

# LE BAROMÈTRE NATIONAL SUR L'ALIMENTATION ET LE QUOTIDIEN DES TRAVAILLEURS PAUVRES

## PRÉCARITÉ & BUDGET SOUS PRESSION



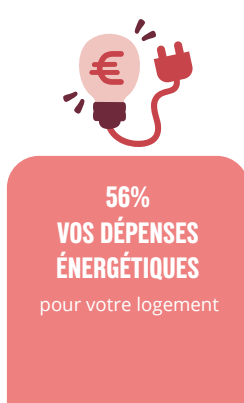
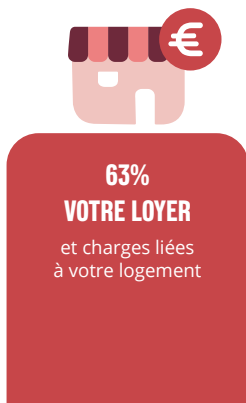
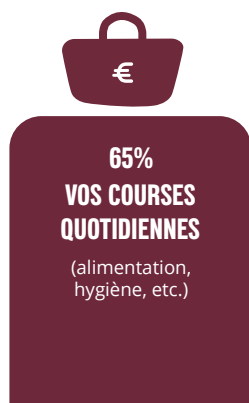
**1 TRAVAILLEUR PAUVRE / 4 (25%)**  
rencontre de grosses difficultés pour payer ses factures et dépenses courantes



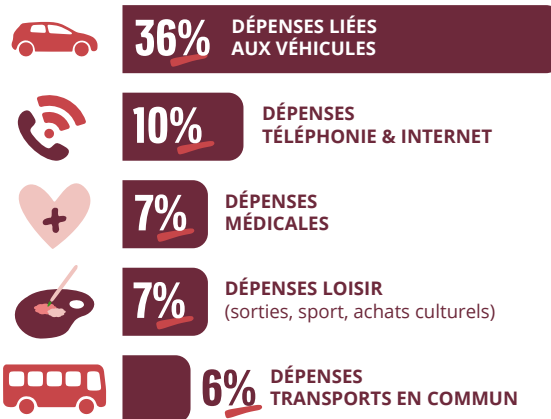
**3 TRAVAILLEURS PAUVRES / 4 (75%)**  
estiment être soumis à un risque réel de forte précarité dans les prochains mois (la restriction alimentaire est le risque le plus fort : 60%)

### L'ALIMENTATION, PREMIER POSTE DE DÉPENSE ET PRINCIPALE VARIABLE D'AJUSTEMENT

“ DANS VOTRE BUDGET MENSUEL, QUELS SONT LES 3 PRINCIPAUX POSTES DE DÉPENSE QUI PÈSENT LE PLUS SUR VOTRE FOYER ? ”



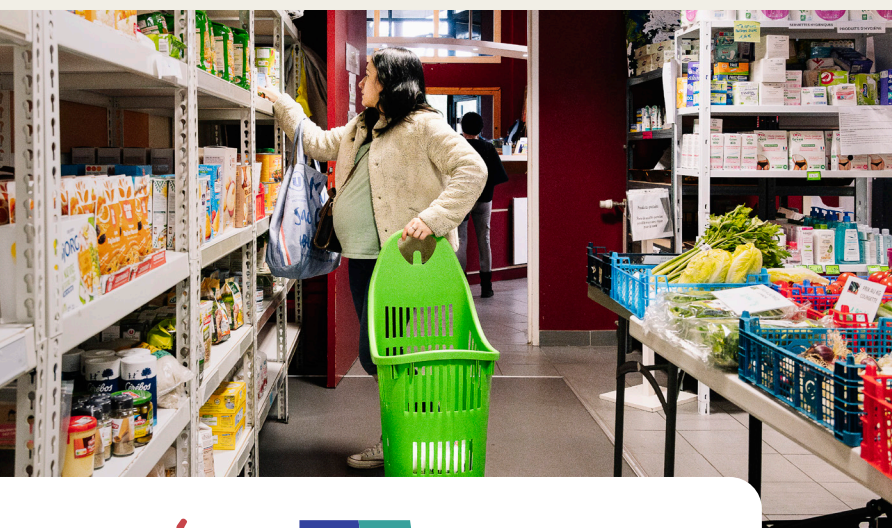
... ET ENSUITE ...



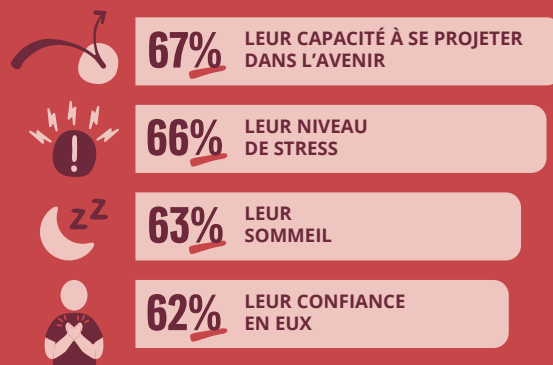
**80%**  
ont dû diminuer l'ensemble des postes de dépenses pour pouvoir continuer à faire leurs courses alimentaires (les soins médicaux, le chauffage et l'éclairage, les déplacements, les habits, etc.)



**69%**  
ont réduit des dépenses vitales (alimentation, santé, hygiène, énergie)



### DES RÉPERCUSSIONS MAJEURES QUI IMPACTENT :



# LE BAROMÈTRE NATIONAL SUR L'ALIMENTATION ET LE QUOTIDIEN DES TRAVAILLEURS PAUVRES

## DE LA RESTRICTION À LA PRIVATION RÉGULIÈRE

Cette édition met en évidence une dégradation préoccupante de la situation des travailleurs pauvres : si la proportion de personnes confrontées à des privations demeure globalement stable par rapport à 2025, celles-ci se manifestent plus fréquemment et avec une intensité accrue. Malgré ces difficultés, l'alimentation saine reste une priorité pour une majorité de travailleurs pauvres.



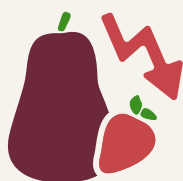
**54%** restreignent leurs quantités de nourriture et ne mangent pas à leur faim.

DONT **27%** souvent ou très souvent. (+2 pts vs 2025)



**70%** s'alimentent essentiellement de féculents (pâtes, riz, pommes de terre)

DONT **46%** souvent ou très souvent. (+3 pts vs 2025)



**68%** ne mangent pas suffisamment de fruits et légumes frais

DONT **41%** souvent ou très souvent. (+5 pts vs 2025)



**40%**

sautent plusieurs repas par semaine pour permettre à d'autres membres de leur foyer de manger.

SI L'ARGENT N'ÉTAIT PAS UN PROBLÈME, LES TRAVAILLEURS PAUVRES ACHÈTERAIENT PLUS SOUVENT :



**68%** VIANDE & POISSON



**55%** FRUITS & LÉGUMES FRAIS



**36%** PRODUITS BIO ET/OU LOCAUX

# LE BAROMÈTRE NATIONAL SUR L'ALIMENTATION ET LE QUOTIDIEN DES TRAVAILLEURS PAUVRES FAMILLES & ENFANTS : LES PRIVATIONS S'INTENSIFIENT



**37%**

des familles déclarent être souvent contraintes de restreindre leurs enfants en raison de leur situation financière (+4 pts vs 2025)



**24%**

font sauter des repas à leurs enfants (+2 pts vs 2025)

## DES PARENTS QUI SE SACRIFIