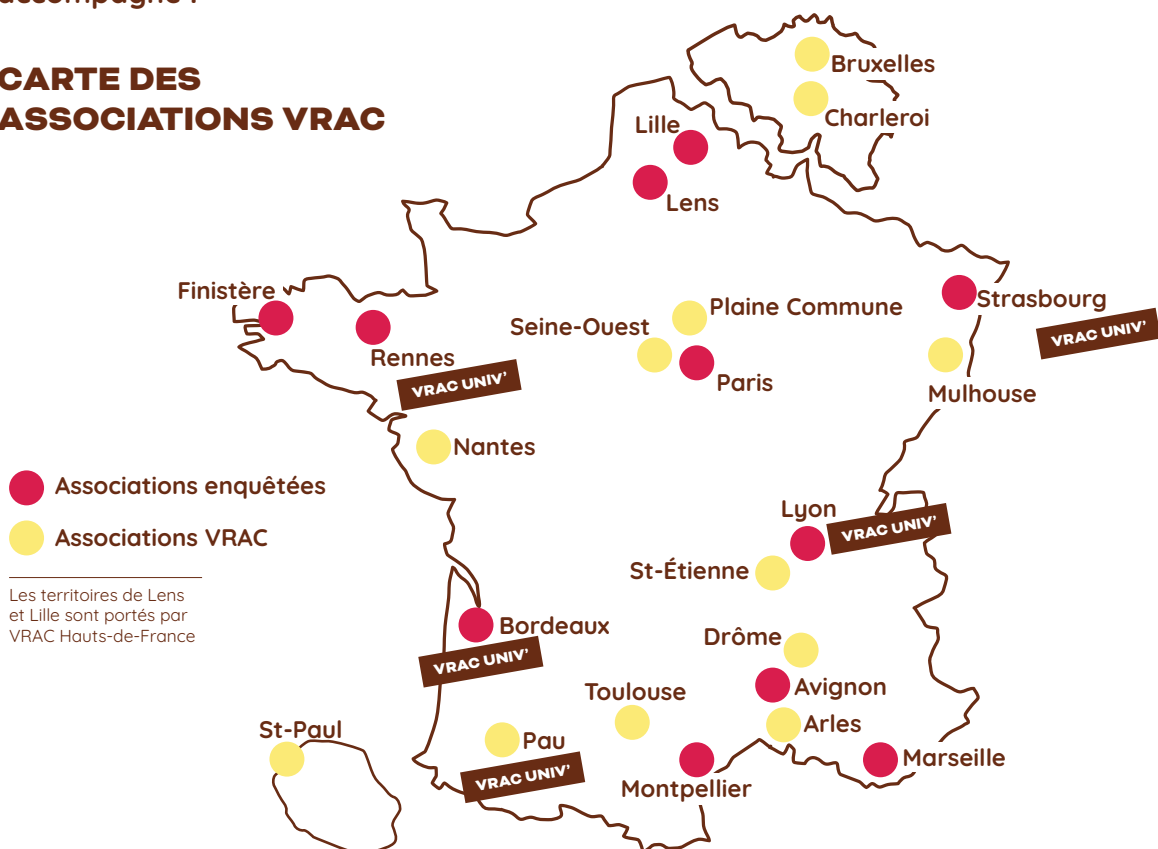
# 90

SALARIÉ-ES

# 31 000

PERSONNES TOUCHÉES

## CARTE DES ASSOCIATIONS VRAC



**VRAC est porté par une association tête de réseau depuis 2021**, VRAC France, qui collecte des financements publics et privés pour l'ensemble du réseau. Elle est chargée de l'essaimage du projet, en développant de nouvelles associations avec les acteurs territoriaux qui sollicitent l'association, en accompagnant les associations déjà créées (communication, ressources humaines, approvisionnement...). Chaque association locale est autonome dans son fonctionnement tout en s'engageant à respecter la charte des valeurs du projet VRAC.

**VRAC répond à la problématique de l'inégalité d'accès à l'alimentation de qualité dans les quartiers populaires** et les campus par l'organisation de groupements d'achats mensuels dans des lieux publics ou associatifs, tels que les centres sociaux, les MJC (Maison des Jeunes et de la Culture) ou les locaux de partenaires. Ces groupements sont coordonnés par les salarié-es de VRAC, en collaboration avec les adhérent-es, qui décident collectivement des denrées mises en vente. Les associations VRAC proposent ainsi entre 40 et 120 références de produits de qualité, issus de l'agriculture biologique ou paysanne, financièrement accessibles. Jusqu'en 2022, les produits étaient vendus au prix coûtant. Depuis la mise en œuvre du programme « Fonds Mieux Manger pour Tous », les prix varient de +10 % à -50 % selon la situation sociale et économique des personnes. Les commandes peuvent être passées en ligne ou lors de permanences physiques organisées dans les quartiers.

**VRAC est responsable de la planification des achats auprès des producteur-rices** de la région ou des coopératives.

Les produits sont réceptionnés et stockés sur une plateforme logistique, puis répartis dans les différents lieux de distribution collective. Les commandes ne nécessitent ni minimum d'achat ni engagement à long terme. Les adhérent-es sont libres de commander des produits quand ils et elles le souhaitent.

**Les groupements d'achats sont des lieux de sociabilité qui favorisent l'émancipation sociale.**

Les personnes y adhèrent et peuvent reprendre le contrôle sur leur alimentation et sa production. Au travers de ces groupements, VRAC poursuit sa mission de développer la démocratie alimentaire et la justice alimentaire en garantissant le droit à l'alimentation dans la dignité. L'alimentation revêt en effet des dimensions culturelles, identitaires et symboliques propres à chacune. VRAC positionne donc son action dans le respect du choix et de la dignité des personnes. VRAC défend également un mode d'action basé sur le « faire ensemble » et la mixité sociale, à travers la mise en place des groupements d'achat reposant sur l'engagement des habitant-es et leur implication dans la gouvernance. Ainsi, les personnes deviennent actrices de leur choix de consommation alimentaire et au-delà, actrices des choix de l'association. Enfin, VRAC défend la mise en place de systèmes agricoles soutenables et équitables, viables pour les producteur-rices et sains pour les mangeur-ses.

### LES VALEURS

#### Justice sociale et solidarité

**L'accès à une alimentation saine, digne et durable :** en garantissant l'accès à des produits à prix coûtant et en rééquilibrant les injustices (monétaires et géographiques) puis en permettant au plus grand nombre de choisir son alimentation, pour garantir la dignité des personnes et lutter contre l'isolement social.

**La mixité sociale :** en créant des lieux d'achat favorisant la cohésion sociale, à destination des personnes en situation de pauvreté en priorité, mais qui soient aussi ouverts aux autres habitant-es des villes (moyennant une marge et une adhésion annuelle supérieures).

**La solidarité avec les producteur-rices :** en développant des circuits de distribution durables et en achetant les produits aux prix souhaités par les producteur-rices sans négociation de la part de VRAC.

#### Démocratie alimentaire

**La mise en place d'un projet collectif et émancipateur :** en permettant aux habitant-es d'accéder à des produits soigneusement sélectionnés suivant leurs moyens, pratiques, croyances, besoins et d'être informé-es sur la provenance et les conditions de production des produits qu'il-elles achètent pour reprendre le pouvoir sur leur alimentation.

#### Écologie et santé

**Encourager la promotion de la santé :** en donnant la possibilité de consommer des produits sains, à travers une approche positive de la diversification alimentaire et prenant en compte les déterminants de santé.



# Méthodologie

**Cette présentation méthodologique sera parfois écrite à la première personne pour rendre compte des spécificités de cette étude, assumer la place de la chercheuse en interaction et discussion permanente avec l'équipe de VRAC.**

Nous retrouverons cette écriture dans le rapport lorsqu'il s'agira d'utiliser le journal de terrain et des descriptions. Ce « je » vient incarner une approche, expliciter que ce qui est donné à voir doit être situé par rapport à une personne et une approche. VRAC a fait le choix de travailler avec une approche anthropologique pour que la description enrichisse un travail de terrain capable d'incarner et de produire une analyse globale. Si le « je » du chercheur apparaît pour rendre compte, le « nous » sera utilisé parfois pour qualifier l'équipe réduite de recherche (les stagiaires et Bénédicte Bonzi).

## TEMPORALITÉ DE L'ÉTUDE

L'enquête dont est issue cette étude s'est déroulée de mars 2024 à août 2024, en immersion sur le terrain, puis six autres mois ont été nécessaires pour traiter et organiser les données.

## LA RECHERCHE-ACTION COMME ANCRAGE

**Cette étude s'inscrit dans la rigueur de la recherche-action**, cela signifie que les questionnements qui ont conduit à la production de ces résultats ont été formulés par une

équipe de professionnel·les composée de salarié·es de différentes associations VRAC. Ils et elles ne se sont pas contenté·es de formuler des questions, ils et elles ont accepté de désapprendre ensemble pour réapprendre autrement, enrichi·es par les données qu'ils et elles ont eux-mêmes produites, en s'appliquant à dire le sens que prend les choses qu'ils et elles font. La force de ce choix méthodologique réside dans le fait d'assumer de se poser des questions, d'avoir envie d'évoluer, de mieux comprendre.

**En termes d'accompagnement de cette recherche, j'emprunterai volontiers le terme de « complice » utilisé par Pascal Nicolas-Le Strat**

« [...] politiquement, je me vis comme un complice (et non pas comme intellectuel engagé) ou, mieux, dans une formulation plus juste, je pratique (ma recherche) en complicité.<sup>12</sup> ».

Ces relations de complicités avec les équipes de VRAC ont été un moteur incroyable. La confiance, la tolérance, le respect et les confidences ont permis de constituer un corpus de données sensibles incroyable. Bien que rompue à l'exercice de la recherche-action, j'ai eu l'impression dans ce travail de traverser un état de grâce. À celles et ceux qui croiraient qu'une forme de complicité amoindrit la qualité de la recherche, je répondrais que, comme dans une relation d'amitié, le lien donne envie de se dépasser et permet de s'écouter et d'avoir envie de se comprendre. Il y a eu de nombreux aller-retours dans ce travail, des pauses nécessaires pour prendre du recul et parvenir à un rapport qui fait avancer sans éviter les sujets qui frottent et les imperfections.

<sup>12</sup> Pascal Nicolas-Le Strat, Faire recherche en commun. chronique d'une pratique éprouvée, 2024, Édition du Commun.

**La recherche garantit la rigueur scientifique en objectivant les données**, mais elle n'est pas neutre.

Les quatre stagiaires recruté·es pour le projet et moi-même avons éprouvé des émotions très vives, nous avons été pris par notre terrain.

Nous devons utiliser nos émotions, et non les combattre, pour comprendre le quotidien des professionnel·les que nous allons suivre dans cette enquête. Utiliser les affects, ce qui nous touche, a été le moyen de se relier aux équipes et de ressentir la dimension extrêmement professionnelle de l'action de VRAC, une action en permanence au cœur de l'innovation sociale, et aussi au cœur d'une immense injustice sociale dont les équipes sont des témoins du quotidien.

**Nous avons ainsi été plongé·es dans une approche profondément réformatrice** (pour utiliser un mot propre à VRAC) tant du travail social, que du commerce, qui ne peut s'appréhender pleinement que dans une expérience partagée avec les habitant·es ainsi que les producteur·rices, copporteur·euses du projet. Chez VRAC, l'expérience sensible partagée collectivement sert la philosophie du projet et réciproquement. Comme cela fait méthode, ceci est venu faire recherche.

## FAIRE RECHERCHE ENSEMBLE

### ÉTAPE 1 : LA FORMATION

- **La première étape visait une formation en trois temps** à destination des quatre stagiaires et ouverte à toutes les associations VRAC investies dans le projet, qu'elles accueillent un·e étudiant·e stagiaire ou non. Cette formation a permis de définir les contours de l'étude collectivement et

de s'outiller. Les 3 temps ont conjugué transmission de méthodes et appropriation par des travaux individuels. La mise en commun et le partage ont été les lignes directrices de ces temps.

Les participant·es ont donc été sensibilisé·es à l'enquête ethnographique en immersion et à l'écriture d'un journal de bord.

### ÉTAPE 2 : LA COLLECTE DE DONNÉES, LE SOCLE DE L'ÉTUDE

- **6 mois d'immersion** ont donné lieu à des descriptions, schémas et portraits de VRAC Strasbourg, Bordeaux, Paris, Finistère, Hauts-de-France, Rennes, Montpellier, Lyon. L'étude s'appuie sur 5 journaux de terrain effectués et des descriptions plus ponctuelles réalisées par VRAC Hauts-de-France et VRAC Rennes.
- **85 entretiens qualitatifs menés auprès d'adhérent·es**, de bénévoles, de salarié·es, de partenaires, de producteur·rices, d'institutionnel·les. L'ensemble des entretiens a été retranscrit. Ces entretiens ont été menés par 4 stagiaires, des salarié·es participant·es au projet, un volontaire en service civique et Bénédicte Bonzi. Les données collectées ont ensuite été traitées dans un cadre quantitatif afin de faire émerger les grandes tendances.
- **6 temps de réflexivités non directifs**, mais cadrés par l'outil de cafés-recherches thématiques, ont permis d'allier réflexivité des équipes et recueil d'expériences sensibles. Les thèmes ont été choisis collectivement. Mixité, fonctionnement de l'aide alimentaire, engagement, luttes paysannes, économie morale et pacification, sécurité sociale auront été débattus, ressources à l'appui.

Les échanges ont été enregistrés, ils sont une des bases solides dans cette enquête. Les échanges étant traités comme des entretiens collectifs, ils ont permis de collecter simultanément la parole de 4 à 15 professionnel·les et de prendre la mesure de la cohésion très forte des équipes entre elles et au projet associatif.

### ÉTAPE 3 : L'ANALYSE ET L'ÉCRITURE

- **Des temps de coécriture, de relecture**, de maturation, d'analyse et de réécriture ont été proposés collectivement et individuellement.
- **Enfin, le projet s'appuie sur un état de l'art collectif** situant le projet à la fois dans une littérature universitaire, mais également dans le cadre des rapports produits par les différents acteurs de l'aide alimentaire.

### L'ÉQUIPE DE RECHERCHE

Le pilotage de la mission a été assuré en interne par Elsa Duparay et Lorana Vincent, salariées de VRAC France, en lien avec Bénédicte Bonzi, anthropologue, et Nicolas Bricas, chercheur au CIRAD, socio-économiste de l'alimentation, titulaire de la Chaire Unesco Alimentations du Monde.

L'étude a donc été coordonnée dans une approche de terrain multisituée afin d'établir des comparaisons. Ainsi, bien qu'ouverte à l'ensemble du réseau, quatre structures se sont portées volontaires pour procéder à des collectes de données plus fines et systématiques. Il s'agit de Strasbourg, Paris, Brest et Bordeaux. Dans ces villes, quatre stagiaires, Jonas Capozio, Juliette Chattelard, Sidi Doumbia, Pierre-Richard Perroneau, ont été recruté·es et formé·es aux techniques d'enquête de terrain. C'est en partie grâce à leur travail

rigoureux, conjugué à celui des équipes d'accueil et des volontaires en service civique, que ce rapport existe. Car, en plus des structures dotées de stagiaires, d'autres associations VRAC se sont associées à la collecte de données (Lyon, Hauts-de-France, Rennes) ou se sont investies dans le projet par leur présence et leurs retours (Avignon, Montpellier et Marseille).



# Lexique

## UN·E ADHÉRENT·E

Est une personne qui, suite au paiement d'une cotisation (son adhésion), s'engage dans l'association en devenant membre. Son adhésion lui donne le droit de devenir bénévole, de passer ses commandes, de participer aux réunions, aux assemblées générales, à l'élection des représentant·es au conseil d'administration, de se faire élire, de jouir des services offerts par l'association et donc de participer à la gestion de l'association. Il-elle est, selon sa situation, soumis·e à l'un des tarifs de la triple tarification et passe sa commande quand bon lui semble à travers le groupement d'achat qu'il-elle a choisi.

## LES BÉNÉVOLES

Ce sont des adhérent·es engagé·es qui, en plus de faire leurs courses à VRAC, ont un rôle spécifique, une implication dans les activités, par exemple d'assurer le service ou de tenir la caisse lors des épiceries mensuelles. Il peut y avoir une régularité et une constance dans l'engagement, tout comme une implication ponctuelle. Les bénévoles connaissent l'équipe, se retrouvent chaque mois. Des liens familiers sont créés avec les membres de l'équipe. Les bénévoles disent retirer quelque chose d'immatériel des échanges et de leurs investissements. En rendant service, il-elles se rendent service à eux-mêmes par le lien social qui se tisse.

## UN·E PRODUCTEUR·RICE

Est une personne ou une entité qui crée ou fabrique des biens. Dans le cadre du projet VRAC, il-elle occupe une place importante parce qu'il-elle fournit des produits de qualité dont la production respecte les normes d'une pratique durable et respectueuse de l'environnement. Chez VRAC, les producteur·rices doivent toucher une juste rémunération pour leur travail.

## LE·LA SALARIÉ·E

Désigne toute personne qui a un contrat de travail dans le cadre du projet VRAC. Ce sont des personnes qui partagent des valeurs fortes sur la justice sociale et la démocratie alimentaire, souvent au-delà de l'engagement professionnel, elles sont en lutte contre la précarité alimentaire, elles ont pour objectif de respecter la dignité des personnes et la durabilité des fermes. Il-elles portent souvent plusieurs casquettes : confident·e, ami·e, conseiller·e, logisticien·ne, DRH, assistant·e social·e, éducateur·rice, cuisinier·e, acheteur·se, etc. Toutes ces compétences sont utiles pour multiplier les liens et les médiations autour de l'alimentation selon des méthodes issues de l'éducation populaire.

# “On va au vrac!,,

## UN GROUPEMENT

« On va au VRAC », disent les adhérent-es, comme on dirait « on va au marché ».

Le groupement d'achat est devenu un lieu fixe repéré. Il est prêt à l'association tous les mois à l'occasion de ce qui peut être nommé « épicerie » ou « distribution » selon les lieux. Ancré dans un quartier, le groupement vient à la rencontre des habitant-es. Il les rassemble en regroupant des commandes. Ainsi, le groupement représente un des fondements du projet : s'organiser pour faire ses courses ensemble, et, ainsi, permettre un meilleur accès à des produits de qualité.

Les adhérent-es, bénévoles, salarié-es, stagiaires et volontaires en service civique font vivre cet objet : « le groupement ».

## LA TRIPLE TARIFICATION

Mise en place depuis fin 2023 grâce aux subventions du programme « Mieux manger pour tous » porté par le ministère des Solidarités, la triple tarification permet aux associations VRAC qui l'ont souhaité l'instauration de trois types de tarifications. Cette tarification se veut solidaire et permet aux foyers les plus précaires l'accès aux produits VRAC. Ainsi, les différentes associations le souhaitant ont pu mettre en place trois tarifications (-50%, -10% et +10%) sur l'ensemble des produits proposés, sachant que le prix coûtant est également pratiqué. Le nom donné à ces tarifs et les conditions pour ses obtentions sont décidés par les associations elles-mêmes.

## LA MIXITÉ

Chez VRAC, on part de besoins individuels pour créer petit à petit des collectifs. On ne va pas là où il y a déjà des collectifs citoyens mobilisés, au contraire, on vient révéler la « demande sociale » et la constituer en demande collective. Aussi, pour VRAC, la mixité va au-delà du fait d'afficher que des personnes aux habitudes et aux cultures différentes côtoient le même espace. Elle vient interroger le comment on partage et on « est » dans cet espace, ce que l'on va vivre ensemble. Prenons un exemple : implanter un projet dans un quartier et prétendre à la mixité parce qu'un public non habitué viendrait à l'occasion de ce projet non pensé par les gens du quartier, ça n'a pas de sens. Ce genre de pratiques peuvent reproduire des violences symboliques fortes !

## Partie 1

# L'ACCESSIBILITÉ au cœur DU PROJET VRAC

Une fois par mois  
dans les quartiers  
populaires de 23  
territoires, à travers  
124 groupements  
d'achat, 10 300 foyers  
adhérents<sup>13</sup> « viennent  
au VRAC ».

Le projet de VRAC — Vers un Réseau  
d'Achat en Commun est parfois  
présenté comme une épicerie  
éphémère ou comme une distribution,  
mais, au final, ces mots ne permettent  
pas de dire ce qu'est ce projet.  
Si ces deux termes disent une partie  
du VRAC, ils rognent la singularité du  
projet. Pour comprendre ce que veut  
dire « aller au VRAC » et se  
le représenter, venez, entrez dans  
la pratique de l'accessibilité !

---

<sup>13</sup> Chiffres VRAC de  
janvier 2025.

## A - LA PRATIQUE DE L'ACCESSIBILITÉ



LE JOURNAL DE TERRAIN DE

**BÉNÉDICTE  
BONZI**

Brest, mai 2024

**“ ALLER AU VRAC ”**

### Je sors du tramway.

À quelques centaines de mètres, je vois une Biocoop, mais pour rejoindre le centre social, je dois prendre le chemin opposé. Je traverse une rue qui sépare deux immeubles quasi identiques. D'un côté, il est écrit « sans être incité ni contraint par autrui », et, de l'autre, « sans réaction affective apparente ».

Je m'interroge sur ce que ces inscriptions peuvent vouloir dire. Des cris vont me sortir de mes pensées. Un homme insulte la police de sa fenêtre, il est question de garde à vue. Dans cette rue déserte, c'est un déversement de colère et de détresse.

Je suis saisie par le contraste entre une inscription sur un mur et ce qu'il vient de se passer, car je nommerais bien « réaction affective » les cris qui s'échappent de la fenêtre. Ces instants brefs au détour d'une rue sont ceux qui rendent visible la frontière que l'on traverse en arrivant dans un quartier prioritaire de la ville. Ce jour-là, je n'ai pas

besoin que l'on me dessine la limite sur une carte, j'ai ressenti la frontière. Au cœur du projet de VRAC, il y a donc cette volonté d'être dans les quartiers prioritaires des villes, ces fameux QPV, qui sont considérés par VRAC comme des lieux de vies où l'on mange, et, par conséquent, où il faut pouvoir trouver de quoi « bien » manger !

« Donner l'accès » ce jour-là, cela se traduit par une camionnette garée devant le centre social que plusieurs personnes déchargent (il y a le directeur, les stagiaires, le volontaire en service civique, une salariée et des bénévoles). Je reconnais le directeur à son chapeau noir. Il m'explique avec un large sourire et un peu d'humour : « On n'est peut-être un peu en retard, mais bon, les gens doivent comprendre qu'on n'est pas un supermarché ! ».

Le retard est en réalité minime, quelques minutes. Le centre social dispose de plusieurs salles, et celle qui est dédiée à VRAC est la troisième en

enfilade. Il faut donc traverser deux autres espaces avant d'arriver. Dans le premier espace, un « escape game » sur l'agriculture biologique est proposé par le Groupement d'Agriculture Biologique local (GAB). Il y a également, sur une table, l'association le Cabas des Champs qui organise sa distribution de fruits et légumes. Dans ce quartier, le Cabas des Champs est complémentaire des produits du VRAC. Il a donc été décidé de faire les distributions le même jour pour ne pas multiplier les déplacements pour les adhérent-es intéressé-es par les deux projets.

Ainsi, des personnes du quartier vont pouvoir venir chercher leurs légumes au Cabas des Champs<sup>14</sup> et récupérer les produits de l'épicerie dans le même lieu, au cœur du quartier.

<sup>14</sup> « Le Cabas des Champs » est un groupement d'achat mis en place par les centres sociaux.

### L'espace de l'épicerie.

Quand je franchis le seuil de la salle, j'ai l'impression d'entrer dans un petit marché couvert : des tables sont disposées sur l'ensemble des contours de cette grande pièce et plusieurs bénévoles sont positionnés derrière, comme s'il s'agissait de leur stand. La première table est remplie de pâtes. Il y a le choix entre six sortes de pâtes bio contenues dans de gros seaux blancs (comme la plupart des produits dans cette épicerie). Une balance sur chaque table permet de peser la

quantité commandée, puis les personnes rangent leurs courses dans les sachets ou autres contenants que les adhérent-es ont, presque toujours, pensé à apporter !

À côté des pâtes, il y a une table qui sera moins fréquentée, celle du café, des tisanes, jus de fruits et produits tartinables. Puis, il faut effectuer un virage à 90° pour découvrir la table des fruits secs (raisins, figues, dates, abricots, noix de cajou et amandes). Les quantités et l'attente face à cette table révèlent un intérêt particulier pour ces produits.

Il y a ce jour un réel engouement pour les figues. D'ailleurs, pour que personne ne puisse douter qu'elles sont exceptionnelles, il faut les goûter ! Je ne suis pas particulièrement fan des figues séchées, mais je sens que je

dois goûter. Elles sont vraiment très bonnes, moelleuses, sucrées et goûteuses. La gourmandise et le plaisir sont sur les visages et se dispersent dans le lieu. Je comprends que cette figue, tout comme le reste des produits, sont acteurs de l'aller vers. Ils comptent. Ce ne sont pas n'importe quels produits : ils ont été testés, choisis, commandés, attendus et aujourd'hui récupérés pour pouvoir être partagés avec fierté.

**“IL Y A CE JOUR UN RÉEL ENGOUEMENT POUR LES FIGUES. D'AILLEURS, POUR QUE PERSONNE NE PUISSE DOUTER QU'ELLES SONT EXCEPTIONNELLES, IL FAUT LES GOÛTER! „**

Sur une autre table ont été installés sucre, farine, semoule et riz. Il faut ensuite traverser la pièce pour accéder aux deux dernières tables. Il y a celle des légumineuses. Elle contient des lentilles corail, des lentilles vertes, des haricots rouges, des haricots blancs, des pois cassés. Je resterai un certain temps derrière cette table, admirant des femmes qui discutent devant les légumineuses dont elles vérifient la qualité avec ce geste particulier qui consiste à égrainer afin d'évaluer la qualité (fermeté, taille, regard

aguerri pour repérer d'éventuelles saletés). Je ne comprends pas ce qu'elles se disent, mais j'ai l'impression d'être ailleurs, dans un souk où l'on peut goûter et prendre son temps, marchander parfois.

**Des recettes sont échangées : durée de cuisson, temps de trempage, ajout d'épices.** Le jeune homme qui effectue les pesées sert toujours un peu plus qu'un peu moins. Je constate que voir certaines graines

donne envie de les acheter quand elles n'ont pas été commandées. Il faut alors aller questionner les personnes de l'accueil pour savoir s'il est possible de l'ajouter et revenir pour être servi. Car la particularité d'un groupement d'achat est de s'entendre

collectivement en amont sur la quantité afin de ne pas cultiver l'abondance, mais répondre à une demande précise.

L'objectif est double : ne pas gaspiller et éviter de transporter inutilement des marchandises, car cela a un coût économique et logistique. La dernière table contient des produits d'hygiène. Ce jour-là, un produit est absent, et cela se remarque, car si je ne la vois pas, je vais en entendre parler. Il s'agit de l'huile d'olive.

Avec l'inflation, il a fallu réfléchir à un nouvel approvisionnement. Fred, directeur de VRAC Brest, m'expliquera que c'est une adhérente qui a trouvé un contact en Grèce. Ensuite, il-elles ont organisé un « café produit », c'est-à-dire un moment convivial où les adhérent-es sont invité-es à tester les produits qui pourraient entrer dans le groupement et discuter l'intérêt de l'achat collectif.

À Brest, les adhérent-es ont choisi cette huile parce qu'il-elles l'ont trouvée bonne et qu'elle correspond à leurs critères de prix. Je vais être impressionnée par la connaissance des prix pratiqués et le récit détaillé de cette démarche participative. Je comprends que ce produit est essentiel, car s'il

n'est pas dans le groupement d'achat, l'équivalent en termes de prix sera une huile d'olive non pressée à froid, une huile de moindre qualité tant pour la santé qu'au niveau du goût, et ça, ce n'est pas négociable !

Au cours de cette après-midi, je vois une circulation constante. J'ai le sentiment d'une fourmilière bien organisée. Chacun-e s'affaire à sa tâche. Petit à petit, les tables se vident de leurs contenus.

Le seul point où la circulation est ralentie est la caisse, qui est également l'accueil. Il s'agit peut-être de l'endroit le plus contrastant avec les modèles connus. À l'entrée, les adhérent-es ont récupéré leurs listes. À la sortie, il n'y a pas de contrôle, mais une validation.

Rendez-vous compte de ce qu'il se passe : nous sommes dans une période où les produits alimentaires chers sont pourvus d'antivol, les sacs sont contrôlés, si l'on vous

**“ET VOILÀ QU'À VRAC, ON VOUS LAISSE VOUS SERVIR OU BIEN DEMANDER VOTRE QUANTITÉ ET ON VOUS FAIT CONFIANCE. MON IMPRESSION GLOBALE EST QUE JE SUIS EN TRAIN DE DÉCOUVRIR QUELQUE CHOSE DE SINGULIER. „**

laisse réaliser seul-e votre encaissement, c'est sous l'œil d'une caméra.

Et voilà qu'à VRAC, on vous laisse vous servir ou bien demander votre quantité et on vous fait confiance. Mon impression globale est que je suis en train de découvrir quelque chose de singulier.

Nous ne sommes pas dans une nouvelle forme d'aide alimentaire, car ce qui se joue ne se situe pas dans la relation

d'aide, mais dans l'autonomie qui n'est pas à conquérir, mais qui est donnée. Ce don immatériel se matérialise dans l'organisation et le cadre, et il va générer un contre-don : l'adhésion à un projet dans lequel les personnes ont tout de suite une place. Je découvre un entre-deux qui dépasse le fait d'accéder à un produit. Le groupe qui s'organise est un groupe agissant, le mouvement est structuré, car guidé par VRAC, mais pas imposé. Beaucoup de choses

peuvent se passer en termes d'échanges et de relations. Je comprends ce côté plastique que les salarié-es ont utilisé pour me décrire VRAC.

Tout est pensé pour s'adapter à celle et celui qui passe la porte et lui permettre de rejoindre un mouvement. J'ai en tête cette métaphore à propos du sable mouvant, si on reste statique en groupe on

s'enfonce ; si on est toutes en mouvement, on pourra continuer à avancer.

À travers cette description, il est intéressant d'observer la manière dont **la pratique du VRAC correspond aux différentes dimensions de l'accessibilité : qualité, participation, lien à la production et autonomie** qui ont été développés dans le guide d'autodiagnostic de l'accessibilité alimentaire réalisée par les CIVAM<sup>15</sup>.

## SAVOIR-FAIRE

Cet alignement entre l'annonce et le faire caractérise la singularité des projets de solidarité alimentaire comme VRAC ou le réseau CIVAM. Ces structures, par l'usage de l'éducation populaire, travaillent de manière sensible l'aller vers, que ce soit dans un quartier ou dans un milieu rural, pour que ces lieux restent ouverts aux enjeux de leurs lieux de vie et ceux du monde. L'alimentation va avoir cette force de créer des ponts entre ces lieux. Pour étayer cette observation, **le positionnement de VRAC présenté en introduction, ici visible en rouge**, sera rapproché des **critères des CIVAM, qui apparaissent en jaune**.

Pour plus de clarté, notez que la démonstration ne vise pas l'exhaustivité, puisqu'elle s'appuie sur un exemple, un moment d'épicerie à Brest. Toutefois, le ou la lecteur·ice doit avoir en tête que cette épicerie est à l'image des valeurs de tout un réseau et que nous en tirons ici les traits fins observés dans l'ensemble des épiceries fréquentées par les quatre stagiaires sur une période de 6 mois.

Concernant la qualité, VRAC a su se départir d'un discours injonctif. **La qualité** fait partie du contrat moral passé avec les adhérent·es qui attendent **des produits sains et durables**. La preuve se situe dans la constitution d'un catalogue avec et pour les adhérent·es, qui peuvent

construire et affiner leurs critères pour définir la qualité.

**La participation** s'exprime dans **le faire ensemble** (décharger le camion, installer, distribuer, ranger, mais aussi choisir) et la construction de **projets collectifs émancipateurs** s'incarne dans l'usage du café produit. **Le lien à l'agriculture** est incarné dans **la relation qui s'établit avec les producteur·rices** (illustration dans le choix du producteur d'huile d'olive). Les prix annoncés ne sont pas négociés, les adhérent·es questionnent leurs capacités à pouvoir l'honorer.

<sup>15</sup> Nous reprenons ici les dimensions proposées dans L'autodiagnostic des initiatives d'accès à l'alimentation - Accessible, créé par le réseau CIVAM, avec la participation de Bénédicte Bonzi.

## “LA PARTICIPATION S'EXPRIME DANS LE FAIRE ENSEMBLE : DÉCHARGER LE CAMION, INSTALLER, DISTRIBUER, RANGER MAIS AUSSI CHOISIR..”

### Sur la dimension de l'autonomie,

VRAC fait le **choix de ses interdépendances** en diversifiant ses partenaires et leurs rôles (choix d'organiser la distribution dans un centre social, choix de travailler en complémentarité avec le « Cabas des Champs », choix d'échanger et partager l'espace avec le GAB). Ces choix construisent des liens forts et engageants qui rendent possible une forme d'émancipation sociale du fait de l'ouverture proposée et de l'ancrage vécu. À travers ce guide d'autodiagnostic de l'accessibilité proposé par le CIVAM, VRAC peut mesurer son adéquation et la solidité de son projet sur sa pratique de l'accessibilité.

Toutefois, ce rapport propose d'aller au-delà et de pouvoir également aborder l'importance des conditions de l'accessibilité, afin de comprendre comment cela impacte l'organisation du travail en amont. Penser dans le

cadre particulier de l'aller vers exige un cadre qui conjugue deux ambitions fortes du projet VRAC. La première consiste à se rendre dans un endroit où l'on n'est pas attendu, souvent identifié comme des zones de non-recours aux droits. Ces zones se traduisent par des inégalités avérées, nous parlons ici de quartier dit Quartier Politique de la Ville (QPV). La seconde est que ce droit, bien qu'universel, n'est pas opposable. Il semble important de pouvoir formuler les choses ainsi pour rendre compte de l'énergie à déployer pour que l'accessibilité à l'alimentation s'inscrive dans l'accès au droit à l'alimentation, dans n'importe quel espace.

## B - LES CONDITIONS DE L'ACCESSIBILITÉ

L'équipe des salarié-es de VRAC est issue de différents horizons et croise des connaissances et des compétences du social, du service public, de la communication, de la logistique, du monde agricole, de la sociologie, etc. Ce foisonnement de cultures différentes permet un travail non pas pluridisciplinaire (qui consisterait à additionner les compétences), mais transdisciplinaire qui vise à la création de sa propre culture associative. Cette pratique toute particulière nécessite d'avoir un dénominateur commun dans le travail. **Il s'agit ici de l'essor de la justice sociale et de la démocratie alimentaire par un outil de médiation choisi : « le bon produit ».** Ainsi, dans la pratique de VRAC, les différentes compétences et motivations convergent vers le droit à l'alimentation<sup>16</sup>. Le droit devient alors une boussole qui permet de poser très clairement que sans certains préalables, **sans une éthique professionnelle, sans des convictions personnelles,**

**il est impossible d'associer les personnes concernées au projet et de donner du sens à son travail.**

Cette étude révèle que le rapport des salarié-es à leur travail est déterminant pour que le projet se réalise dans son entièreté.

*« Au-delà du fait que j'aime le monde agricole dont je suis issu, j'ai une deuxième passion, la bouffe et l'alimentation. C'est quelque chose qui me fait vibrer. Je parle de bouffe tout le temps. Et le fait de rendre possible un accès à tous d'une alimentation de qualité, de produits locaux, pour moi, devient presque une mission, une mission personnelle. »*

Frédéric, Directeur de VRAC  
Brest, entretien réalisé par Sidi

## CE QUI PRÉCÈDE AUX DROITS

Dans l'ensemble des entretiens menés avec les salarié-es, le sens de son travail, le sentiment d'utilité, la passion sont indiqués comme des éléments moteurs. Et puis il y a autre chose que nous avons pu observer, un phénomène assez saisissant et remarquable pour que nous, équipe-recherche, en ayons parlé à chacun de nos échanges. Nous avons observé **qu'au VRAC, les regards sont soutenus et accompagnés de sourires et de gestes.**

<sup>16</sup> « Le droit d'avoir un accès régulier, permanent et libre, soit directement, soit au moyen d'achats monétaires, à une nourriture quantitativement et qualitativement adéquate et suffisante, correspondant aux traditions culturelles du peuple dont est issu le consommateur, et qui assure une vie psychique et physique, individuelle et collective, libre d'angoisse, satisfaisante et digne ». Rapporteur spécial des Nations Unies sur le droit à l'alimentation, Conseil économique et social des Nations Unies, Le droit à l'alimentation, E/CN.4/2001/53, 7 février 2001.

**Les salarié-es peuvent prendre des adhérent-es dans leurs bras, les toucher et vice-versa. Les secrets sont gardés.** Il n'est pas rare d'assister à une scène où les salarié-es reprennent une discussion laissée le mois précédent avec la justesse du détail. Il y a ces scènes de joie qui explosent lors d'un concours de cuisine, la fierté de présenter un livre qui s'appuie sur un parcours de vie et une recette, d'entendre ces personnes qui n'osaient dire un mot prendre la parole en public pour témoigner d'un chemin sinueux, mais dont on peut s'échapper. Et puis, il y a ces larmes que l'on ne peut contenir quand on rend compte de ce que ces relations permettent de transformer dans la vie des personnes, de ce qu'elle touche en soi et qui fait que chacun-e devient un petit bout du projet VRAC en tant que personne. Nous pourrions nous arrêter là. **Pourtant, ces gestes, ce non-verbal, interpellent et bousculent.** Comment nommer cette valeur qui nous est apparue comme un socle, un préalable à l'agir ? Dans le chapitre « Structure et Signification de l'amour » de la revue [L'enseignement philosophique](#), Bernard Barsotti écrit que l'amour :

*« [...] est, de toutes les valeurs, celle qui est la plus universellement reconnue par les êtres humains, probablement aussi parce qu'elle est, avant toute analyse, empiriquement, la plus partagée. On pourrait dire que, si le mot « amour » ne figure pas dans la Déclaration universelle des droits de l'homme, ce n'est pas par manque d'importance, mais parce que l'amour est antérieur à tout droit, à toute parole, à tout discours : il est le socle humain de toute éthique et de tout droit<sup>17</sup>. »*

Ainsi, dans cette étude, nous avons dû nommer un impensé : qu'est-ce qui précède au droit ? Que faut-il nourrir

avant pour faire advenir le droit ? Ces questions méritent d'être mises au travail. Toutefois, la participation aux activités du VRAC et **le suivi fin de ces équipes pendant plusieurs mois imposent de parler d'amour, car il est, en tant que valeur éthique, au cœur des pratiques.**

L'amour, en tant que valeur, rend possible le partage, la mise en commun parce que l'objectif est de se réjouir du bonheur de l'autre. Ceci dépasse alors l'idée de faire le bien, car le regard est porté sur l'autre. La manière d'accompagner les personnes et de faire équipe à VRAC permet de constituer un corps social cohérent capable d'accueillir chaque adhérent-e. Il y a donc ce parti pris à VRAC de savoir reconnaître en tant que personnes les habitant-es des QPV pour qu'il-elles puissent s'ouvrir, parler de la qualité des produits, de la juste rémunération des paysan-nes, etc., et ainsi revendiquer le droit à une alimentation choisie. À VRAC, les adhérent-es reçoivent ce qui est nécessaire pour penser leur droit.

Tout ce qui se passe avant de pouvoir arriver un jour dans un lieu et décharger un camion est un travail, une posture, et des valeurs dont il faut comprendre le rôle et l'enjeu de chaque tâche pour pouvoir en mesurer l'impact avec rigueur et en reconnaître la portée : le caractère d'utilité publique. **Œuvrer pour le droit à l'alimentation n'est pas un tout, c'est un chemin à décomposer pour en graver les différentes marches.**

## LE DROIT À L'ALIMENTATION

Dans son projet associatif, VRAC travaille deux axes majeurs présents dans la définition du droit à l'alimentation.

<sup>17</sup> Bernard Barsotti, [Structure et Signification de L'amour](#), L'Enseignement philosophique, 69<sup>e</sup> Année(4), 21-32, 2019.

**Le premier, « Assurer la vie psychique, physique individuelle et collective libre d'angoisse, satisfaisante et digne ».** Cette formulation signifie que bien manger est une base non négociable pour bien vivre. Les équipes savent qu'elles ne pourront pas répondre complètement, mais l'expérience de VRAC permet de mesurer l'importance de savoir écouter sans rien promettre. Une forme d'écoute qui reconnaît que la personne est la seule capable d'agir sur sa vie. Cela signifie implicitement que lorsque la personne se sent considérée dans ce qu'elle sait et ce qu'elle est, cela ouvre sa capacité pour reprendre l'expression d'Amartya Sen<sup>18</sup>. Pouvoir absorber des angoisses légitimes sur le paiement d'une facture, d'un loyer, sur l'orientation d'un enfant permet de réduire des charges mentales trop importantes et de créer ainsi de l'espace.

*« Moi, je prends beaucoup le temps pour discuter avec les adhérent·es parce que j'estime que c'est important.*

*Je connais ces personnes-là, j'en ai beaucoup côtoyé même en dehors de VRAC, je sais qu'elles n'ont pas souvent grand monde avec qui discuter. Et pour elles, c'est une bouffée d'oxygène. Donc l'essentiel c'est de leur accorder un petit moment pour qu'ils aient un lien, un contact. Et je peux te dire que les gens qui se sentent seuls, il n'y a rien de pire. »*

Jeremiah,  
salarié de VRAC Bordeaux,  
entretien réalisé  
par Pierre-Richard

Entendre et reconnaître sont deux premières étapes indispensables sans lesquelles il va être impossible d'engager la personne. Elle doit être

reconnue, pour pouvoir se réparer et ensuite avancer et s'autoriser à faire de nouveaux choix. **Ainsi, pour créer les conditions de l'accessibilité alimentaire, il faut s'intéresser à ce qu'il y a dans la tête des personnes, à ce qu'elles ont vécu, à ce qu'elles vivent. L'ingrédient particulier à VRAC est de se laisser toucher par l'autre, de ne pas vouloir de « juste distance éducative »** comme enseignée dans certaines écoles de travailleurs sociaux, car comment engager de la confiance si l'on se protège ! Une salariée d'une association VRAC locale et assistante sociale de formation, analyse les choses ainsi :

*« Quand tu as la chance d'avoir des idées et l'envie de les mettre en place, le métier d'assistante sociale est un métier scaphandre, et aider déborde de ce scaphandre ! »*

Une salariée du réseau VRAC,  
entretien réalisé par Bénédicte

<sup>18</sup> Nous retiendrons ici comme définition de la capacité, le fait de considérer la personne en fonction de ce qu'elle peut faire et être en non en fonction de mesures externes liés à un idéal.

Cette métaphore rend compte du choix politique et méthodologique des équipes de VRAC de plonger sans protection, mais armées collectivement d'un filet de sécurité d'importance que l'on va disposer en équipe : la conviction que chacun·e doit pouvoir se nourrir correctement parce que c'est un droit. Dans notre enquête, nous avons pu observer que **grâce à ces postures professionnelles, VRAC développe du pouvoir d'agir, un sentiment de reconnaissance, celui d'avoir une place et de faire partie.** Ce sentiment d'appartenance, formalisé par le fait d'être un·e adhérent·e et non « un·e bénéficiaire », compte dans le chemin de l'accessibilité.

**Le deuxième axe concerne la qualification de la nourriture, elle doit être « qualitative, adéquate et suffisante ».**

Si un travail rigoureux permet d'assurer la qualité, si l'association des adhérent-es aux commandes montre l'adéquation entre « besoin/envie » et proposition à travers des catalogues construits qui y répondent, il n'en demeure pas moins que la nourriture que l'on va se procurer à VRAC n'est pas suffisante. C'est un problème et une alerte relayée par VRAC concernant le système alimentaire et son propre modèle qui a des limites. VRAC est une épicerie éphémère qui intervient une fois par mois, essentiellement sur des produits secs. Le choix de travailler avec des produits issus en majorité de l'agriculture durable et dans cette temporalité, plonge le projet dans la réalité concrète de la production agricole. Aujourd'hui, si l'ensemble de la population voulait se nourrir via des circuits courts avec des produits issus de l'agriculture durable, cela serait impossible<sup>19</sup>. L'abondance dans laquelle nous sommes est une dépendance au complexe agro-industriel<sup>20</sup>. Le travail de VRAC permet de participer à une réflexion nécessaire sur la reconstruction de filières. Le projet de VRAC n'est donc pas de grossir et d'occuper la place d'autres acteurs, de remplacer ou de moderniser l'aide alimentaire, mais de travailler l'accès de manière assez confidentielle, en conjuguant la réalité de la production avec la nécessité de savoir quelle nourriture les personnes habitant les quartiers populaires désirent quand on offre le choix.

Le modèle VRAC permet de travailler avec des producteur-rices en direct. Quand ces dernier-es travaillent en moyenne 50h par semaine, il-elles n'ont pas le temps de réfléchir et de développer un accès particulier pour des client-es en situation de précarité économique.

C'est pourtant ce que désirait Nathalie, productrice de fromage de chèvre aujourd'hui membre du Conseil d'Administration de VRAC Lyon :

**« On a 6 salaires à sortir tous les mois. VRAC c'est le seul endroit pour qui on fait un tarif préférentiel, car on ne fait pas de grosses marges de manière générale. »**

**Nathalie, productrice de fromage de chèvre et fournisseuse de VRAC Lyon**

Toutefois, le travail qui rend cette rencontre possible doit être pris en charge et ce sont les salarié-es de VRAC qui s'attèlent à répondre aux difficultés logistiques et aux contraintes économiques. Comme le confie Sandrine, salariée de VRAC Hauts-de-France : « C'est fatigant le métier d'épicier ! ».

**Il y a donc plusieurs étapes avant d'atteindre une forme d'accessibilité alimentaire : le travail préalable pour pouvoir rencontrer l'autre, mangeur-se et producteur-rice, dans les bonnes conditions, les rencontres à travers la découverte des produits et l'adhésion à un projet commun.**

Enfin, au-delà des conditions nécessaires à l'accessibilité et les réponses apportées pour s'approcher de ces axes importants dans le droit à l'alimentation, il reste les éléments d'une accessibilité ordinaire, des limites qui touchent n'importe quel-le mangeur-euse, mais qui, à VRAC, peuvent avoir des aspects singuliers.

<sup>19</sup> Ces propos sont étayés dans le plaidoyer de l'Atelier paysan, [Reprendre la Terre aux machines](#), Le seuil, 2021.

<sup>20</sup> Nicolas Legendre, [Silence dans les champs](#), Flammarion, 2023.

## C - L'ACCESSIBILITÉ DANS LE QUOTIDIEN

Pour VRAC, l'accessibilité dans le quotidien regroupe les obstacles vécus de manière très inégale, mais qui se dressent face à n'importe quel·le mangeur·se. Il s'agit de l'accessibilité physique, temporelle et financière, dimensions également présentes dans le droit à l'alimentation.

### L'ACCESSIBILITÉ PHYSIQUE

L'accessibilité physique se calcule en mesurant les distances entre les différents commerces de bouche, leur nombre et leurs diversités. En intervenant dans les quartiers populaires, VRAC fait le choix d'agir dans des territoires peu dotés. Des cartographies sensibles ont été réalisées dans différents territoires (Paris et Vaulx-en-Velin) permettant ainsi de dresser ces constats avec les personnes concernées. Poser le fait de manquer de certains commerces doit ouvrir une réflexion sur la raison de cette absence. Manquer de commerces de proximité quand on habite une zone pavillonnaire, que l'on a une voiture et que l'on se déplace chaque jour en passant devant une offre alimentaire variée est très différent de vivre dans un quartier mal desservi par les transports publics avec, en pied d'immeubles, des boutiques closes sans repreneur·ses. Si ces quartiers ont une offre réduite, parmi de nombreuses raisons, il y a des formes d'insécurité et d'abandon politique. Cela se comprend alors comme une double peine pour les personnes concernées. Dans cette étude, nous avons pu constater que ces réalités du terrain étaient devenues invisibles pour les équipes salariées. Habituees à composer avec un terrain difficile, la présence de violence et le climat de tension semblent faire partie du quotidien.

Intervenir dans ces zones exige une posture professionnelle particulière : il faut se faire accepter. Intervenir dans des lieux sensibles avec un désir de banalisation du droit face à une banalisation de la violence est un acte politique fort. Cela porte ses fruits :

*« Moi, quand je mange une datte, des figues, des amandes tous les matins, je pense au VRAC, ma tête va directement au VRAC. Je me dis quelle chance, quel bonheur. En plus c'est à côté de chez nous quoi. À nos portes ! Il y a ça aussi. Ça évite les déplacements. »*

**Aynima, adhérente de VRAC  
Bordeaux, entretien réalisé par  
Pierre-Richard**

Pour VRAC, **investir des lieux est indispensable pour restaurer des liens dans des territoires morcelés où la mixité sociale disparaît.**

Certaines barrières psychologiques deviennent physiques quand elles empêchent le corps de se déplacer. Le temps et la persévérance sont des leviers puissants et la multiplication d'actions d'aller vers est indispensable : animations en pied d'immeuble, ateliers cuisine, repas partagés, concours de cuisine, etc. Toutefois, il se peut que, lors de ces moments, rejaillisse de la violence qui vient rappeler que les temps sont durs et incertains. Ainsi, dans notre étude, nous avons pu répertorier des vols, des jets de pomme de terre, de la présence policière avec des interpellations.

**Créer une oasis, une parenthèse, dans certains quartiers, est un travail de longue haleine, mais dont les effets sont importants voir attendus.** Il s'agit de parler avec les partenaires de VRAC, qu'ils soient associatifs ou bailleurs sociaux, pour constater que la présence de VRAC permet un travail de fond dans le quartier.

Charly Deruy, directeur de centre social, en témoigne et regrette le déménagement de VRAC en dehors du centre social :

*« Enfin, à un moment donné, nous, en tout cas, on y voyait quelque chose d'assez fort et assez beau. Tu viens récupérer tes gamins au centre social. En même temps, tu peux faire tes courses. C'est un truc un peu innovant, quoi ! Dans la conception, tu fais un atelier cuisine en direct, tu as le truc, tu as VRAC qui est là. Puis les gamins, ils passaient, ils voyaient les produits. En effet, c'était intéressant ça ! »*

Charly, directeur d'un centre social à Lyon, entretien réalisé par Bénédicte

L'accessibilité physique s'appuie sur de l'aller vers et vise à **soigner ce premier moment de la rencontre pour rendre possible de nouveaux mouvements, d'autres accès.**

## L'ACCESSIBILITÉ TEMPORELLE

L'accessibilité temporelle désigne les horaires d'ouverture et les autres moments qu'il va falloir avoir en tête en amont pour accéder à la commande VRAC.

Le rythme des commandes demande une certaine discipline. VRAC ne permet pas un accès quotidien, ni même hebdomadaire, mais demande de se projeter et de précommander. Pour que personne ne soit bloqué par la fracture numérique, des permanences peuvent se tenir directement dans les quartiers, ou par téléphone, assurées par les équipes de VRAC. La contrainte d'une distribution mensuelle qu'il ne faut pas rater est une inquiétude pour les équipes salariées, qui vont avoir une attention très particulière pendant les épiceries. Si nécessaire, les équipes

téléphonent aux personnes qui auraient oublié, les attendent, proposent des solutions. Ainsi, si le temps est contraint, **VRAC développe un côté plastique et une attention particulière à chaque adhérent.e.**

## L'ACCESSIBILITÉ FINANCIÈRE LA TRIPLE TARIFICATION

*« J'allais à Carrefour, au grand Auchan. C'est pas du bio, c'est des industriels qui s'en mettent plein les poches, à produire plus, sans se soucier ni de l'humain ni du climat, et ça me fait mal au cœur. Dans VRAC, il y a une justice. L'initiative, en elle-même, elle est noble. Et elle ne cesse d'être plus noble. En janvier, on m'applique les -50% – silence – la justice elle est sur le terrain, elle est appliquée. »*

Touria, adhérente de VRAC Paris, entretien réalisé par Juliette

Le projet VRAC a, dans un premier temps, été pensé avec un tarif à prix coûtant, c'est-à-dire au prix brut du produit, celui destiné aux producteur·rices. Toutefois, cette pratique ne permet pas de toucher toutes les personnes vivant dans les quartiers où le budget alimentaire est la première variable d'ajustement. Pour certains groupements, le développement peut être fastidieux.

Les subventions octroyées dans le cadre du Fond « Mieux Manger Pour Tous<sup>21</sup> » permettent à VRAC de transformer son modèle. Le prix coûtant va être associé à une triple tarification : un tarif à +10% et un tarif à -50% ! Cette transformation a été longuement discutée en interne par les équipes de VRAC, la question étant de savoir si cette modification pouvait être interprétée comme une forme d'amélioration de l'aide alimentaire. VRAC ne voulait pas avoir à demander des justificatifs aux personnes. Dans

<sup>21</sup> Programme « Mieux Manger pour Tous », porté par l'État au niveau local et national depuis février 2023, dans le cadre du Pacte de solidarités, 2023-2027.

un contexte de crise économique, VRAC a choisi de tester un nouveau dispositif. Grâce à la triple tarification, les personnes déjà adhérentes de VRAC n'ont pas à réduire leur panier moyen et de nouvelles personnes peuvent rejoindre le projet.

Concrètement, chaque association VRAC fait le choix de ses critères pour définir les trois tarifs. Elles peuvent se baser sur le coefficient familial ou le reste à vivre, le fait d'habiter en logement social ou dans un QPV, de toucher les minima sociaux, etc.

**Ce qui est important c'est que les règles soient simples et rapides :**

il ne faut pas que les personnes aient à faire un dossier, puis attendre la décision d'une commission.

Grâce à ce dispositif, une nouvelle population a été touchée.

Des groupements qui avaient du mal à accueillir de nouvelles personnes, stagnant à une dizaine de commandes, sont aujourd'hui à 40 commandes mensuelles.

En contrepoint, les équipes salariées s'inquiètent d'arriver à absorber ces nouvelles demandes, en particulier d'un point de vue logistique, ce à quoi s'ajoute la crainte des adhérent-es que ce dispositif s'arrête :

*« Je trouve ça très chouette. J'ai l'impression que c'est un super cadeau. Je peux acheter des trucs que j'aime acheter, mais je dépense moins d'argent. Et moi j'avoue que j'ai pas eu les infos de comment cela a été possible alors même que les infos que j'avais à VRAC c'était genre tu sais à VRAC c'est compliqué, on n'a pas assez de subventions pour faire tourner le truc et tout et puis d'un coup ça arrive. Je suis heureuse du cadeau et en même temps j'aimerais être assurée de la subvention qui est donnée à VRAC. »*

Isabelle, adhérente de VRAC  
Bordeaux, entretien réalisé par  
Pierre-Richard

L'accessibilité financière pose des questions de fond quant au projet politique de l'association mais aussi plus globalement sur notre projet de société. **Comment sortir d'une politique d'aide pour passer à une politique de droit ?** Le Fond Mieux Manger pour Tous reste une subvention qui est soumise à arbitrage : un arbitrage politique (il faut que l'exécutif décide de prolonger cette mesure) et un arbitrage institutionnel (il faut que le dossier de VRAC soit retenu). Aujourd'hui, VRAC est fier d'avoir pu étendre son champ d'action grâce à ce fond.

## **“COMMENT SORTIR D'UNE POLITIQUE D'AIDE POUR PASSER À UNE POLITIQUE DE DROIT ? „**

**Cependant, l'enjeu est de permettre aux personnes, qui ont changé leurs pratiques et sont convaincues de l'intérêt du projet,** de pouvoir en bénéficier sur le temps long. À ce titre, VRAC est membre du collectif pour une Sécurité Sociale de l'Alimentation. Le dispositif VRAC est donc conçu comme un moyen de lever les freins quant à l'accès au droit à l'alimentation.

Ainsi, l'enjeu de l'accessibilité est de ne pas se contenter de favoriser l'accès à une alimentation choisie et de qualité, mais de permettre d'accéder à un droit.

GRILLE D'ÉTUDE D'IMPACT SUR  
L'ACCESSIBILITÉ

Cette grille permet à chaque structure de mesurer des actes peu visibles ou invisibilisés et de valoriser un travail de fond sur une année, ou toute autre durée jugée opportune par les équipes.

|                                        | LES CONDITIONS<br>DE L'ACCESSIBILITÉ                                                                                  |                                                                                 | L'ACCESSIBILITÉ<br>AU QUOTIDIEN |                             |                             |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
|                                        | Assurer la vie psy-<br>chique, physique<br>individuelle et collec-<br>tive libre d'anxiété,<br>satisfaisante et digne | Donner l'accès à une<br>nourriture qualita-<br>tive, adéquate et<br>suffisante. | Accessibilité<br>physique       | Accessibilité<br>temporelle | Accessibilité<br>financière |
| ACTIONS<br>PRÉVUES<br>RÉALISÉES        |                                                                                                                       |                                                                                 |                                 |                             |                             |
| ACTIONS<br>NON<br>PRÉVUES<br>RÉALISÉES |                                                                                                                       |                                                                                 |                                 |                             |                             |
| INDICATEURS<br>DE<br>RÉALISATION       |                                                                                                                       |                                                                                 |                                 |                             |                             |
| ANALYSE                                |                                                                                                                       |                                                                                 |                                 |                             |                             |
| PERSPE-<br>CTIVES                      |                                                                                                                       |                                                                                 |                                 |                             |                             |
| DÉTAILS<br>DES FINAN-<br>CEMENTS       |                                                                                                                       |                                                                                 |                                 |                             |                             |

## Partie 2

# DÉVELOPPER LE pouvoir d'agir

**“ JE ME SENS UTILE ÇA ME FAIT  
PLAISIR. C'EST UN GESTE QU'ON  
DEVRAIT TOUS FAIRE. ON DOIT  
TOUS DONNER UN PEU DE NOTRE  
TEMPS POUR QUE L'ASSO TIENNE,  
C'EST UN BIEN COMMUN „**

---

Touria, adhérente de VRAC Paris,  
entretien réalisé par Juliette

*« Je me mets au service du liquide avec Colette qui insiste pour être au liquide alors que la tâche n'est pas aisée. J'avais capté qu'elle ne voyait pas très bien et qu'il fallait l'accompagner. C'est la première fois qu'elle vient, après deux engagements qu'elle n'a pas honorés en tant que bénévole, elle est là et je veux que ça se passe bien pour elle. Elle ne voit pas très bien, elle en met partout, mais je la rassure. Elle s'amuse, elle sourit. Je prends le relai et j'en mets partout à mon tour, on en rigole. Elle a été hyper dynamique, malgré les problèmes de santé qu'elle me partage ! Lorsque je la dépose le soir chez elle, après l'épicerie, elle me dit qu'on lui fait du bien. »*

Perrine, salariée  
de VRAC Hauts-de-France,  
Notes de terrain

## PENSER LA PARTICIPATION

« États Généraux de l'Alimentation », « Convention Citoyenne », « Projets Alimentaires Territoriaux » ponctués d'« instances de concertation ». Les consultations se multiplient en France ouvrant, lorsque le sujet s'y prête, un volet conséquent sur les questions de précarité alimentaire. Si les personnes concernées sont parfois « invitées », elles sont, dans la grande majorité des cas, représentées par des têtes de réseaux, responsables associatifs, bénévoles ou salarié-es. Ces formes de porte-parolat sont importantes, mais limitent l'intérêt émancipateur d'un projet porté pour et par les habitant-es.

**VRAC en est convaincu, prendre la parole et porter sa parole sont déterminants pour atteindre un objectif démocratique.**

Alors, comment permettre à toutes et tous de le faire ?

Selon la philosophe Joëlle Zask, la participation n'est pas une possibilité parmi d'autres dans la construction démocratique, mais la seule. Elle explicite la manière dont la participation est constituée de trois temps interdépendants : prendre part, apporter une part et enfin bénéficier d'une part. Au cœur de ce triptyque, le dénominateur qui va rendre possible la participation est la reconnaissance.

Car, pour bénéficier d'une part, il faut que la part donnée soit reçue à hauteur de l'investissement du ou de la donateur-riche. Dit plus simplement, il faut que le donateur-riche se sente considéré-e, reconnu-e et qu'il-elle sache que sa parole compte. Tout comme Marcel Mauss l'identifiait pour le don, la participation permet d'observer, en cas de déséquilibre, l'injustice et l'exclusion, si on ne prend pas en compte la valeur ajoutée de celle ou celui qui participe.

La conséquence est brutale : la non-reconnaissance brise le cycle du lien et renforce l'isolement, créant parfois du ressentiment. Pour VRAC, accompagner les personnes à prendre leur place en portant elles-mêmes leurs paroles dans les différentes instances est un objectif qui nécessite un travail rigoureux et délicat. Chaque professionnel-le se sent responsable de ce qu'il-elle sème chez les personnes et ne veut pas les décevoir en faisant de fausses promesses, en les mettant dans des situations difficiles.

**Pour VRAC, il est essentiel de veiller à ne pas reproduire des formes de violences symboliques** qui consistent à mettre autour de la table des personnes sans qu'elles puissent vraiment agir sur la situation soit parce qu'elles n'y sont pas préparées, qu'elles n'ont pas les codes, ou qu'elles sont « utilisées » sans pouvoir réellement participer.

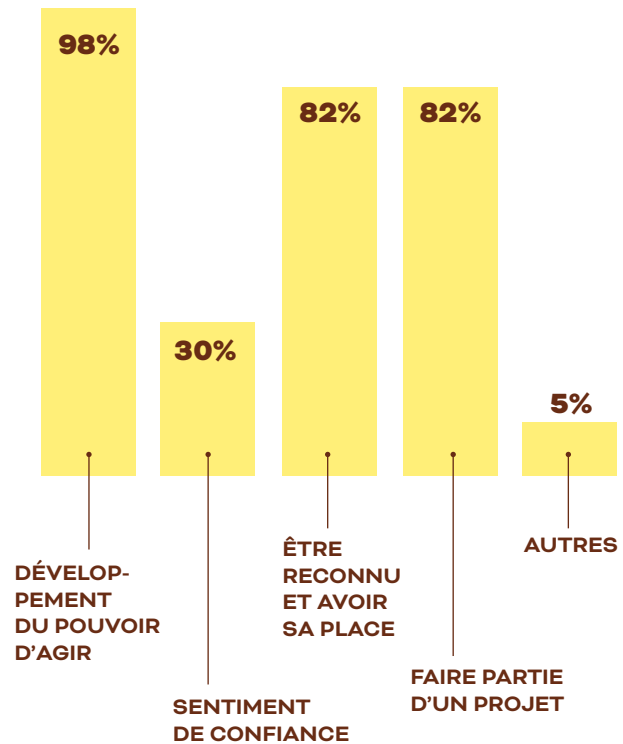
Au cœur d'une participation propice à une perspective démocratique, il y a donc l'attente des changements que vont engendrer chacun-e des membres. Pourquoi proposer de la participation si on n'attend rien de l'autre et que tout est décidé à l'avance ? Ainsi, dans l'esprit VRAC, il est indispensable de reconnaître le pouvoir d'agir des personnes pour qu'elles s'épanouissent dans la dignité. Leurs épiceries sont conçues pour permettre cela. **Au cœur du projet, il y a donc cette idée qu'à travers le groupement d'achat et les initiatives qui lui sont adossées, il est permis aux personnes de reconstruire et se réapproprier un soi.**

*« Le fait d'écouter les gens m'a permis d'apprendre beaucoup de choses avec VRAC. Les invités, les élus locaux, les gens du quartier. Grâce à ces moments partagés, j'ai retrouvé la personne que j'étais ! ».*

Aminata, adhérente de VRAC  
Paris, entretien réalisé par  
Juliette

Chaque équipe participante à l'étude a fait état de plusieurs exemples à même de traduire cette expérience quotidienne : **dès lors que la personne reprend confiance en elle comprend ce dont elle est capable, elle enrichit le groupe et est enrichie par celui-ci. Ainsi, le pouvoir d'agir est une chose qui se conjugue à plusieurs.** Quand il est exercé de manière individuelle, il conduit à des dérives, telles que l'exclusion et la domination.

## CE QUE VRAC GÉNÈRE



## A - LE POUVOIR D'AGIR EN PRATIQUE, L'EXEMPLE DU COLLECTIF CHARLES HERMITE À PARIS



LE JOURNAL DE TERRAIN DE

**BÉNÉDICTE  
BONZI**

Paris, novembre 2024

**“RENCONTRER  
LE COLLECTIF  
CHARLES HERMITE,”**

La salle est comble, j'anime un échange dans le cadre d'un évènement organisé par la Caisse Alimentaire Solidaire du 20e arrondissement de Paris. À la suite des présentations, la parole est à la salle. Je repère une femme qui lève la main avec insistance comme si elle craignait que je l'oublie. Je m'approche d'elle pour lui expliquer l'ordre de passage, car beaucoup de personnes ont levé la main en

même temps. Son tour arrive. Son message va émouvoir. Elle pose des mots justes, des mots positifs sur ce qui se vit dans cette journée, elle livre son expérience sur le fait qu'ensemble on peut faire bouger le système alimentaire. Lors de cette intervention, je remarque les regards des autres membres du VRAC Charles Hermite, venus pour l'occasion. Cette parole fait écho. D'autres auraient pu

dire la même chose, mais, ce jour-là c'est elle qui permet de se faire entendre, qui porte leurs paroles. Je remarque comment les personnes de son groupe la regardent, il y a de la fierté. Je les verrai la remercier pour son témoignage. Je comprends que ce qui se vit entre ces personnes est singulier, je suis en train de rencontrer le collectif Charles Hermite.

Cette illustration nous permet de commencer par la conclusion. Pour qu'une personne, concernée par la précarité alimentaire depuis plusieurs années, se déplace dans un tiers-lieu un dimanche et qu'elle prenne part spontanément à une discussion parce qu'elle se sent concernée, qu'elle sache avant l'animatrice que son témoignage compte, il a fallu graver plusieurs étapes, nous reprendrons la proposition des trois étapes de Joëlle Zask.

**“ POURQUOI PROPOSER  
DE LA PARTICIPATION  
SI ON N'ATTEND RIEN DE  
L'AUTRE ET QUE TOUT  
EST DÉCIDÉ À L'AVANCE ? „**

## B - PREMIÈRE ÉTAPE DE LA PARTICIPATION : PRENDRE PART

En 2021, VRAC France et VRAC Paris réfléchissent à l'importance et la signification que les habitant·es et adhérent·es puissent porter le plaidoyer de l'association et présenter le projet aux élu·es, à certains médias et à de potentiels financeurs. Cette envie est suivie, dans un premier temps, par la Fondation Européenne pour le Climat, puis d'autres sources de financement garantiront la solidité du projet (fondation Carasso, Ville de Paris, Agence Régionale de Santé). Ce projet s'incarne dans un collectif composé d'adhérent·es VRAC et d'habitant·es du quartier Charles Hermite. Il est principalement animé par Aline et Gaëlle de l'équipe VRAC Paris. Pour cela, Gaëlle réalise une formation spécifique pour acquérir des techniques de mobilisation et de gestion de groupe. **Parler d'innovation sociale dans un projet tel que celui de VRAC, c'est affirmer quand, comment et pourquoi il faut s'outiller. Il n'y a rien d'évident dans le fait d'accompagner les personnes à participer.**

De plus, le fait d'aller chercher des ressources pour mieux faire est une première reconnaissance adressée au groupe qui est accompagné. **C'est un moment invisible dans la vie d'un collectif, et pourtant, faire une formation pour améliorer ses compétences est un engagement relationnel.** À VRAC, la formation continue, la nécessité d'apprendre, de se réunir et de réfléchir à ses pratiques en permanence<sup>22</sup> permet d'être proche des problématiques et réalités des adhérent·es et de leurs besoins. Cette rigueur fait d'autant plus sens qu'il y a dans les parcours des adhérent·es des blessures causées par des fonctionnements institutionnels, par des pratiques

sociales. Innover c'est, pour VRAC, être plus rigoureux·se qu'avec des personnes qui ne vivent pas ces formes d'injustices structurelles. C'est avoir connaissance que, dans le travail avec les adhérent·es, il y a des choses à réparer. Cette posture permet de tisser une relation de confiance indispensable. Si le contenu d'un message est important pour engager un changement, il faut souligner que la relation est déterminante pour que les personnes rejoignent la démarche. Encore une fois, VRAC a fait ce pas de côté nécessaire face à un champ disciplinaire qui enseignait une certaine distance éducative dans la relation d'aide, pensant alors pouvoir mettre à distance les sentiments complexes que l'on éprouve dès lors que l'on entre en relation<sup>23</sup>.

Pour témoigner de l'importance de la réciprocité pour obtenir l'engagement des personnes, VRAC s'ancre dans le sillon du psychologue **Carl Rogers**<sup>24</sup> qui va défendre et expliquer tout au long de sa carrière l'importance d'une approche centrée sur la personne : **écoute empathique, authenticité et non-jugement sont les garde-fous de la relation à l'autre.** L'expérience de dix années sur le terrain révèle comment, par la force de liens pensés, l'accueil des affects et des ressentis est un moteur puissant. Ce dont témoigne Morena :

*« Au début, je suis venue pour une sortie cueillette de légumes avec le centre social Rosa Parks, et après VRAC a démarré. C'est une famille maintenant. Ce ne sont pas que de bon·nes ami·es, c'est une grande famille, ce sont mes petites sœurs, elles sont tellement sympas ! »*

**Morena, adhérente de VRAC Paris, entretien réalisé par Juliette**

<sup>22</sup> Lors de cette étude nous avons pu constater que les professionnels ne font rien au hasard et qu'il suffit de les interroger ou de les regarder pour comprendre qu'il y a une intention derrière chaque chose : la manière de se placer dans l'espace, le ton pour interpeller, l'écriture d'un message. Rien ne semble acquis, tout peut sans cesse être réinterroger pour améliorer l'accompagnement, la prise en compte de l'autre. Les temps consacrés au café recherche dans ce projet ont montré comment les sujets proposés étaient déjà intériorisés, en parler permettait de prendre de la hauteur sur sa pratique et de trouver de nouveaux ressorts collectifs.

<sup>23</sup> Christine Dorme, [Questions de distance dans la relation éducative](#), L'Harmattan, 2005.

<sup>24</sup> Jean-Daniel Rohart, [Carl Rogers et l'action éducative](#), ouvrage collectif, Chroniques Sociales, 2009.

Le cadre qui est proposé dans le collectif Charles Hermite permet d'effectuer un travail d'information autour des questions agroécologiques, alimentaires et plus largement à la compréhension du système alimentaire parce qu'il y a du respect, de la confiance et de l'amour entre les participant-es, dont les animateur-rices font partie. Des choses vont pouvoir être dites et entendues parce que le groupe est bien ensemble. Le groupe est bien ensemble parce que l'approche vise à en prendre soin.

Le vivre puis le faire ensemble ne se sont pas imposés, ils sont devenus possibles petit à petit parce que les conditions proposées ont donné envie.

*« Ce qui m'a plu aussi c'est quand nous sommes allés à Lyon. C'est pour vous que je suis allée à Lyon, parce que vous nous apportez de bonnes choses. Ce jour-là, j'étais mal (sciatique), mais je suis quand même venue. »*

Morena, adhérente de VRAC  
Paris, entretien réalisé par  
Juliette

Et quand on demande à Morena ce que sa participation a changé pour elle, c'est simple : au début, elle est juste venue pour voir, puis elle a pu dire et être écoutée, elle a senti que sa parole comptait. Cette parole qui compte est au cœur de la seconde étape d'un processus de participation démocratique.

## **C - SECONDE ÉTAPE DE LA PARTICIPATION : APPORTER UNE PART, DÉPOSER SON VÉCU, SON EXPÉRIENCE SENSIBLE**

Lorsque les contours de cette aventure collective du collectif Charles Hermite sont dessinés, il s'agit de proposer un espace d'échange pour les habitant.e.s, où ils et elles puissent déposer leur vécu et partager leurs expériences quotidiennes dans le quartier. Dans la pratique, il s'avère que les personnes vont moins déposer quelque chose qu'apporter au groupe.

**“ LE VIVRE PUIS LE FAIRE  
ENSEMBLE NE SE SONT  
PAS IMPOSÉS, ILS SONT DEVENUS  
POSSIBLES PETIT À PETIT  
PARCE QUE LES CONDITIONS  
PROPOSÉES ONT DONNÉ ENVIE.. ”**

Apporter son vécu, partager son expérience quotidienne dans le quartier, c'est donner une part de soi. Il y a un pas de côté dans ce qui est proposé aux personnes, puisque le parti pris est qu'elles ont quelque chose à partager. Tout à coup, leur vie, leurs expériences comptent ! Elles ont du poids de la valeur.

Grâce à ces échanges, à ces dons de mots, elles vont faire circuler des messages, des leçons parfois et tisser différents liens. Aux yeux de VRAC, les adhérent-es cessent d'être des personnes qui ont peu ou rien et pour qui il faudrait faire quelque chose, elles sont des personnes pour lesquelles il est urgent de restaurer un espace adapté pour qu'elles partagent. Pour rendre possible une telle collecte, le projet est parti d'expériences sensibles, afin de

mettre en lumière des compétences et des connaissances individuelles qui sont devenues exponentielles au sein du groupe. Ce qu'il se passe surprend toujours, même les professionnel·les expérimenté·es lorsqu'il·elles sont face à une personne qui explique : « Moi un centime je le coupe en deux ». Dans une société où tant de choses sont gaspillées, ces pratiques sont des compétences rares.

## L'EXPÉRIENCE DE LA CARTOGRAPHIE SENSIBLE.

Le démarrage s'est fait en douceur. Les habitant·es ont été invité·es à échanger en petit groupe de pairs autour d'une table sur leurs habitudes et leurs pratiques alimentaires depuis qu'ils vivent dans ce quartier. Aissata parle de son expérience dans un entretien réalisé pour cette étude. Ce collectif, dit-elle, lui a fait prendre conscience qu'elle n'était pas seule et, surtout, elle a réalisé qu'elle était intéressante et que l'on pouvait l'écouter. Elle raconte :

*« Je voyais qu'on s'intéressait à ma petite personne, c'était surtout ça. [...] Le fait de venir, de voir les gens qui habitaient le quartier même [...] le peu qu'ils disaient tu sentais qu'eux aussi avaient des problèmes de finances, de logement. Je me disais que j'étais pas seule dans cette galère en fait. Au fur et à mesure que l'on venait et que l'on parlait de tout et de rien, j'ai détecté que, dans ce quartier il manquait des choses pour que les gens se parlent ou se voient pour comprendre qu'on a les mêmes problèmes. Le fait d'écouter les gens m'a permis d'apprendre beaucoup de choses avec VRAC. »*

**Aissata, adhérente de VRAC Paris, entretien réalisé par Juliette**

Un travail participatif de cartographie est un exercice complexe. Il faut

représenter l'espace tel qu'il est pour soi, le décrire aux autres, expliciter comment on l'habite, comment on s'y déplace, rendre visible les obstacles tant visibles qu'invisibles en les nommant. Aussi, dans ce cas précis, ces échanges révèlent les stratégies et l'ingéniosité des personnes pour gérer leur budget alimentaire, pour se déplacer. Elles connaissent des détails inédits parce qu'elles sont curieuses et résilientes et cela se voit en prenant forme sur une carte. Cela s'entend par les mots qui peuvent enfin être posés, être entendus et surtout avoir une portée transformatrice.

La question de l'approvisionnement et de l'offre dans leur quartier est ressortie de manière forte lors des premiers échanges. En utilisant des outils d'éducation populaire, comme la cartographie sensible et la prise de décision, le collectif a dessiné en deux réunions le paysage alimentaire du quartier Charles Hermite et de ses alentours. De grandes thématiques ont été dégagées sur l'accessibilité économique, géographique, sur le choix, le bio, les lieux existants et ceux auxquels chacun·e s'identifie, ou non.

La participation a encore monté d'un cran dans un nouveau travail qui consistait à entrer dans une démarche de recherche participative. Ainsi, les participant·es se sont rendus dans trois magasins préalablement choisis, via le vote où chaque voix compte, pour y effectuer un relevé de prix. Ils et elles avaient été doté·es d'une grille d'observation qui permettait de renseigner le profil des personnes croisées, la facilité ou non d'obtenir des renseignements, la caisse et l'accessibilité géographique. Ce travail de recherche très précis permet de prendre du recul sur le quotidien. Tout à coup, les participant·es deviennent des chercheur·es, qui enquêtent. Collectivement, il·elles réinterrogent les politiques de prix. Leurs discussions révèlent leur niveau d'expertise.

Leur avis, souvent gardé sous silence, est objectivé. Les personnes reprennent confiance dans ce qu'elles ressentent, car c'est partagé et validé par une observation de terrain. Réaliser des constats et engager une discussion fédère un groupe, car les émotions ressenties sont fortes. Il y a un côté euphorisant à s'autoriser à contrôler les pratiques de prix d'un magasin (surtout quand on a l'habitude de les regarder en ne pouvant pas s'offrir ce qui est pourtant nécessaire !). En relevant quelques prix, il y a la possibilité de dévoiler un système très opaque. Participer à son échelle à ce dévoilement permet de ne plus se sentir minuscule.

Par cette succession de propositions, un groupe s'est petit à petit constitué et a pu passer du « Je » au « Nous ». Ce passage permet d'engager la troisième étape de la participation, bénéficier de sa part.

## **D - TROISIÈME ÉTAPE DE LA PARTICIPATION : BÉNÉFICIER DE SA PART SANS ÊTRE BÉNÉFICIAIRE**

Dans le cadre de l'aide sociale, le terme de « bénéficiaire » est souvent utilisé. Pourtant, les récits des adhérent-es de VRAC mettent à l'épreuve ce qualificatif. De quoi bénéficie-t-on vraiment lorsque l'on est à l'aide alimentaire et/ou aux minima sociaux ? **Pourquoi les équipes reçoivent des personnes abîmées par les dispositifs quand elles auraient dû en bénéficier ?**

D'ailleurs de nombreuses structures d'aide alimentaire ont fait le choix de nommer les personnes autrement : personnes accueillies, invité-es, client-es, etc. Les mots d'Aminata sont révélateurs de cette difficulté.

*« Ce qui m'a apporté le plus dans le collectif, c'est de pouvoir dire ce que je pensais du système : comment voulez-vous m'aider en m'imposant d'aller chercher des colis alimentaires alors qu'il n'y a pas de suivi, alors que je sais que c'est de la défiscalisation. Tu veux m'aider alors que tu me donnes un truc sur lequel j'ai pas mon mot à dire. L'acte est là, mais ça ne m'a pas rendu service. »*

**Aminata, adhérente de VRAC  
Paris, entretien réalisé par  
Juliette**

À travers ce témoignage, l'idée selon laquelle, pour pouvoir bénéficier et donc prendre part pleinement, il faut avoir pu donner sa parole et être entendu est ici centrale. « J'ai pas mon mot à dire » « ça ne m'a pas rendu service » confie Aminata. Ces phrases donnent des indicateurs sur ce qu'il est important de faire autrement dans l'accompagnement des personnes si le but est de rendre de la dignité. À VRAC, les équipes sont conscientes de leur chance et de leur singularité dans leur projet où elles peuvent engager une participation réelle des personnes.

Le travail qui est ici pris en exemple s'est déroulé sur plusieurs années et a permis de s'intéresser et s'approprier le projet politique de la Sécurité Sociale de l'Alimentation (SSA), soit, un projet dans lequel, pour bénéficier, il faut avoir donné sa part : cotiser, tout en ayant pris part dans un parcours d'engagement pour pouvoir décider en connaissance de cause.

C'est au cours d'une sortie apprenante chez un maraîcher en Île-de-France, clôturant un cycle de travail, que le sujet de la SSA va être mis sur la table et choisi comme nouveau sujet de réflexion. Le groupe avait identifié plusieurs difficultés, telles que l'accès à des produits de

qualité (bio, frais, locaux, rémunérateurs pour les producteur-ices...), trop coûteux. La présentation de la SSA est venue ouvrir des perspectives et a engagé un nouveau cycle auquel d'autres adhérent-es du 18<sup>e</sup> se sont joints.

Des arpentages de lecture ont été organisés pour comprendre le fonctionnement de l'aide alimentaire, de la loi Garot, de la sécurité sociale, et prendre connaissance de la rémunération des producteur-ices. Le travail avait été proposé en petits groupes avec une lecture à haute voix et une mise en commun de ce que chacun-e avait appris. Le travail s'est poursuivi autour d'un ciné-débat mouvant en présence d'une agricultrice sur le documentaire La part des autres<sup>25</sup>, qui donne la parole aux producteur-ices et aux consommateur-ices et interroge les conditions d'un accès digne pour toutes et tous à une alimentation durable et de qualité.

En janvier 2023, c'est un autre collectif d'habitant-es du quartier qui travaillait les mêmes questions, le collectif O' bons légumes du centre social "Espace 19" du 19<sup>e</sup> qui rejoint le collectif Charles Hermite. Puis auront lieux de nouvelles visites apprenantes dans des tiers-lieux alimentaires, la réalisation d'une fresque SSA avec l'association la Marmite Rouge, la découverte de jeux apprenants développés dans le cadre de l'expérimentation de la Caisse alimentaire commune de Montpellier. En parallèle de ce travail de compréhension, les membres du collectif se réunissent autour de moments informels, comme les repas partagés, et lors des épiceries VRAC mensuelles. Ces temps sont très importants pour la pérennité du groupe.

Le collectif a fait naître à Charles Hermite une cohésion sociale qui a

beaucoup apporté aux habitant-es. Plus globalement pour Gaëlle, coordinatrice à VRAC Paris : « c'est leur place en tant que citoyen-nes qui a changé ». Il a été souligné par les participant-es qu'il-elles connaissent maintenant mieux leurs voisin-es (membres du collectif et du groupement d'achat venant d'horizons différents), et se sentent plus épanoui-es dans leur quartier.

## **“CE QUI RESSORT BEAUCOUP, C'EST LA CHALEUR HUMAINE DONT IL-ELLES ONT BÉNÉFICIÉ ET DONT IL-ELLES ONT PU FAIRE BÉNÉFICIER AUX AUTRES..”**

Ce qui ressort beaucoup, c'est la chaleur humaine dont il-elles ont bénéficié et dont il-elles ont pu faire bénéficier les autres. Finalement, pour Aline, « **par la question de l'alimentation, on est revenu à la question du lien social, et ce n'est peut-être pas si anodin** ».

Petit à petit l'objectif initial a été atteint. Les membres du collectif portent le plaidoyer de l'association, et plus généralement de la justice et de la démocratie alimentaire, nous l'avons vu en introduction de cette partie. Désormais, avec les salariées, il-elles accueillent les élu-es et les financeurs potentiels pour présenter le projet, parler de leurs habitudes alimentaires et expliquer plus largement quel impact il-elles peuvent avoir sur leurs consommations et sur ce qu'il y a dans leur quartier.

### **DÉPASSER SES OBJECTIFS**

Cela pourrait s'arrêter là, mais de ce collectif sont nées deux initiatives : un « collectif droit au logement Charles Hermite », et un nouveau groupement d'achat dans le 19<sup>e</sup> arrondissement.

<sup>25</sup> La part des autres, documentaire de Jean-Baptiste Delpas et Olivier Payage.

**Avec ce collectif, VRAC montre comment, en partant d'un groupement d'achat, des démarches complémentaires deviennent possibles.** Le collectif

Charles Hermite est une illustration. Chaque VRAC dispose de son histoire, de sa particularité dans des choses vécues ou à vivre. Un groupement d'achat VRAC est pensé pour être un lieu où l'on peut s'émanciper. Il y a là la question d'empouvoirement et de démocratie alimentaire, d'être partie prenante de ce qu'il se fait, d'exprimer ses ambitions pour le quartier, de s'approprier et surtout de s'emparer du projet associatif pour en bénéficier pleinement.

**Une telle approche est rendue possible grâce à une valeur importante que l'on retrouve au sein des VRAC : la convivialité.**

## E - L'ART DE LA CONVIVIALITÉ COMME ART DE LA RÉSISTANCE

*« Je suis contente, quand je suis bénévole, d'accueillir les personnes. Les échanges, c'est un moment convivial, assez sympathique. »*

Marie, adhérente de VRAC Bordeaux, entretien réalisé par Pierre-Richard

Dans les pratiques de terrain de VRAC, force est de constater qu'il faut parfois livrer bataille pour obtenir ou conserver les ressources nécessaires à la participation des publics cibles. Dans des demandes de subventions et les justificatifs qui les accompagnent, il est souvent demandé de pouvoir afficher des résultats quantifiables. Par exemple, avec telle somme j'ai pu faire tant de repas. Ce qui est alors recherché est l'efficacité d'un système qui doit coûter peu cher.

Or, comment chiffrer à court terme les effets de la convivialité ? **Faire reconnaître le bénéfice social à long terme d'une autre façon de faire est un enjeu de taille. Un combat.**

Ce combat est nécessaire pour mettre en œuvre de la convivialité, condition indispensable pour revendiquer l'exercice d'une forme d'innovation sociale chez VRAC. En effet, par l'essor technologique extrêmement rapide de ces dernières années, des interactions et des moments de partage ont disparu. Manquer d'espace de convivialité, cela se traduit dans la vie des personnes par un manque d'espace où agir. La présence de machines, de robots, d'Intelligence artificielle qui répondent à la place de l'humain relève d'une société qui exclut des personnes du fait de la fracture numérique, de codes adaptés, etc. Ces personnes sont alors en situation de dépendance subie quand elle pourrait être actrice. Yvan Illich définit ainsi une société conviviale :

*« Une société conviviale est une société qui donne à l'homme la possibilité d'exercer l'action la plus autonome et la plus créative, à l'aide d'outils moins contrôlables par autrui. [...] L'outil convivial est celui qui me laisse la plus grande latitude et le plus grand pouvoir de modifier le monde au gré de mon intention. L'outil industriel me dénie ce pouvoir ; bien plus à travers lui, un autre que moi détermine ma demande, rétrécit ma marge de contrôle et régit mon sens<sup>26</sup>. »*

<sup>26</sup> Ivan Illich, *La convivialité*, Paris, Édition du Seuil, 1973, p. 43.

Lors de notre étude, nous avons noté le soin porté par les équipes de VRAC à la convivialité. Nous avons relevé l'attention apportée à l'ambiance, aux interactions, nous avons ressenti dans le dispositif un vent de liberté qui circule au sein des épiceries, où l'on vient « jouer à la marchande » comme



LE JOURNAL DE TERRAIN DE

## BÉNÉDICTE BONZI

Strasbourg, novembre 2024

**“DANS UNE FOURMILIÈRE”**

Effervescence de l'installation, transformation d'un lieu en épicerie, prise de postes, inventaire, j'arrive dans une fourmilière. Je peine à trouver une place où je ne dérange pas et où je puisse me sentir utile, mais je me sens pourtant bien et je ressens de la joie, car il y a beaucoup de rires

et de plaisanteries. Dans les échanges il est question des pesées. Il y a eu de grosses erreurs et l'équipe réfléchit à la manière d'y répondre. Spontanément je propose le modèle que je connais, c'est-à-dire une personne qui pèse. Je vois dans le regard de Zoé que j'ai beaucoup à

apprendre. Oui, ça répondrait au problème de caisse, mais quel message cela enverrait aux personnes qui viennent de rejoindre le groupement ? L'enjeu est de mieux responsabiliser et s'interroger sur comment le faire. Nous nous remettons à y réfléchir...

le constate Juliette à VRAC Paris qui prendra plaisir à accompagner des enfants venus aider. Ainsi l'organisation, plus formelle, qui viendrait contrôler et sanctionner en cas de manquement, n'est pas à l'image de VRAC.

L'efficacité, souvent regardée dans les évaluations, est en réalité un critère qui peut masquer une perte de lien social dans les pratiques. L'association cherche à garantir l'autonomie et l'absence de contrôle pour ne pas reproduire d'éventuelle forme de domination. Ce socle est ce qui va rendre possible de faire table commune. Cela permet de sortir de toute défiance, il faut résister à l'envie de contrôler, de réguler sous couvert d'optimiser l'action, car pourquoi faudrait-il aller plus vite, quand le temps de la rencontre nourrit !

La convivialité se situe donc en rupture avec des injonctions de comportement, et repose sur la

manière dont VRAC choisit d'envoyer d'autres signaux. La convivialité rend désirable ce qui se vit. L'atmosphère accueillante, le sourire, le soin qui a été apporté à la rencontre. L'espace devient commun dans le sens où il est propice aux échanges (échanges formels de denrées et informels de mots).

Chez VRAC ce concept de convivialité prend des formes précises tout en s'incarnant dans différents lieux. Les adhérent-es et les bénévoles agissent, il-elles disposent, pèsent, rangent, remballent, nettoient, etc. Cela rend des erreurs possibles, mais cela rend surtout possible l'appropriation d'outils, le fait de prendre part. Toutes les tâches qui sont proposées montrent que, pour les adhérent-es, les bénévoles, comme pour les salarié-es, **la spécialisation du travail n'apparaît pas comme un avantage, mais comme une possible rupture des liens.**

Ce que VRAC met sur la table commune est le fait que le système alimentaire est critiquable par les impacts qu'il a sur les personnes. Les inégalités d'accès à l'alimentation, la détresse des paysan-es, les injonctions à une certaine consommation par l'agro-industrie n'ont rien de convivial. Les outils qui sont liés à cette chaîne sont de plus en plus complexes. Si la perte pour la plus grande partie de la population de sa capacité à produire et se nourrir elle-même en est un exemple, comprendre et choisir un produit devient le contre-exemple. VRAC est cet outil collectif qui rend possible aux personnes des quartiers populaires une résistance et une résilience face à un système alimentaire devenu fou.

Ainsi, participer au fonctionnement du VRAC c'est disposer de son pouvoir d'agir. **On reçoit de la confiance, on reprend de l'autonomie sur un secteur alimentaire où l'habitude est de se faire servir, sans avoir la possibilité de prendre part.**

Dans le « travail », l'absence d'obligation ou d'injonction à l'efficacité de la part des équipes VRAC révèle un autre aspect de la convivialité chez VRAC. Il est important de prendre le temps de vivre ces différents moments, car c'est la multiplicité des petites choses qui se passent dans ces espaces qui rendent concret la convivialité. La force de VRAC, ce n'est pas un grand coup d'éclat, c'est l'addition de temps passés, de mots échangés, d'actes réalisés qui deviennent suffisamment importants pour que quelque chose de puissant se passe : inverser l'ordre établi en ne laissant personne de côté.

## F - TISSER DES LIENS POUR RÉPARER LA FRACTURE SOCIALE

**Mettre l'innovation sociale au cœur d'un projet impose un regard sévère sur ce qui cause les fractures sociales et leurs origines si on souhaite comme VRAC agir.**

Comment réparer ces fractures ?

Comment, en tant que professionnel·les, pouvoir innover vers un système alimentaire plus juste ? VRAC s'adresse à des personnes qui vivent dans les quartiers prioritaires de la ville, des personnes en lien avec de nombreux acteurs des services sociaux, de l'associatif, de la politique de la ville parce que les lieux où il-elles vivent, parfois, leurs situations, nécessitent une attention particulière pour tendre vers le droit commun.

L'autre secteur pour lequel VRAC s'engage, est le secteur agricole, et plus particulièrement celui de l'agriculture durable. Un modèle agricole qui se situe en rupture avec une politique alimentaire dominante qui a fracturé le monde agricole (agriculture biologique/paysanne/raisonnée/conventionnelle, syndicat majoritaire et lutte paysanne). L'innovation dans une telle situation consiste à penser une réponse à ces fractures qui se traduisent par des ruptures de vies. Comment relier mieux nourrir et mieux manger ?

VRAC connaît les difficultés des acteurs de l'aide alimentaire contraints de distribuer des produits non choisis, et parfois des produits dont la date de fraîcheur est dépassée. Les équipes savent qu'aujourd'hui en France, il n'y a pas d'autre choix pour répondre aux 8 millions de personnes qui recourent à l'aide alimentaire. C'est pourquoi, pour VRAC, innover consiste à ouvrir de nouveaux chantiers.



LE JOURNAL DE TERRAIN DE

## BÉNÉDICTE BONZI

Haute-Loire, octobre 2024,

“LES TISSERANDS”

Haute-Loire, octobre 2024.

Ce soir, j'interviens dans un centre social, je suis en voiture avec l'organisatrice, et nous échangeons. Elle me parle alors d'un livre,

*Les Tisserands, réparer ensemble les tissus déchirés du monde*, d'Abdenour Bidar<sup>27</sup>.

Est-ce parce que je suis plongée dans l'étude de VRAC, que j'ai l'impression que Chantal me parle du positionnement de ces équipes que je côtoie depuis des mois sans parvenir à décrire finement leurs

postures ? Il est question de tissage, et j'ai entendu très régulièrement le terme de dentelle dans mes échanges avec VRAC. Comme c'est assez surprenant de décrire une épicerie en parlant de dentelle, je l'ai noté. Et voilà que, dans cette voiture, il est à nouveau question de tissus. Chantal m'explique qu'elle a été saisie par ce concept, car ce livre rend compte de la force des liens qui permettent de réparer ce qui est en train de se déliter dans la société. D'après Bidar, pouvoir créer du lien tient à 3 choses.

« Le lien d'écoute et d'estime entre soi et soi, le lien de solidarité et de fraternité avec autrui, et le lien de symbiose avec la nature. ». Selon lui, c'est à la condition de porter ces 3 dimensions que l'on peut prendre en charge une partie de ce qu'il nomme la déchirure du monde.

Suite à cet échange, je plongerai dans l'ouvrage et trouverai un écho à des moments que j'ai eu l'occasion de partager durant cette enquête.

Lille, mai 2024, “TISSER DU LIEN”

Ce matin, nous sommes réunies en visio avec l'équipe de Lille qui participe à l'étude et souhaite mettre à plat les matériaux collectés. Huit personnes de l'équipe se sont rendues disponibles pour faire un pas de côté par rapport à leurs pratiques. Ils ont des attentes par rapport à cette étude aussi, ils ont investi l'outil du journal et de la description. Leur travail met en visibilité les choses qui sont

oubliées quand elles ne sont pas écrites. Ici, il s'agit de la succession de multiples tâches prévues et imprévues qui s'enchaînent dans un rythme soutenu. L'équipe prend la mesure qu'en notant ils créent de la donnée. Au-delà de cette prise de conscience, au cours de cet échange, il va se passer quelque chose de remarquable. Sans s'être concerté·es des membres de l'équipe ont choisi de décrire

dans leur journal de terrain le même temps d'épicerie. Habituee aux séances d'analyse de pratique dans le champ de l'éducation spécialisée je m'attends alors à mesurer des écarts de perception.

<sup>27</sup> Abdenour Bidar, *Les Tisserands, réparer ensemble le tissu déchiré du monde*, Les liens qui libèrent, 2023.

Or, chacun de sa place retraduit la même scène en situant très bien l'autre, sans aucune surinterprétation, mais avec une très grande bienveillance. Cette mise en récit collectif donne à voir une réelle complicité et attention aux collègues, ce n'est pas uniquement dans les écrits, mais dans la manière dont chacun-e s'écoute, sans se couper la parole en étant réellement attentif-ve. Lorsque, dans son carnet, l'un d'entre eux-elles déplore son énervement...

*« Je me suis demandé si je n'avais pas été trop sec, mais, dans le fond, je pense que ça a permis de recadrer. Personnellement, je n'avais pas la patience ce jour-là. »* (Sofiane, salarié de VRAC Hauts-de-France)

...une autre collègue décrit le contexte stressant et le climat de tension dû à des causes externes. L'impatience de Sofiane est alors reprise comme une information et non comme une faute. Sofiane n'est pas un collègue énervé, mais un collègue en train de gérer des difficultés, toute l'équipe est en fait attentive pour pouvoir prendre le relai si nécessaire. Les épiceries apparaissent dans toutes les descriptions comme des moments sous pression au cours desquels il faut être agiles, patient-es, attentif-ves, présent-es mais

pas trop, à l'écoute autant que possible. Alors que chacun-e lit sa description, je prends la mesure de tout ce que le système VRAC nécessite d'avoir en tête pour proposer autre chose. VRAC ce n'est pas un simple groupement d'achat, de nombreuses tâches sont nécessaires avant et après pour que ce projet vive. Il faut chercher des financements, et avoir la rigueur de suivi nécessaire pour justifier ces financements. Il faut aussi travailler avec les acteurs

**“CETTE MISE EN RÉCIT COLLECTIF DONNE À VOIR UNE RÉELLE COMPLICITÉ ET ATTENTION AUX COLLÈGUES, CE N'EST PAS UNIQUEMENT DANS LES ÉCRITS, MAIS DANS LA MANIÈRE DONT CHACUN-E S'ÉCOUTE.”**

locaux, garantir à l'équipe des temps pour penser le projet, faire tout un travail de communication entre les épiceries, accompagner des bénévoles, mobiliser des habitant-es, développer des achats «en direct producteur», s'assurer des relations (entre personne, avec les paysan-nes, avec les partenaires financiers) afin d'être sûre que tout le monde

s'y retrouve, avoir un œil sur tout, tant sur l'humain que sur l'opérationnel. Et malgré cette charge de travail considérable, le bilan est positif :

*« J'aime ça chez VRAC aussi, la possibilité de faire évoluer sans cesse nos outils de travail, notre organisation. Le projet est très agile, c'est une valeur qui me plaît beaucoup. Je repars « légère » sur mon vélo, vent de face, le sentiment d'avoir eu une journée utile et agréable. »* (Sandrine,

directrice de VRAC Hauts-de-France).

Si, ce jour-là, je perçois l'équipe de VRAC comme des Tisserands, au sens d'Abdennour Bidar, c'est parce que les notes de terrain et les entretiens réalisés avec les équipes révèlent des collègues extrêmement soudé-es et cohérent-es. Cette base solide est ce qui permet de développer des liens de solidarité et de fraternité avec tous-tes celles et ceux qui participent d'une façon

ou d'une autre au projet. En effet, dans plusieurs témoignages, les liens et les visites institutionnelles sont présentées comme des moments d'échanges, de rencontre au cours desquels il y a une attention particulière à montrer la consistance des liens :

*« Je discute 1h avec des financeurs, venu-es visiter ensemble l'épicerie. La dame*

*me pose des questions comme si elle n'avait pas du tout connaissance du projet. C'est agréable de tout expliquer « in situ », en s'appuyant sur ce qui se passe en vrai sous le regard des visiteur-ses. Plusieurs adhérent-es arrivent, me saluent chaleureusement pendant que je discute. Je prends le temps de leur répondre, c'est presque amical. C'est aussi l'image que j'ai*

*envie de renvoyer de VRAC. Une ambiance bienveillante. Des gens qui tissent des liens. Ça se sent, ça se voit, ça s'entend. » (Sandrine, directrice de VRAC Hauts-de-France).*

Et enfin la troisième dimension, la plus innovante, est le travail en direct avec des producteur-rices qui garantit un lien avec la nature et l'environnement, présent

de manière centrale dans le projet, tout comme l'absence de plastique avec toutes les contraintes que cela génère. Ainsi, c'est une approche systémique qui permet de renseigner de manière fine une posture qui fait ses preuves en termes de réduction de la fracture sociale, une manière de réparer la déchirure du monde par un travail quotidien.

Comment construire et faire vivre un réseau innovant par sa bienveillance, sa bientraitance, son écoute active, sa capacité à rejoindre une dynamique collective vers le droit à l'alimentation, et engager des producteur-ices dans cette aventure ? Autant le dire, il s'agit d'un travail tout en finesse, un travail de dentellière.

Chez VRAC, malgré l'intensité du travail, une attention toute particulière est consacrée au développement du réseau. VRAC organise des réunions, des séminaires. L'importance de soigner ces liens d'écoute, entre toutes les associations qui constituent VRAC, permet de développer et renforcer une identité collective. Lors de ces rencontres, des temps sont soignés pour partager les expériences, se nourrir les un-es les autres et prendre du recul en organisant des conférences. Des temps sont également proposés pour apprendre à se connaître en tant que « personne » dans des formes conviviales. Tout en connaissant une croissance importante, des départs et des arrivées, il faut savoir faire équipe.

**Chez VRAC, les collègues sont très important-es.** Dans les entretiens qui ont été menés auprès des salarié-es, ces liens sont centraux dans les motivations. **Il y a du plaisir à être et faire ensemble.** La qualité de ces liens internes est de permettre la solidité d'autres liens. Il s'agit de liens de solidarité et de fraternité avec autrui, que ce soit les adhérent-es ou les partenaires. La stratégie de VRAC est que chaque association puisse venir grandir dans son propre espace pour multiplier ses liens et son ancrage dans le territoire tout en se sentant portée, soutenue. Un ancrage qui superpose deux dimensions habituellement antinomique : le quartier, avec sa diversité d'acteur-rices, et le monde paysan.

Si la forme de cette structure tend à permettre l'émergence de liens fondés sur la multiplicité, la matérialité de ces liens révèle également une part importante de la spécificité de VRAC : ces liens sont portés par des personnes.

Les équipes de VRAC peuvent faire ce qu'elles font comme elles le font parce qu'elles croient en un projet de société commun. Un projet partagé par les adhérent-es dont on reconnaît le pouvoir d'agir.

*« Les valeurs avec lesquelles j'ai grandi, j'ai pas vu mieux Juliette, j'ai pas vu mieux. Tu te contentes du peu et tu partages, c'est la base. Les un-es mangeaient chez les autres. Les échanges, c'est ça la richesse. Si tu veux recevoir et bah tu donnes, et quand tu donnes et bah tu reçois beaucoup, l'estime, la gratitude. C'est ce qui fait de nous des humains. »*

Touria, adhérente de VRAC Paris, entretien réalisé par Juliette

Rendre du pouvoir d'agir aux adhérent-es de VRAC et garder un pouvoir d'agir en tant que réseau est une perspective innovante qui contribue à retisser des liens, et permet de cheminer vers le droit à l'alimentation. Les outils d'éducation populaire utilisés révèlent le travail

nécessaire pour adopter une approche capable de rompre avec des formes de dominations, voire d'oppressions, admises dès lors que bien manger apparaît comme un privilège.

**“ LA QUALITÉ  
DE CES LIENS  
INTERNES EST  
DE PERMETTRE  
LA SOLIDITÉ  
D'AUTRES  
LIENS. „**



GRILLE D'ÉTUDE D'IMPACT  
SUR LE POUVOIR D'AGIR

Cette grille permet à chaque structure de mesurer des actes peu visibles ou invisibilisés et de valoriser un travail de fond sur une année, ou toute autre durée jugée opportune par les équipes.

| LA FORCE DES LIENS                 | Les liens à la nature              |                           |                               |                            |         |              |                          |
|------------------------------------|------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|----------------------------|---------|--------------|--------------------------|
|                                    | Les liens aux autres               |                           |                               |                            |         |              |                          |
|                                    | Les liens internes                 |                           |                               |                            |         |              |                          |
| ORGANISER LA PARTICIPATION         | Formation continue                 |                           |                               |                            |         |              |                          |
|                                    | Travail en réseau                  |                           |                               |                            |         |              |                          |
|                                    | Pratique de la convivialité        |                           |                               |                            |         |              |                          |
| LES CONDITIONS DE LA PARTICIPATION | Permettre de bénéficier d'une part |                           |                               |                            |         |              |                          |
|                                    | Permettre de donner une part       |                           |                               |                            |         |              |                          |
|                                    | Permettre de prendre part          |                           |                               |                            |         |              |                          |
|                                    |                                    | ACTIONS PRÉVUES RÉALISÉES | ACTIONS NON PRÉVUES RÉALISÉES | INDICATEURS DE RÉALISATION | ANALYSE | PERSPECTIVES | DÉTAILS DES FINANCEMENTS |

## Partie 3

# LA PUISSANCE D'UNE ALIMENTATION choisie

Des deux côtés de la table, les recettes se partagent. Passer du vrac au détail requiert du temps, on sort de l'urgence. Les relations ne durent pas une seconde, mais plusieurs minutes, le temps de verser le kilo de sucre ou les 200g de

thé dans le récipient qui nous est tendu. Parfois, les discussions se prolongent. Dans les moments de creux, chacun-e discute avec celles et ceux qui servent à côté. On se présente, on se tutoie. Derrière la balance, les

adhérent-es parlent des produits et de comment il-elles les cuisinent. « Porridge à la semoule de maïs », « taboulé libanais à la menthe », « champignons caramélisés aux échalotes et au persil ».

**“ « PORRIDGE À LA SEMOULE  
DE MAÏS », « TABOULÉ LIBANAIS  
À LA MENTHE », « CHAMPIGNONS  
CARAMÉLISÉS AUX ÉCHALOTES  
ET AU PERSIL ». „**

---

Extrait journal de terrain,  
Juliette Chattelard de VRAC Paris

## CHOISIR SON ALIMENTATION

Choisir son alimentation, c'est avoir la possibilité de parler de ce que l'on va cuisiner, puis d'inventer ou reproduire, faire vivre des traditions, mettre des touches de soi en plus. **Cuisiner, c'est mettre un peu de soi dans un plat, à condition d'avoir accès à des ingrédients variés en quantité et qualité(s).** Choisir son alimentation, c'est également pouvoir refuser des produits sans avoir à s'en justifier. À VRAC, le rôle de chaque produit du catalogue est essentiel, car il lie et permet de faire la différence avec d'autres sources d'approvisionnement.

## DÉFINIR DES CRITÈRES

Au VRAC, les produits sont choisis sur des critères réfléchis en commun et en conformité avec les valeurs du projet associatif. La place qui est donnée au choix et ce que cela génère sont plus importants que ce que l'on peut l'imaginer.

## DE L'INJUSTE PRIX DE L'ALIMENTATION ...

En effet, dans l'étude [L'injuste Prix de Notre Alimentation. Quels coûts pour la société et la planète ?](#)<sup>28</sup>, force est de constater que le produit dans l'agro-industrie est corrélé à un prix. Le prix apparaît comme un tout et surtout comme un verrou pour celles et ceux qui voudraient faire autrement<sup>29</sup>.

L'étude explique la manière dont l'agro-industrie et les supermarchés s'appuient sur des produits best-sellers tels que le « Nutella », le camembert « Président ». Si ces produits représentent une faible part du chiffre d'affaires des supermarchés, ils sont vendus en masse, car présents partout. Grâce à eux, le client est attiré vers d'autres produits qui, eux, se livrent une guerre de prix infernale. Parler de « guerre de prix », c'est imaginer l'impossibilité

pour le-la producteur-riche de pouvoir vendre au prix juste pour son travail. L'étude nous entraîne ensuite vers un autre constat majeur : pour être compétitifs, ces produits nécessitent un système d'avantages fiscaux et d'allègements de charges. Ils sont donc fortement subventionnés<sup>30</sup>. Si les producteurs-riches, les transformateurs et les revendeurs ne peuvent pas vivre des produits, il faut avoir en tête que cela est compensé ! En d'autres termes, les produits que l'on pense moins cher peuvent l'être, car les impôts en ont déjà payé une partie. Dans ce système, les consommateur-rices ne choisissent pas grand-chose si ce n'est une marque. Ainsi, comme le renseigne l'étude menée par Ipsos et RESPECT'in, ce sont 60% de personnes qui estiment manquer d'informations sur les produits qu'elles achètent<sup>31</sup>.

## ... À LA PUISSANCE DE L'ALIMENTATION

### Assembler

**Assembler ces constats indique à quel point choisir son alimentation devient quelque chose de puissant.**

Même si les quantités semblent confidentielles, un autre chemin est montré ! Le produit n'est pas en tension sur un prix à baisser, mais sur d'autres critères qui justifient le prix de l'alimentation. Offrir un choix basé sur des valeurs écologiques et sociales, et non de la concurrence marketing, permet de regarder ce que produisent ces produits choisis dans la vie des mangeur-ses, pourquoi et comment.

### Partager

**Partager une table nécessite d'entrer dans l'intimité de l'autre,** de son choix de produit à sa manière de le préparer. On découvre des préférences et des convictions à la condition que celui-celle qui nous ouvre sa table ait les moyens de choisir ce qu'il-elle met dessus !

<sup>28</sup> [L'injuste prix de notre alimentation. Quels coûts pour la société et la planète ?](#) Secours Catholique, Réseau CIVAM, 2024.

<sup>29</sup> Ibid. p. 42.

<sup>30</sup> Ibid. p. 77.

<sup>31</sup> [Alimentation : les Français ne font pas confiance à la grande distribution.](#) Le Point, 2013.

L'expérience de manger ensemble est au cœur des associations VRAC ce qui implique une relation intime. Ainsi, des secrets s'échangent quand on divulgue sa recette, quand explique pourquoi on mange moins certains aliments et plus d'autres ... On en arrive même à parler de ses intestins ! Cette entrée en relation est décrite ici, par la vie du produit qui, du fait du conditionnement en vrac, devient une matière en circulation qui peut dès lors prendre son temps et donner vie tant au projet qu'aux échanges entre personnes, car, pour partager son intimité, il faut avoir le temps de se parler.

### S'envoler

Pierre-Richard a passé 6 mois en observation participante à VRAC Bordeaux. Il résume ainsi ce que génère une alimentation choisie depuis la possibilité d'une réduction de 50% liée au Fond Mieux Manger Pour Tous : **« Moi, j'ai pris l'habitude d'observer des scènes de joies. Les gens font de grosses commandes et après il-elles s'envolent ! »**. Cette métaphore permet de se représenter l'importance de ce qui ne se mesure pas en poids, mais qui pèse dans la vie des personnes : le sentiment de joie. À travers les entretiens réalisés auprès des adhérent-es, il ressort que cette joie circule avec les produits. On peut suivre une figue qualifiée de « très bonne », observer son arrivée et son installation sur la table du VRAC, puis l'émerveillement qu'elle va susciter et enfin sa présence sur la table du petit déjeuner dont l'adhérent-e rend compte avec gourmandise. Ainsi, le produit joue un rôle très important. Un rôle qui va pouvoir durer au-delà du temps imparti au groupement d'achat.

### Le rôle des produits

Dans cette partie, plusieurs exemples permettront de rencontrer des produits (huile d'olive, œufs, etc.)

et la manière dont ils relient des mangeur-ses, des producteur-rices, des salarié-es. Les produits racontent des histoires. Ils témoignent d'une capacité de changement et d'adaptation, de besoins réels, d'envies et de plaisir. Ils montrent qu'il est non seulement possible, mais important de ne pas simplement se nourrir, mais aussi de faire et laisser choisir.

## **“ AINSI, DES SECRETS S'ÉCHANGENT QUAND ON DIVULGUE SA RECETTE, QUAND EXPLIQUE POURQUOI ON MANGE MOINS CERTAINS ALIMENTS ET PLUS D'AUTRES. „**

En effet, les produits qui constituent les paniers des adhérent-es de VRAC sont choisis collectivement.

Ils sont appréciés et attendus. **C'est à travers les produits que des traits d'union sont faits avec la santé**

(un sentiment de pouvoir prendre soin de soi) ou **le monde paysan** (la possibilité d'acheter de bons produits en direct). Les critères sont simples : il faut que ce soit bon au goût, il faut que ce soit simple, pas transformé ou très peu, il faut le payer au prix juste pour celui-celle qui produit.

À VRAC, le produit choisi façonne les groupements et leurs histoires. L'achat en gros, c'est celui de VRAC, mais c'est ensuite un acte individuel (la commande), possible, car commun (qui permet d'agir sur le prix, etc.) qui constitue une part des corps de ceux-celles qui mangent. Chaque produit vient constituer ces personnes qui mangent la même chose, et les personnes deviennent un corps qui partage une expérience sensorielle forte. L'alimentation choisie permet de dépasser le besoin de manger pour accéder aux autres dimensions contenues dans l'alimentation (particulièrement ce qui permet de proposer d'en définir la qualité).

Parler de la qualité des produits est souvent subjectif. Certain-es aiment, d'autres pas, pour des raisons qui peuvent être personnelles. Lorsqu'il s'agit d'acheter en commun, il est intéressant de saisir ce qui va être acceptable par le groupe pour parler de cette qualité. À ce titre la croix de Mainguy est un support intéressant. Ainsi, en 1990, un rapport est commandé par le ministère de l'Agriculture.

Il s'interroge sur la qualité dans le domaine agroalimentaire. Ce rapport, souvent cité par le Conseil National de l'Alimentation (CNA), fait date car il rend compte de la complexité de qualifier la qualité alimentaire, en dépassant des formes de subjectivité.

## A - PARLER DE QUALITÉ, LA CROIX DE MAINGUY

Sa proposition consiste à croiser un axe visible et un axe invisible autour de 4 S + 1 (car la dimension sociale est venue s'ajouter plus tard). Les « 4 S » sont la Satisfaction, la Sécurité, la Santé et le Service.

Il entend par Satisfaction l'éveil de toutes les qualités organoleptiques au contact du produit. Si l'on reprend l'exemple de la figue, il y a la vue, puis l'odeur, le toucher et enfin le goût. Ainsi, dans une distribution VRAC, la satisfaction est immédiate au moins par la stimulation de 3 sens : je vois la figue, je sens son odeur, je la touche pour la mettre dans mon contenant (et assez souvent j'en goûte une au passage !). Ce sentiment de satisfaction produit quelque chose sur le-la mangeur-se : il-elle se sent digne (parce qu'il-elle accède à un produit de très bonne qualité) et il-elle éprouve du plaisir (parce que c'est bon.).

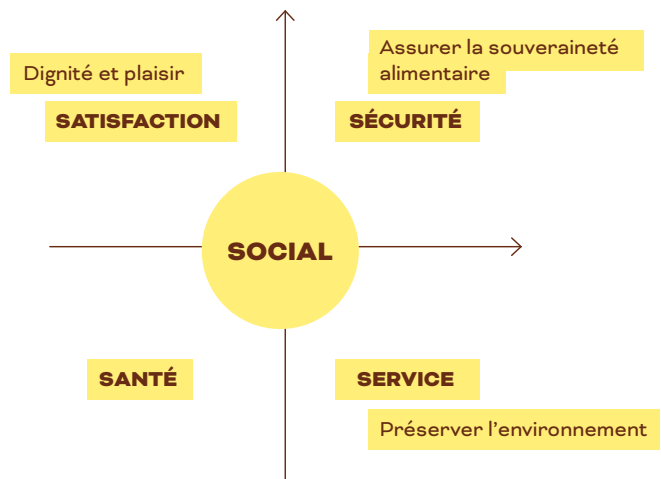
*« Ce n'est pas un besoin, mais c'est un plaisir, je dirais, d'avoir de bons produits. Les produits que j'achète, je pourrais les trouver ailleurs, mais je trouve que ce que je prends au VRAC, c'est vraiment des très bons produits et je m'y suis attachée. Si j'avais plus ces produits, ça me manquerait, je crois. »*

Valérie, bénévole-adhérente de VRAC Strasbourg, propos recueillis par Jonas.

Concernant le Service, il s'agit d'observer l'accessibilité et la facilité d'usage du produit.

Les épiceries sont une réponse puisque le produit est rendu accessible en s'installant au pied de l'immeuble, dans les maisons de quartiers ou centre sociaux de proximité. À cela s'ajoute toute une logistique pour permettre à chacune de se servir ou d'être servie dans de bonnes conditions.

### Croix de Mainguy



À VRAC, comme cela a été expliqué précédemment, la convivialité est au cœur du service, un service de grande qualité où rien n'est laissé au hasard, mais une réelle flexibilité garantit la participation. **Il ne s'agit donc pas d'un service passif, mais bien de voir dans cette qualité l'importance de prendre en compte l'agentivité, soit les intentions des participant-es**, et ici plus particulièrement la possibilité de faire plus que d'acheter à manger en rendant possible et centrale la préservation de l'environnement.

*« On a les mêmes valeurs avec VRAC : proximité, bio, l'environnement. Pas de plastique, on évite ça ! Je n'achète pas de sachet. Ce genre de système ça m'a beaucoup plu ! ».*

Necibe, adhérente de VRAC Strasbourg, entretien réalisé par Jonas

La Sécurité établit tout ce qui est de l'ordre de la prévention de risque sanitaire. À VRAC comme ailleurs, le professionnalisme est de rigueur pour garantir les règles de sécurité. Les équipes sont formées. Or, aujourd'hui, la sécurité dans le système alimentaire peut tendre à une gouvernance par les normes. Aussi, le projet VRAC prend la sécurité dans une dimension plus large. **Il est important que les adhérent-es aient confiance dans les produits parce qu'il-elles connaissent les producteur-rices.**

Nombre d'entre eux-elles ont pu exprimer, au cours d'entretiens, de la défiance face au « bio » du supermarché. Ainsi, VRAC fait correspondre la sécurité aux valeurs défendues par les paysan-nes dans l'objectif de souveraineté alimentaire. **La sécurité est garantie dans la relation de confiance entre**

**producteur-rices et mangeur-ses** dans un système où celles et ceux qui mangent sont rassuré-es par le fait de connaître celle ou celui qui produit. C'est un moyen de rendre de l'autonomie aux producteur-rices en faisant confiance à leurs choix, ce dont témoigne Luc qui travaille avec VRAC sans avoir besoin de certification bio :

*« Mes parents ont très tôt fait de la protection biologique intégrée. En 1986, il-elles ont vraiment commencé à mettre des prédateurs dans les fermes et non pas des insecticides. Moi, j'ai grandi avec cet esprit-là et j'ai continué quand j'ai repris. Du coup, on n'est pas une exploitation bio et j'ai choisi de ne pas le devenir au regard de ma liberté. »*

Luc, maraîcher et fournisseur de VRAC Bordeaux, entretien réalisé par Pierre-Richard

## **“LA SÉCURITÉ EST GARANTIE DANS LA RELATION DE CONFIANCE ENTRE PRODUCTEUR·RICES ET MANGEUR·SES..”**

À propos de la santé, il s'agira de retrouver dans le produit des vitamines et autres éléments nutritifs indispensables pour vivre en bonne santé. Cette condition est facile à remplir dans le cahier des charges de VRAC, puisque la très grande majorité des produits sont bruts.

Les deux points intéressants qui ressortent de cette étude autour de la santé et du produit sont, d'une part, les témoignages d'adhérent-es qui confient éprouver un sentiment d'amélioration de la santé grâce au VRAC et, d'autre part, depuis la mise en place du tarif à «-50%»,

le témoignage de bénévoles-adhérent-es qui pensent que les personnes inscrites assez récemment au tarif à -50% ne sont pas soucieuses de la relation produit/santé, qu'elles viendraient uniquement pour le prix.

*« Il-elles viennent parce que le prix est attractif et que ça leur revient moins cher. Il-elles ne sont pas dans cette démarche pour la santé. C'est parce que ça leur revient moins cher d'acheter au VRAC que d'acheter en grande surface les prix les moins chers. Donc, ça leur permet d'avoir les prix pratiquement pareils, du bio aux prix des premiers prix en grande surface. Mais il-elles ne sont pas encore dans cette démarche de se dire que c'est pour la santé. »*

Souad, bénévole-adhérente de VRAC Strasbourg, entretien réalisé par Jonas

Ce constat, fait par une habitante du quartier à propos de personnes qu'elle connaît et fréquente, renvoie au fait que la santé comme l'alimentation sont aujourd'hui des lieux de distinctions sociales et d'affirmation de privilèges. Aussi, le témoignage des adhérent-es qui affirment pouvoir améliorer leur santé grâce au VRAC est à relier à cette impression que certain-es viendraient chercher uniquement une bonne affaire, car cela rend compte d'un chemin parcouru.

**Ce n'est pas une évidence de se mettre à manger des produits de grande qualité quand on a de faibles revenus. Il y a tout un travail pour s'autoriser « ces produits ».**

Pourtant, lors des entretiens comme celui d'Aynima, il-elles ont été nombreux à faire ce lien :

*« Je pense que la nourriture c'est important pour ta santé, tes pensées. Plus tu manges bien, plus tu penses bien. Tu manges pas bien, t'auras des difficultés. C'est ma conception en fait. Je ne sais pas si c'est vrai. C'est vraiment fondamental de bien manger. C'est ce qui nous fait tenir debout, c'est ce qui nous fait réfléchir, c'est ce qui nous tient en bonne santé. »*

Aynima, adhérente de VRAC Bordeaux, entretien réalisé par Pierre-Richard

Enfin, la dimension Sociale consiste dans le **respect des cultures et des règles éthiques, et c'est à travers cette dimension que l'alimentation devient un vecteur de cohésion sociale, d'émancipation des quartiers populaires.** À ce titre, la dimension sociale de la croix de Mainguy est centrale chez VRAC. **VRAC est avant tout un projet pour les habitant-es des quartiers, construit avec eux-elles dans le respect de ce qu'ils et elles considèrent comme important.**

**“ LA SANTÉ COMME L'ALIMENTATION SONT AUJOURD'HUI DES LIEUX DE DISTINCTIONS SOCIALES ET D'AFFIRMATION DE PRIVILÈGES „**

**Le produit est important, car il est un vecteur de démocratie.**

*« L'un des enjeux les plus ordinaires, si je peux dire, c'est la possibilité pour chaque personne de choisir l'alimentation qui lui convient. Là encore, même quand on a les moyens de se nourrir, on n'a pas forcément les moyens de se nourrir comme on le souhaiterait. C'est un enjeu qui reste. Même si on remplit l'estomac, on ne le remplit pas avec ce qu'on voudrait. C'est un autre enjeu de démocratie, ça concerne toujours l'accès à l'alimentation. Voilà. La démocratie alimentaire, c'est comme la démocratie politique, il y a beaucoup d'éléments dedans. Mais, le plus important, c'est l'accès. »*

**François Collart Dutilleul, docteur en droit, auteur de Nourrir quand la démocratie alimentaire passe à table, propos recueillis par Pierre-Richard**

Dans ce parcours démocratique, l'importance du produit est telle qu'il peut lui aussi entrer en scène et devenir un acteur avec ses déterminants : permettre d'être en bonne santé, donner la possibilité de préserver l'environnement, participer à la juste rémunération des paysan-nes, se sentir digne tout en ayant la possibilité de prendre du plaisir.

L'agilité du projet est de permettre aux produits de jouer ces rôles en levant des obstacles importants sur l'accès à une alimentation de qualité, produite localement, etc.

Car, comme le rappelle Didier :

*« Bien manger, c'est compliqué. Je ne me situe pas dans les catégories sociales en difficulté. Mais j'y ai été, à une époque, en grande difficulté ! Pour moi, bien manger c'est ne pas avoir à se poser la question de ce qu'on va manger le lendemain. (...). Pour bien manger, faut savoir qu'on pourra manger. Parce que tant que ça c'est pas réglé, se poser la question du « bien », de la « qualité », cela veut rien dire ! »*

**Didier, bénévole-adhérent de VRAC Bordeaux, propos recueillis par Pierre-Richard**

L'organisation d'un groupement d'achat et sa temporalité permet de passer commande et donc de sécuriser une partie de son alimentation en consacrant un budget à l'avance, en ayant la possibilité de le réajuster si besoin. Cette projection permet de peut-être finir le mois en mangeant des pâtes, mais des pâtes d'une qualité choisie parce que bien manger peut redevenir ici aussi une préoccupation de premier ordre !



## B - DES PRODUITS QUI PERMETTENT DE SE SENTIR EN MEILLEURE SANTÉ

« Quand on n'a pas les moyens, c'est un énorme privilège. En fait c'est capital. (...) Et je le sais à mon propre détriment. (...). La santé passe par l'alimentation. Cela ne fait pas tout, mais c'est hyper important. La dernière fois, mon compagnon regardait le jambon premier prix. Les jambons blancs premier prix ce n'est même pas du 100% jambon. Il n'y a que 95 % de jambon. Et donc, quand on n'a pas d'argent, finalement, on n'a pas le choix. Si on veut manger du jambon, on va prendre celui qui n'est pas tout à fait du jambon. »

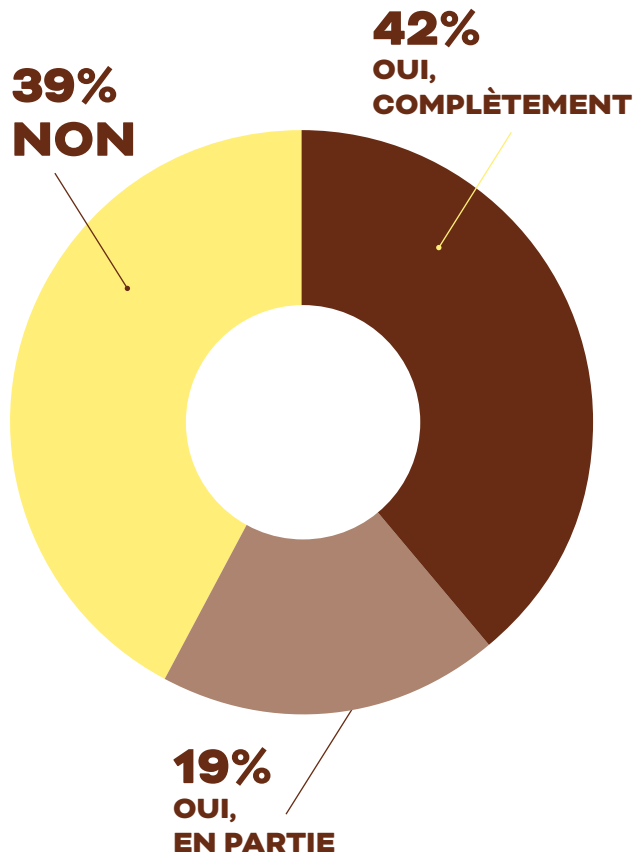
Sandra, adhérente de VRAC Bordeaux, entretien réalisé par Pierre-Richard

### LA SANTÉ ENCORE UN PRIVILÈGE !

Dans ce témoignage, on constate que, pour certaines personnes, être en bonne santé relève d'un privilège auquel il-elles n'ont pas ou plus droit. Sandra a 40 ans, elle perçoit une Allocation Adulte Handicapée (AAH), et elle a conscience que, pour être en bonne santé, elle doit bien se nourrir. Malgré ce qu'elle sait, son budget, sans VRAC, ne lui permet pas d'accéder aux mêmes produits. **À VRAC, 98% des adhérent-es ont des attentes sur la qualité sanitaire des produits.** En effet, être en situation de précarité, c'est concret. Ça veut dire sauter des repas, manger ce qu'il y a, manger parfois trop par peur de manquer à nouveau, et souvent être dans l'impossibilité de répondre aux recommandations sanitaires. Sandra l'explique, cela ne lui convient pas, mais elle, elle doit manger du jambon qui n'en est pas vraiment.

### AVEZ-VOUS LE SENTIMENT DE NE PAS ACCÉDER À UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ SANS VRAC ?

(Question posée aux adhérent-es)



Dans son étude publiée en octobre 2024<sup>32</sup>, le Centre de Recherche pour l'Étude et l'Observation des Conditions de vie (CREDOC) souligne que 58% des personnes précaires ont conscience de l'influence de l'alimentation sur leur santé, contre 84% des personnes qui ont accès aux produits alimentaires qu'il-elles souhaitent, soit un écart de 26 points. Faut-il interpréter que 42 % des personnes en situation de précarité n'ont pas conscience de l'influence de l'alimentation sur leur santé ?

Les entretiens qualitatifs menés avec des couples en situation de précarité économique indiquent que la priorisation tient à d'autres arbitrages.

<sup>32</sup> [Les difficultés des ménages précaires à suivre les recommandations alimentaires de santé publique](#) - Note de synthèse n°41, CREDOC, 2024.

Faire en sorte que, conformément à ce qui est indiqué dans le droit à l'alimentation, les personnes puissent penser l'alimentation comme un moyen de vie, et non de survie, est un enjeu important. Derrière cet enjeu, c'est celui du droit à la santé qui est posé.

Dans notre étude, le fait que 98 % des adhérent-es viennent pour avoir accès à une nourriture bonne pour leur santé révèle une surreprésentation de cette conscience par rapport à l'étude du CREDOC. Le dispositif d'enquête basé sur des entretiens qualitatifs d'au moins 30 minutes rend compte de la manière dont les adhérent-es ont investi ces moments d'échanges pour partager cette préoccupation dans des détails, comme cet exemple du jambon.

### L'ALIMENTATION, UNE QUESTION DE SANTÉ PUBLIQUE

Bien se nourrir est une question de santé publique. Pouvoir y répondre concrètement est une vraie fierté pour les équipes de VRAC.

**La robustesse du projet est en effet de s'appuyer sur les besoins des personnes des quartiers populaires afin qu'il-elles ne s'adaptent pas à des offres pensées pour eux-elles, mais qu'il-elles puissent créer l'offre qui leur correspond.** Pour les adhérent-es, la santé est bien une très forte préoccupation, comme en témoignage Fadia ou Abdel :

*« Tout est traité, ça aussi, ça a accentué mes douleurs, mes allergies. Donc, là, je compense avec VRAC. [...] on cherche à se soigner, à éviter les douleurs, à avoir moins mal. Personnellement, ça m'aide à moins souffrir ».*

Fadia, adhérente de VRAC Paris, entretien réalisé par Juliette

*“J'achète des trucs bio, ou produits pas loin de la région parisienne. Moi, je me débrouille, faute de moyens, mais je donne la priorité à ma fille. Elle a 12 ans, je préfère qu'elle grandisse sans tout ce qu'il y a dans l'alimentation industrielle. Malheureusement, il y a beaucoup de saloperies. Elle a toute sa vie devant elle, alors, c'est pas comme pour un vieux [il rigole] !”*

Abdel, bénévole-adhérent de VRAC Paris, entretien réalisé par Juliette

L'apport tous les mois de produits sains et accessibles est associé, dans les témoignages, à cette impression d'amélioration de la santé et à cette conviction de pouvoir offrir le meilleur à ses enfants.

Les 44 entretiens qualitatifs menés dans quatre territoires sur lesquels intervient VRAC (Bordeaux, Paris, Strasbourg et Brest) **témoignent donc d'une conscience immense sur les revers de l'alimentation, allant des préoccupations de santé jusqu'au dérèglement climatique. Cela contraste avec des idées préconçues sur les habitant-es des quartiers populaires.** À VRAC, le constat est que, dès lors que les conditions le leur permettent, comme tout le monde, les habitant-es des quartiers populaires ont la volonté de bien se nourrir. Il-elles sont souvent renseigné-es **et n'ont nullement besoin d'être « éduqué-es » à mieux manger ou mieux cuisiner.**

Cela relève souvent de leur éducation, de leurs origines et des habitudes qu'il-elles ont gardé plus jeunes, **de manger des produits naturels cultivés à côté de chez eux-elles, et dont il-elles ont gardé le goût.** C'est donc une violence forte de corréler l'impact de la précarité alimentaire aux connaissances contre laquelle VRAC agit au quotidien.

Car, comme le confie Touria :

*« Les magasins bio, je rentrais, mais je ne pouvais pas acheter et pourtant, on est au courant que c'est moins de pesticides, que c'est de la qualité. La santé n'a pas de prix et on est très conscient-es de ça. Mais quand tu as un panier de quelques kilos à 20-30€ ou plus, on ne peut pas se permettre. »*

Touria, adhérente de VRAC Paris, entretien réalisé par Juliette

### LES BATAILLES MENÉES : LE CAS DE L'HUILE D'OLIVE

Ce rapport souhaite articuler les pratiques de VRAC au cadre théorique. Aussi, le cas de l'huile d'olive sera ici utilisé pour affirmer **l'importance de prendre en compte les critères retenus par les premier-es concerné-es** et le rôle de VRAC de porter cette parole auprès des instances décisionnaires.

Ça pourrait démarrer dans n'importe quel VRAC tant l'huile d'olive est un produit « phare ». Elle est l'emblème du régime crétois, de la longévité. Elle est ce bon gras, une alliée face au cholestérol. Mais elle est aussi le point de départ de nombreuses recettes des adhérent-es. Aujourd'hui, dans les commerces, il y a de l'huile d'olive pressée à froid, extra-vierge et bio, et de l'huile d'olive bon marché qui a été chauffée. Les qualités nutritives vont changer lorsque l'huile n'est pas pressée à froid. Depuis l'inflation, ce produit est devenu très cher, le prix au litre a parfois doublé. Aussi, l'huile d'olive est un produit pour lequel on va adhérer à VRAC, pour obtenir un prix accessible, notamment depuis l'inflation.

Notre histoire débute à Lyon, où Boris Tavernier, cofondateur de VRAC, est décrit comme un dealer d'huile d'olive :

*« Je vais partir du tout début, dans ce cas-là. Moi, j'ai connu VRAC vraiment au tout, tout, tout début par un article dans Rue 89<sup>33</sup> où Boris était décrit comme un dealer d'huile d'olive dans la cité et on voyait, à travers cet article, déjà, que VRAC ne cherchait pas à imposer un modèle, mais proposer quelque chose et discuter avec les gens. C'était vraiment un travail en commun avec les gens de la cité. »*

Nathalie, productrice de fromages de chèvre de VRAC Lyon, entretien réalisé par Bénédicte

<sup>33</sup> En banlieue lyonnaise, « je suis le dealer de zit zitoun », Rue89 Lyon, 2015.

Elle se poursuit à Brest, où, à la suite d'une inflation, l'huile d'olive devient un sujet pour le groupement. Les adhérent-es n'envisagent pas la disparition de ce produit de leurs achats. Il-elles vont donc s'associer aux salarié-es pour rechercher de nouveaux fournisseurs.



C'est une bénévole qui va proposer un producteur en Grèce.

*« Notre adhérente à Pontanézen, Naomie, qui a des ami-es en Grèce, a trouvé un fournisseur d'huile d'olive qui pourrait nous avoir de l'huile d'olive à 10 euros le litre. Elle nous a ramené un échantillon qu'on a fait goûter à quelques personnes (...) ».*

Fred, directeur de VRAC Brest, entretien réalisé par Sidi

**Si le prix est important, le choix se fait par les sens : il faut goûter.**

Les adhérent-es goûtent lors du café-produit<sup>34</sup> et choisissent cette huile comme la nouvelle huile de VRAC. Ainsi, voilà le groupe soulagé, il-elles ont trouvé comment conserver dans leur catalogue un produit de qualité. Pourtant, dans ce même moment, il se passe quelque chose au niveau de l'arène nationale. Dans le cadre de l'attribution du Fond Mieux Manger Pour Tous, il est question de dérembourser l'huile d'olive. Lorana Vincent, déléguée générale de VRAC France, explique qu'elle va alors défendre ce qu'elle juge être un besoin pour les personnes dans les hautes instances. Au sein des groupements, l'inquiétude est telle que des habitant-es – adhérent-es du 18<sup>e</sup> arrondissement de Paris se sont mobilisé-es pour défendre l'huile d'olive devant la DGCS (Direction Générale de la Cohésion Sociale). Au sein des équipes, cette préoccupation est travaillée lors d'un séminaire rassemblant l'ensemble des coordinateur-ices de VRAC, en janvier 2025, où un espace de dépose de la parole est proposé pour envisager ce qu'il faudrait faire si l'huile d'olive était supprimée du fond. Heureusement, le soir même, à 18h, le mail de la DGCS tombe : l'huile d'olive fera toujours partie des produits éligibles, car elle est recommandée au Plan National Nutrition Santé (PNNS) !

## B - DONNER LA POSSIBILITÉ DE PRÉSERVER L'ENVIRONNEMENT

*« Commander prend du temps : il faut regarder ce qu'on a, ce qu'on n'a plus. Essayer de penser à ce qu'on a consommé le mois dernier. Se libérer sur le temps de la distribution, prévoir la veille les contenants. Oui, ça prend du temps, mais, en fait, tout prend du temps si on veut faire les choses bien. Ouais, parce que nous, on est aussi dans une démarche vraiment du... enfin... zéro déchet, parce qu'on arrive évidemment pas à atteindre ... et donc là, n'importe quelles courses prennent du temps dès qu'on est que dans du vrac, ou à récupérer ces contenants, à réfléchir si ça va rentrer dedans. On a pris l'habitude que ça prenne du temps. »*

Marion, adhérente de VRAC Rennes, entretien réalisé par Nolwen

<sup>34</sup> Moments importants dans les VRAC de réunions au cours desquelles des produits sont goûtés en vue d'être insérés dans le catalogue.

## IDÉES REÇUES SUR LES CLASSES POPULAIRES ET L'ENVIRONNEMENT

Beaucoup d'idées reçues circulent sur le rapport à l'environnement des classes populaires. Dans la manière dont Marion explique qu'elle souhaite faire du zéro déchet, on peut noter une certaine hésitation qu'elle n'a pas eu sur d'autres sujets dans l'entretien. Elle se reprend pour qualifier sa démarche : est-elle – vraiment –, et si elle est vraiment, ce serait vraiment quoi ? Aussi, elle conclut par « enfin zéro déchet ». Quand on lit ce témoignage, on ressent que ce n'est pas une évidence de pouvoir exprimer que l'on a des préoccupations pour l'environnement quand on a besoin d'un tarif à -50% et que l'on a peu de marge pour se nourrir.

Souvent, les analyses proposées découlent de l'observation de la consommation. En d'autres termes, les habitant-es des quartiers populaires ne sont pas client-es des magasins bio et des boutiques qui proposent tout en vrac, donc ça ne les intéresse pas. Cette approche est réductrice et invisibilise les causes en exposant une conséquence.

Selon Fatima Ouassak, il est important de prendre en compte les murs infranchissables érigés à travers le prix, la distance géographique et la distance culturelle. Dans son approche est dénoncée avec force une hypocrisie des classes dirigeantes qui encouragent le bien manger pour toutes et tous, alors que l'on sait que la France ne produit pas cette nourriture dans une quantité suffisante pour que l'ensemble de la population y prétende. Elle explique que : « Il est donc généralement admis que bien manger est réservé à une minorité qui le mérite – parce que riche et/ou écolo – et que la question de la justice sociale ne se pose qu'avec la nourriture industrielle – comme en témoigne le secteur de l'ESS, les épiceries solidaires, les maraudes, etc. Cette nourriture industrielle, outre qu'elle tue les individus à petit feu, tue parfois brutalement des enfants avec des barres chocolatées ou des pizzas rendues toxiques par leurs conditions de production. Mais le danger de mort qu'elle fait planer est amorti par les assurances, et de toute façon la mort ne sera pas chère payée. Les profits valent plus que la vie et la santé des plus pauvres. ».<sup>35</sup>

## AGIR EN CONSCIENCE LÀ OÙ L'ON VIT

**VRAC, dans sa pratique, impose une contrainte** : celle de devoir prévoir et apporter ses contenants tout en souhaitant faire en sorte

que l'alimentation de qualité ne soit pas réservée à une minorité. Cette pratique introduit un caractère militant à l'acte d'achat et rejoint cette fameuse « écologie pirate » défendue par Fatima Ouassak, dont l'essence est de démontrer qu'il n'y a pas de fatalité. VRAC casse des murs symboliques. VRAC permet d'habiter en s'installant dans le quartier et en permettant de dépasser le mur de la distance géographique. VRAC permet d'exister en proposant de partager des recettes, des temps conviviaux et d'être engagé-e dans un combat écologique affirmé. Ceux-ci cassent la distance culturelle. Enfin, VRAC agit concrètement sur le prix par une démarche visant le prix coûtant, un tarif à -10% et, aujourd'hui, un tarif à -50% avec le Fond Mieux Manger Pour Tous. Le projet de VRAC répond à une envie des adhérent-es d'agir pour l'environnement. Il-elles le peuvent alors doublement en achetant local et sans pesticide, tout en adoptant une démarche de réduction des emballages.

**Ainsi, 82% des adhérent-es affirment se sentir partie prenante du projet VRAC qui défend cette démarche de réduction des déchets et de choix d'une alimentation durable.**

## LA PUISSANCE DE L'ADHÉSION

**En devenant adhérent-e à VRAC, on est donc moins une personne qui a besoin de petit prix, qu'une personne qui agit pour des causes importantes.** Le projet est d'ailleurs présenté de cette manière-là à Isabelle.

<sup>35</sup> Fatima Ouassak, Pour une écologie pirate, 2023.

*« J'ai rencontré Julie et puis, là, elle m'a dit « Est-ce que tu veux faire partie de VRAC ? ». Je lui ai dit « Pourquoi pas ». Elle m'a expliqué qu'on défendait la planète pour ne plus manger n'importe quoi, pour que les gens soient informés de ce qui se passe quand on mange n'importe quoi. Et j'ai dit « Là, t'es bien tombée. Parce que moi, c'est tout à fait ça. » Tu vois, c'est comme ça que j'ai fait partie de VRAC. »*

Isabelle, adhérente de VRAC Bordeaux, propos recueillis par Pierre-Richard

En actant avec les habitant·es des quartiers populaires que consommer en vrac, des produits sains issus de circuits courts, c'est quelque chose qui est constitutif d'un projet politique, **VRAC va au-delà de l'ESS et tend vers une forme d'économie morale. Pourquoi ? Parce qu'au cœur de l'économie morale, il y a cette idée d'une classe en lutte pour avoir les moyens de subsister.** L'enjeu est donc important. Comment, dans un projet innovant, défendre et démontrer qu'il est urgent de sortir de toute forme de domination et réfléchir à ce que signifie l'économie de la subsistance ?

## C - POUR DES PAYSAN·NES JUSTEMENT RÉMUNÉRÉ·ES

*« Si j'ai des client·es en vente directe, je préfère vendre à eux·elles plutôt qu'aux revendeurs, quoi. Parce que je suis obligé de leur faire des prix, il·elles sont toujours en train de marchander. Il y a ça aussi, hein ? Et là, je fixe mon prix qui doit permettre à l'exploitation de vivre, et ça paie mon gasoil pour venir, l'amortissement de mon camion. Tout ça, il faut les compter, quoi. C'est l'avantage de vendre à ce type de client·es, parce que nous, on fait le prix auquel on vit quoi ! »*

Luc, maraîcher et fournisseur de VRAC Bordeaux, entretien réalisé par Pierre Richard

Les producteur·rices trouvent en VRAC une alternative dans un parcours de résistance

Dans le cadre de cette étude, plusieurs producteur·rices et fournisseur·ses des épiceries VRAC ont été interrogé·es. Il ressort principalement que VRAC répond au modèle économique qu'il·elles se sont fixé·es : travailler en vente directe afin de fixer des prix pour conserver la valeur de leur travail et développer les valeurs humaines qu'un tel engagement permet.

**“VRAC A AU COEUR DE SON PROJET L'OBJECTIF DE NE PAS DISCUTER LE PRIX DES PAYSAN·NES, MAIS BIEN D'HONORER UN PRIX JUSTE, CAR RÉMUNÉRATEUR DU TRAVAIL,,**

VRAC a au cœur de son projet l'objectif de ne pas discuter le prix des paysan·nes, mais bien d'honorer un prix juste, car rémunérateur du travail.

En effet, le modèle agricole français est malade, l'agriculture paysanne est menacée. Ce sont 26 fermes qui disparaissent chaque jour.

Dans le manifeste de L'Atelier Paysan, Reprendre la terre aux machines, les auteur·ices font la démonstration d'être pris dans une économie de niche aujourd'hui saturée.

Le projet nourricier, défendu par une minorité, ne sera pas atteint sans une transformation radicale du système. Survivant·es face à l'intensification de l'agriculture, malgré leurs efforts, il·elles se sentent limités·es à faire vivre le libéralisme<sup>36</sup> loin d'une économie de la subsistance. Car, si certain·es paysan·nes s'en sortent dans des modèles vertueux (bio, sans pesticides, etc.), il·elles côtoient des voisin·es, des jeunes qui s'installent, travaillent plus de 50 heures par semaine sans parvenir à se dégager un SMIC horaire ! C'est un secteur où le revenu peut baisser parce qu'il est soumis aux lois du marché.

Alors qu'on parle de plus en plus d'entreprises agricoles, il faut rappeler que ce sont des entreprises qui, en dehors de la vente directe, n'ont pas le droit de fixer leurs prix et qui vont souvent vendre à perte. Pour de nombreux·ses exploitant·es, le revenu ne vient plus du travail, mais des primes de la Politique Agricole Commune (PAC) ce qui vient conditionner leur agriculture. Ainsi, les fermes disparaissent parce que, pour toucher plus de primes, il faut plus d'hectares et les fermes partent à l'agrandissement.

**Ainsi, 60% des ménages agricoles connaissent un taux de pauvreté de 22,46%<sup>37</sup> quand le taux de pauvreté des personnes en emploi est de 7,7%.** Les inégalités selon l'activité agricole, sont conséquentes.

Dans les causes de cette paupérisation, des choix politiques, depuis l'après-guerre, qui réduisent année après année l'agriculture paysanne, un rôle important des centrales d'achat et du complexe agro-industriel qui imposent des prix qui ne permettent pas de vivre. Les fermes sont forcées à devenir de plus en plus grosses, les machines et l'endettement qui les accompagnent sont devenus indispensables.

### **La question de la souveraineté alimentaire est préoccupante.**

La France perd sa capacité à se nourrir, elle se spécialise sur certaines productions, elle ne produit pas assez pour nourrir sa population sans intrants et machines, elle fait le choix de nourrir l'industrie et non les hommes, femmes et enfants.

<sup>36</sup> L'Atelier paysan, Reprendre la Terre aux machines, Le Seuil, 2021.

<sup>37</sup> Le niveau de vie des ménages agricoles est plus faible dans les territoires d'élevages, INSEE, 2021.



## VRAC TROUVE CHEZ LES PRODUCTEUR·RICES UNE RÉPONSE À SES ENJEUX

Le positionnement de VRAC sur la question agricole est clair : les choix de la politique agricole et alimentaire française ne peuvent être faits au nom des populations pauvres qui auraient besoin de se nourrir pour pas cher. Il est essentiel pour VRAC de montrer que des cercles vertueux peuvent et doivent être restaurés. L'alimentation a un coût qui doit être pris en charge par de l'argent public au nom d'un droit à l'alimentation et dans la projection et protection d'une souveraineté alimentaire. VRAC fait donc le choix d'organiser son activité sans don alimentaire ni achat à faible coût.

Ce soutien direct à l'agriculture paysanne est important pour les producteur·rices et fait du bien aux adhérent·es des épiceries, à qui peuvent être proposés des produits de grande qualité produits pour eux·elles car commandés. **Ce ne sont ni des restes, ni des invendus, ni des produits liés à une pratique de surproduction : cela change tout.**

Recevoir un produit issu d'un lien choisi est puissant en termes de pouvoir d'agir, quand recevoir un produit dont personne n'a voulu est totalement différent. Ainsi, lorsqu'il est demandé à ses adhérent·es comment ils·elles envisagent l'évolution du projet VRAC, ces dernier·es répondent à 68% qu'il·elles veulent plus de produits.

**Loin de cultiver l'abondance, la singularité de VRAC est de référencer peu, mais bien.** Les VRAC proposent des produits de très bonne qualité, comme en témoigne Nathalie, productrice de fromages de chèvre pour VRAC Lyon :

*« [...] C'est le seul client où on fait un effort en plus car je pense que tout le monde mérite de manger à sa faim et de manger des choses de qualité. Manger à sa faim, c'est une chose, mais manger des choses de qualité, c'est encore autre chose. »*

Nathalie, productrice de fromage de chèvre et fournisseuse de VRAC Lyon, entretien réalisé par Bénédicte

Nathalie connaît VRAC depuis le début. Quand elle découvre ce projet, elle n'a pas encore rejoint son frère sur l'exploitation. Elle a le sentiment que sa ferme a grandi en même temps que VRAC, qu'il·elles sont un peu liées, ce qui explique cet effort sur le prix. Elle a l'envie de multiplier les échanges et les accueils avec les adhérent·es. **Elle veut connaître les personnes qui consomment ses produits parce que, dans son envie de nourrir, il y a de l'amour qui circule.**

*« Je me rends compte à quel point c'est aussi quelque chose d'important pour moi et je sais que je dis aux gens que je les aime en leur faisant à manger. Donc, la nourriture a véritablement quelque chose de très important pour moi et le fait de vendre, enfin, mon frère [son associé] ça le fait rigoler, mais moi j'ai vachement de mal à vendre mon fromage à quelqu'un que j'aime pas. »*

Nathalie, productrice de fromage de chèvre et fournisseuse de VRAC Lyon, entretien réalisé par Bénédicte

## QUELLES ÉVOLUTIONS DU PROJET VRAC ?

(Question posée aux adhérent·es)

|                                           | NOMBRES | %    |
|-------------------------------------------|---------|------|
| Plus de produit                           | 28      | 68%  |
| Plus de distributions                     | 3       | 7%   |
| Des produits de meilleure qualité         | 0       | 0%   |
| Rien, cela me convient tel quel           | 6       | 15%  |
| Des prix moins importants                 | 0       | 0%   |
| Avoir plus d'information sur les produits | 11      | 27%  |
| Autres                                    | 2       | 5%   |
| Total                                     | 41      | 100% |

Nathalie est membre du conseil d'administration de VRAC Lyon. Elle voit des choses à améliorer pour ne pas perdre l'authenticité du projet. Le lien aux paysan·nes doit permettre aux adhérent·es de comprendre comment les prix sont fixés à VRAC, les différences de tarif. Elle a peur qu'avec l'essaimage que connaît VRAC, les valeurs auxquelles elle tient changent. Ce risque, VRAC en est conscient. Il est important que le travail des agriculteur·rices soit compris et que les adhérent·es comprennent qu'il·elles sont payé·es et doivent être payé·es à un prix juste. Il faut comprendre que VRAC fait le choix de ne pas utiliser le don, car, comme le souligne Marcel Mauss dans son essai sur le don Le don ne peut pas la justice.<sup>38</sup>

## LES BATAILLES MENÉES : DES ŒUFS DE QUALITÉ EN QUANTITÉ

En mettant en place un système en circuit court, c'est-à-dire en étant le seul intermédiaire entre le·la producteur·ice et le·la consommateur·ice, VRAC tente de créer et d'entretenir un lien avec les producteur·rice·s tout en valorisant des pratiques durables. À Strasbourg, la compréhension du projet VRAC a été mise à mal à travers « les œufs ». Ces derniers occupent une place importante dans l'association VRAC Strasbourg-Eurométropole. Ils arrivent en quantité, ils sont qualifiés de très bons et les ruptures de stock sont fréquentes !

Cette description est écrite à la première personne, elle résulte du travail de terrain de Jonas, stagiaire de VRAC Strasbourg.

<sup>38</sup> Marcel Mauss, Essai sur le don, forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques, réédition, Puf, 2012.

## LE JOURNAL DE TERRAIN DE JONAS CAPOZIO

Strasbourg, avril 2024

### ACTE 1

À la mi-avril, j'accompagne Julianne, salariée sur la logistique de VRAC Strasbourg. Nous devons récupérer la commande des œufs auprès de la productrice. En arrivant, Julianne demande à la productrice d'œufs – productrice emblématique de VRAC Strasbourg – comment elle va. Elle nous répond en demi-teinte, nous dit que ça ne va pas, qu'elle a eu des problèmes avec des adhérent-es de VRAC. Nous nous interrogeons, « qu'a-t-il bien pu se passer avec ces adhérent-es ? ». Elle explique que certain-es adhérent-es, dont six le matin même, sont venus acheter des œufs directement « chez le producteur ». Chose qui s'était également produite la semaine précédente. Le problème est que ces personnes lui ont demandé, voire « exigé », les mêmes prix que ceux que VRAC propose, soit cinq euros la boîte de trente œufs. Or, ce prix-là est celui à moins 50%, soit huit centimes l'œuf, tandis que

l'éleveuse demande à VRAC seize centimes l'œuf. Julianne l'écoute, lui dit qu'elle va faire remonter l'information et que ce qui s'est passé n'est pas normal.

### ACTE 2

Cet incident est directement investi par VRAC Strasbourg afin d'éviter qu'il ne se reproduise. Les adhérent-es de VRAC qui se sont rendu-es chez la productrice d'œufs l'ont fait en pensant « soutenir les producteurs ». Ainsi, même si leurs intentions étaient bonnes, il y a dans cet acte une mauvaise compréhension du système VRAC et surtout de la triple tarification. Cet événement montre que certain-es adhérent-es n'ont pas compris comment est calculé le prix des œufs chez VRAC. Il faut rappeler qu'il y'a une différenciation tarifaire compensée par l'État<sup>39</sup>. Pour la productrice, les personnes qui sont venues ne se rendent plus compte de la valeur des produits. Elle ajoute qu'à la

vue de leur voiture, il se peut qu'elles aient de meilleurs revenus qu'elle finalement. Cette phrase est l'occasion de chercher à comprendre ce ressenti. Elle avoue alors que, depuis la perte d'un gros contrat, leurs revenus ont considérablement chuté.

### ACTE 3, épilogue heureux

Cet incident va avoir un impact sur la question des conditions de vie et de la rémunération de ces producteur-ices. L'œuf passera de 16 à 20 centimes dès le mois de juin 2024, ce qui représente, après calcul, environ 300€ de plus pour cette productrice et son mari à la fin de chaque mois. Cette augmentation du prix des œufs a été accompagnée d'une discussion avec les adhérent-es qui ont été d'accord, car convaincu-es, à nouveau, par le projet de justice sociale mené par VRAC auprès des producteur-ices.

<sup>39</sup> Dans le cadre du soutien tarifaire du Fond Mieux Manger Pour Tous.

Alors que, depuis les mobilisations de décembre 2023, les agriculteur-ices ne cessent de crier la nécessité d'un prix rémunérateur, VRAC fait le choix de ne pas dissocier la question de « bien manger » de celle de « bien payer » les producteur-ices. Ceci rend son projet robuste : lorsqu'il faut augmenter la part de l'agriculture durable, ce ne sera pas au détriment du nombre d'adhérent-es.

**“VRAC FAIT LE CHOIX DE NE PAS DISSOCIER LA QUESTION DE « BIEN MANGER » DE CELLE DE « BIEN PAYER » LES PRODUCTEUR-ICES.”**

## D - POUR LA DIGNITÉ ET LE PLAISIR DE VIVRE

*« Au marché, je connais mon vendeur. J'allais jusqu'au marché de la Porte de Vanves – Malakoff [à l'autre bout de Paris] pour acheter du poisson [...] mais pêché, pas d'élevage ! [...] Il y a des pêcheurs dans la famille de mon papa. C'est pour ça que j'ai l'habitude, j'ai du mal à acheter... Je préfère faire des pâtes avec du beurre ou des frites plutôt que d'acheter quelque chose parce que je n'ai pas d'argent ».*

Dieynaba, adhérente VRAC Paris, propos recueillis par Juliette

### LE PLAISIR DANS L'ALIMENTATION

Ce récit révèle l'importance des produits pour prendre plaisir à cuisiner, pour retrouver un goût recherché. La qualité et la traçabilité des aliments sont une condition pour qu'une recette soit un moyen pour la personne d'exprimer son identité, de se révéler. Ainsi, lors de cet entretien, Dieynaba partage les plats et sauces qu'elle aime préparer. Elle détaille les étapes : yassa, nokoss, bouillon maison et fonio à la vapeur. Chez VRAC, elle a trouvé des produits qu'elle aime, qui se cuisinent beaucoup au Sénégal comme les oignons rouges ou les lentilles, et elle a retrouvé des goûts auquel elle a été habituée petite. Le plaisir de varier, de « créer », de tout cuisiner et de consommer des produits naturels « font partie de sa culture » dit-elle. Le goût prend une place importante dans le choix de ses aliments et dans sa démarche vers le bio. « J'ai connu la bonne qualité, ma grand-mère faisait du jardinage au Sénégal. J'ai été élevée dans ça, je connais la différence des goûts ».

L'alimentation est importante dans sa gestion du budget. Elle ne veut pas être aidée, ni que l'on choisisse à sa place. Elle veut pouvoir faire elle-même. Cette attention qu'elle porte à la qualité et à la variété se transmet à ses enfants. Chez elle, tout le monde cuisine et mange de tout, « des plats européens, des plats d'autres origines. On aime découvrir tous les plats, tout ce que vous pouvez imaginer ». Ainsi, elle fait communauté avec ses proches et au-delà par ce qu'elle peut cuisiner et partager.

La définition de la commensalité dépasse le fait de partager la table du roi, il s'agit également d'une « pratique consistant à partager un repas avec une ou plusieurs personnes, symbolisant souvent un acte de convivialité et d'intégration sociale ». Les produits à VRAC permettent plusieurs choses.

### UN PREMIER PARTAGE

**La première est de partager, dans un cercle restreint, la fierté d'avoir pu choisir** en fonction de critères chargés de valeurs. Dans ce que les personnes choisissent, il y a la possibilité d'apporter son sens. Par exemple, choisir de retrouver les goûts des plats de sa grand-mère. Je citerai ici un exemple marquant de mon terrain de recherche au Kurdistan irakien. Cette zone, berceau de l'alimentation et tout particulièrement des blés, a perdu son autonomie alimentaire lorsqu'une forme d'autonomie politique lui a été concédée. Ainsi, aux milliers de variétés de blés autochtones ont succédé sept variétés choisies par des politiques d'aides étrangères dans le cadre tant des accords Bremer que du programme « Pétrole contre nourriture » (1996).

Nous sommes en 2015, alors que je fais une visite dans les terres d'un riche propriétaire, qui fait cultiver du blé en grande quantité et qui ressort « gagnant » des orientations de la politique alimentaire, je vais être saisie par un contraste. Il me fait visiter ses champs, il me montre ses gigantesques machines, mais il me fait cette demande : retrouver le blé qui permettait de faire le pain traditionnel, car, aujourd'hui, avec ces nouvelles farines, le pain casse. Cet exemple souligne que **le choix de certains aliments permet la conservation et la transmission de pratiques culturelles qui sinon disparaissent.**

## FAIRE COMMUNAUTÉ

La seconde chose que le produit permet est de faire communauté avec d'autres en mangeant la même chose, et cela, quels que soient ses revenus. Si VRAC s'adresse en priorité aux personnes habitant des quartiers prioritaires, la mixité y est présente. Dans l'ensemble des entretiens de cette étude, qu'il s'agisse des adhérent-es, bénévoles, salarié-es, financeurs, producteur-rices la question de comment chacun-e mange a été posée. Le constat est intéressant, **il y a un changement des pratiques alimentaires** lié à VRAC. Au départ, c'est un peu, puis les personnes expliquent manger moins de viande et avoir rehaussé la part de légumineuses, ou encore avoir troqué la tartine du petit déjeuner contre des flocons d'avoine.

Dans les entretiens, si la question a pu surprendre, elle a mis en visibilité des changements de pratiques.

*« Je me suis un peu radicalisée dans le sens « racine ». Je pense que je me fais de plus en plus radicale dans mes choix, je mange de moins en moins de viande alors que j'en mangeais beaucoup plus quand j'étais en Nouvelle-Zélande. »*

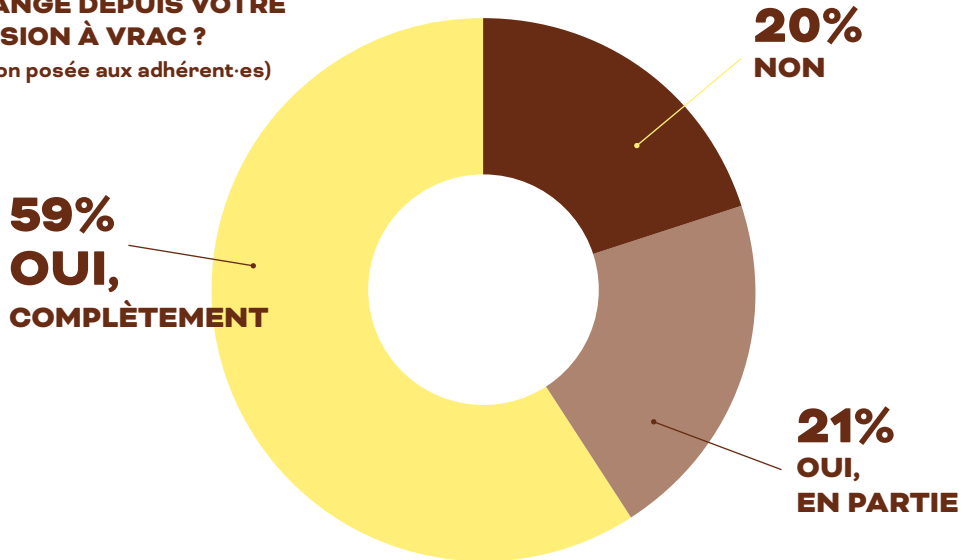
Elsa, salariée de VRAC France, propos recueillis par Bénédicte

Elsa tempère son propos explique que d'autres choses l'influence au niveau de son poste, qu'il y a aussi eu sa maternité, mais elle fait le choix en dehors du travail, de passer sa commande et de participer à une distribution. **Manger la même chose que les adhérent-es lorsque l'on est salarié-e montre le caractère innovant de VRAC qui ne cultive pas la distinction, mais permet de faire table commune** parce que les produits font envie. Invitée à animer un débat suite à la projection du film La part des autres<sup>40</sup>, co-organisée par une association VRAC, je serai hébergée par la salariée. Elle me fera visiter leur épicerie, puis nous irons chez elle et je serai saisie par la présence des produits, et de la place que prennent les contenants quand il s'agit de faire des réserves pour un mois. Chez elle je retrouve de l'épicerie ! À travers les produits chez VRAC, on constate que des résistances au changement sont levées. Quand changer les habitudes alimentaires est considéré comme quelque chose de difficile, il est important d'observer que VRAC le permet en poursuivant le respect de la dignité et le plaisir alimentaire. Il sera intéressant de poursuivre le travail de recherche pour voir de manière plus fine les corrélations et ce qui va être déterminant dans les changements.

<sup>40</sup> La part des autres, documentaire de Jean-Baptiste Delpas et Olivier Payage

**AVEZ-VOUS LE SENTIMENT  
QUE VOTRE ALIMENTATION  
A CHANGÉ DEPUIS VOTRE  
ADHÉSION À VRAC ?**

(Question posée aux adhérent·es)



**LES BATAILLES MENÉES:  
POPOTE STORY**

Le projet Popote story rentre dans le cadre d'un parcours de démocratie alimentaire réalisé en partenariat avec le fonds d'Innovation Sociale des ESH, les bailleurs sociaux Mésolia, DomoFrance, Aquitanis et la Ville de Cenon, sur une période de trois ans (2022-2025). Il est proposé comme un parcours culinaire. En effet, lorsque l'on se plonge dans le travail réalisé, force est de constater l'ampleur des outils de médiations mobilisés autour de ces trois années ! A la lecture des programmes, la chercheuse constate qu'elle aurait volontiers embarqué dans ce projet, et que l'articulation de chaque année est finement pensée pour une progression en douceur. La montée en compétence proposée offre du temps aux personnes, mais ce qui est frappant, c'est que ce temps offert demande de mobiliser du temps professionnel. Rendre concret le concept de démocratie alimentaire demande de créer, de proposer, de réfléchir, d'outiller, d'adapter.

Notons que dans ce projet, il a été tout de suite pris en compte la difficulté pour les personnes de donner de leur temps, ainsi une contre-partie en bon d'achat a été imaginée. Si cette somme est symbolique, entre 15 et 20€ par mois, elle est une reconnaissance de l'engagement.



La description qui suit est à situer dans un projet en trois phases : un concours de cuisine, un court métrage et une exposition de photos qui, ensemble, rendent compte de ce que nécessite l'appropriation du choix

alimentaire. A travers Popote story, la sensibilisation se fait par étape. Les locataires vont avoir le temps de désirer prendre part, comme le montre cette illustration réalisée pour raconter le projet :

### LE PARCOURS TYPE D'UN PARTICIPANT : ALEX

#### Phase 1 - Mobilisation - Septembre à janvier



Nous rencontrons Alex, habitant de Cenon, grâce au **porte à porte** dans le quartier. Nous lui offrons une dégustation de produits VRAC et le convions au goûter fédérateur mi-décembre en vue de constituer les groupes.

**Porte à porte et présence sur le marché (1 fois/semaine) de septembre à décembre.**



Quelques jours plus tard, Alex nous croise à nouveau au pied de son immeuble avec le **Vélo Popote**. Nous lui proposons du thé/café et lui rappelons la date du goûter et de la projection du film dans le cadre du festival Alimenterre. Nous l'informons également de nos réseaux sociaux pour qu'il reste informé facilement !

**Vélo Popote (1 fois/semaine) de septembre à décembre.**



**Le festival Alimenterre** commence. La projection d'un film autour de l'alimentation durable a lieu au centre social La Colline, proche de chez Alex. Curieux, il assiste à la projection. A la fin du film, nous proposons aux habitant.es présent.es de s'inscrire au parcours culinaire. Alex nous transmet ses coordonnées pour être informé des prochaines étapes.

**Mi-octobre**



Le moment du **goûter fédérateur** est arrivé. Alex rejoint les autres habitant.es du quartier et nous exposons à tous les intéressés le projet « Popote Story ».

**Goûter fédérateur avec le Vélo Popote, mi-décembre.**

Alex, est au cœur de l'agir de VRAC et cela rend possible son « agir dans » pour répondre aux enjeux d'une alimentation saine et durable.

**Dans le projet, le lien social est lui aussi puissant car c'est une véritable relation de confiance qui est rendue possible, parce que la diversité culturelle et les savoir-faire des habitant-es sont valorisés.**

Dans la deuxième phase du projet,

celle qui va déboucher sur la réalisation d'un court métrage, les participant-es doivent créer une "œuvre collective" en lien avec les idées reçues autour de l'alimentation. Nous aurions pu dans ce rapport faire le choix de tout raconter, où de s'appuyer sur les autres étapes, mais c'est cette description qui vient incarner ce que génère un tel projet dans la vie des personnes.

## LE JOURNAL DE TERRAIN DE PIERRE-RICHARD PERRONEAU

Floirac, mars 2024

**Dans une salle spacieuse, des chaises arrangées en forme de ronde autour d'une table attendent les participant-es.**

Excité-es et souriant-es, ces dernier-es arrivent et prennent place. Café, thé et petites douceurs sont proposés.

Ici, dans cet espace, ce sont les habitant-es qui décident, qui produisent et qui valident. Ni spectateur-rices, ni objets, ce sont des acteur-rices, des créateur-rices, des expert-es. Ils ne sont pas là pour écouter, mais pour se faire écouter. Dans cet espace, aucune opinion, aucune réponse n'est considérée comme mauvaise. Toute idée est bienvenue, la parole se libère. La barrière de la langue n'est même pas un frein, une participante peut traduire.

Lorsque les habitant-es se voient sur un grand écran, une vive

émotion et une totale euphorie s'empare de la salle, il-elles ne peuvent contenir leur joie :

« Trop bien! », « c'est génial », « Elle a bien joué son rôle »,

« Quelle star ». Soudain une participante lance : « Je pense qu'il y a un petit problème dans ce plan ; là on peut voir Nicole avec ses lunettes et un style de vêtement alors que dans l'autre plan, ses lunettes ont disparu et ce n'est pas le même vêtement. Je pense qu'on devrait corriger ça ». C'est parti, les suggestions fusent. Le plan sur la première idée prend forme, il est temps de passer au tournage d'un autre plan.

« Qui veut jouer le rôle de cameraman ? De producteur ? D'assistant producteur ? De figurants ? ». Eclat de rire et étonnement « Moi, je ne sais pas faire ces choses ».

« On va vous apprendre, c'est facile, tu vas voir ». C'est ainsi que deux personnes se tiennent derrière la caméra, un autre tient le petit tableau et c'est parti : Action ! D'autres gardent leur rôle d'acteur-rices ou de figurant-es. Cet exercice les amuse, certain-es s'imaginent au cinéma. Magie de la confiance que génère l'espace Popote Story. Un espace qui crée des étincelles dans les yeux, un lieu où même les rêves les plus irréalistes ne sont pas interdits.

A la fin de l'atelier, les participant-es ont quitté le lieu en joie, avec un sentiment de fierté que ne pouvait guère cacher l'expression de leur visage et se sont donné-es rendez-vous, avec impatience pour le prochain atelier.

### Hors champ

Deux semaines après, j'ai croisé une participante, qui m'a parlé de l'impatience de son mari et de ses enfants à pouvoir visionner le court métrage. C'est à ce moment-là que j'ai compris une chose. Popote story, c'est plus que cela. C'est plus que ce qui a été défini sur le papier. Popote story est aussi une histoire à raconter à ses petits-enfants, à ses enfants et à son mari en rentrant à la

maison. **C'est l'histoire de moments de fierté, de convivialité, d'expression de soi et de confiance en soi.** Je me suis même dit qu'autour de la table, que ce soit à l'heure du petit déjeuner ou du déjeuner, ce sont les exploits de maman ou de papa sur le grand écran à Popote story qui retiennent toute l'attention.

### Devant le grand écran

La grande diffusion du court métrage a dépassé toutes les attentes en plein cœur de la ville de Cenon. Ce jour-là, les petits enfants, les maris, les grandes sœurs ou les grands frères qui ont été impatient-es de voir leur star sur le grand écran étaient tous-tes présent-es.

**Applaudissement et éclat de joie ! Vive la démocratie alimentaire !**

La description de Pierre-Richard fait ressentir de la joie et de la fierté. Ce rapport rend compte que les parcours culinaires proposés dans l'ensemble des VRAC à différents moments ont ce point commun : faire vivre autre chose, résister en créant et prendre la mesure de ce dont on est capable. Accompagner des personnes en situation de précarité à sortir de l'assignation de ne pas avoir droit à mieux pour petit à petit redevenir ou devenir capable de conquérir ses droits est une mission des plus nobles, une véritable bataille au quotidien !



# Conclusion

## PLONGÉE AU CŒUR DE VRAC

**Vous avez pu découvrir l'arrière-cuisine d'un projet qui ne considère pas l'accessibilité comme un concept, mais la place au cœur de sa pratique. Pour ce faire, deux piliers. Le premier consiste à développer le pouvoir d'agir, quant au second, il offre aux produits une place singulière qui permet de penser autrement le fait de se nourrir.**

Faire un pas de côté, c'est s'autoriser à voir les choses autrement, et c'est aussi ici une proposition de ne pas laisser de côté les habitant-es des quartiers populaires. Dans une époque où l'alimentation s'établit comme marqueur de classes sociales, le temps passé auprès des équipes de VRAC renforce l'idée que l'alimentation est puissante quand elle peut et sait réunir autour d'un projet commun.

Car, bonne ou mauvaise, l'alimentation a un impact. En décembre 2024, l'étude L'injuste prix de notre alimentation a chiffré à 48 milliards les dépenses qui vont à l'encontre d'une alimentation choisie, durable, saine et rémunératrice pour les producteur-rices. Ce constat situe cette recherche-action dans un temps où il faut comprendre ce qui se fait en réaction à ce gaspillage d'argent public au détriment de la population et des plus vulnérables.

Car, s'il est nécessaire de dénoncer les dérives d'une part conséquente du système alimentaire, il y a toutefois un petit pourcentage

d'alternatives et de résistances à ces pratiques. VRAC se situe dans cette marge avec d'autres. Les données collectées rassurent sur le bon usage de l'argent public en offrant un cadre pour mesurer l'impact d'actions invisibilisées. Pouvoir se raconter et s'autoévaluer est une chose cruciale quand on fait un pas de côté.

Dans les faits, VRAC essaime, parce que ce projet correspond à un maillon manquant. **VRAC joue un nouveau rôle tant dans le monde de l'ESS que dans celui de l'aide alimentaire, car la finesse du projet parvient à réunir sans compromis les enjeux de**

**DANS UNE ÉPOQUE OÙ  
L'ALIMENTATION S'ÉTABLIT  
COMME MARQUEUR DE  
CLASSES SOCIALES, LE  
TEMPS PASSÉ AUPRÈS  
DES ÉQUIPES DE VRAC  
RENFORCE L'IDÉE  
QUE L'ALIMENTATION  
EST PUISSANTE QUAND  
ELLE PEUT ET SAIT  
RÉUNIR AUTOUR D'UN  
PROJET COMMUN.**

**l'action sociale et d'une économie basée sur le juste** (juste rémunération, justice alimentaire dans l'accès). L'innovation est aujourd'hui souvent comprise et attendue dans un cadre qui doit viser la rentabilité. L'efficacité, souvent regardée dans les évaluations, est en réalité un critère qui peut masquer une perte de lien social dans les pratiques.

Or, ce que nous a appris l'étude L'injuste prix de notre alimentation est que la majorité des acteurs du système alimentaire ne sont pas rentables, mais que ce sont les subventions publiques qui permettent au système de perdurer. Aussi, VRAC en utilisant les subventions publiques pour agir dans les quartiers populaires, tout en ayant à cœur de préserver l'environnement, montre comment ce projet parvient à être émancipateur et régénérateur de richesses (sols, eaux, etc.). Charge à VRAC de poursuivre son analyse et son bilan en comparant son action chiffrée avec les modèles alimentaires dits « moins chers ».

Dans l'étude VRAC, les acteurs institutionnels (agent-es et élu-es) interrogé-es, ont toutes et tous témoigné de l'importance politique de l'agir de VRAC. Depuis 10 ans, ce réseau travaille avec des habitant-es, des paysan-n-es, des bailleurs sociaux, des collectivités pour tracer d'autres possibles.

La rigueur des équipes sur le terrain dans l'usage d'un groupement d'achat fait ses preuves en réenchantant l'action collective avec un outil simple, mais redoutable : l'alimentation choisie. L'étude VRAC permet de comprendre la manière dont **les aliments du quotidien viennent relier des acteurs et ouvrir des pistes pour les politiques publiques** en écoutant les personnes concernées et en partant de leurs vécus. Les pratiques professionnelles indispensables à une telle écoute ont un dénominateur commun.

**Les équipes sont engagées sur le terrain pour mettre en place plus de justice sociale, et cela grâce à la démocratie alimentaire qui s'articule autour « du bon produit ». Dans ces pratiques, si le groupement d'achat est visible, il y a tout un travail qui ne se voit**

**pas. Ce travail est indispensable.** Sans « sourcing », sans rencontre avec les paysan-n-es, sans organisation de moments pour goûter les produits, sans proposition d'évènements, sans appel téléphonique pour assurer les commandes, sans explication aux collectivités, bailleurs sociaux et autres acteurs de terrain, VRAC n'existe pas et devient un groupement d'achat quelconque. Dès lors que le droit à l'alimentation est revendiqué par une structure, force est de constater qu'il cesse d'être un concept abstrait pour devenir une bataille du quotidien. **Et, comme toute bataille, pour être remportée, elle exige une stratégie et des tactiques.** Souvent cité dans ce rapport comme plastique, le projet de VRAC sait s'adapter pour résister avec les personnes et revendiquer leur droit à l'alimentation.

Les adhérent-es de VRAC sont ainsi reconnu-es dans leur capacité, leur capacité d'être adhérent-e d'une structure, de faire partie d'un collectif, d'avoir une expérience de vie singulière. Cela semble leur donner des ailes et rejaillir sur les équipes salariées, car il se passe dans les épiceries et autres temps de rencontres quelque chose de fort. Alors que les produits s'achètent, les dons et les contre-dons y sont conséquents. Ce sont des gâteaux, du temps, des sourires, des paroles et ces dons sont reçus et rendus. Ces pratiques offrent une place quand il peut être difficile à celles et ceux en difficulté économique de pouvoir la trouver. Ces échanges concrets sont possibles, car les adhérent-es sont nombreux-ses, ainsi, le pouvoir d'agir se conjugue à plusieurs.

Ce pouvoir d'agir situe VRAC dans une perspective particulière. Pour le réseau, le

travail qui est fait avec sérieux et soin se situe dans un mouvement plus important qui consiste à travailler la proposition d'une sécurité sociale de l'alimentation<sup>41</sup>. Construire des groupements d'achat aussi vertueux qu'ils

puissent l'être n'est pas suffisant pour répondre de manière systémique et durable aux enjeux de l'accessibilité alimentaire.

**L'urgence est aujourd'hui d'assurer un virage conséquent à l'agriculture. Travailler à partir de la parole des premières personnes concernées, dès lors qu'elles sont sensibilisées aux enjeux de l'alimentation, est enthousiasmant, car la puissance d'une alimentation choisie permet de réparer le monde, non pas de manière spectaculaire, mais en travaillant avec sérieux pour colmater les brèches.**

<sup>41</sup>Voir le collectif national pour la sécurité sociale de l'alimentation. [securite-sociale-alimentation.org](http://securite-sociale-alimentation.org)



AVEC LE SOUTIEN DE



Cofinancé par  
l'Union européenne



European  
Climate  
Foundation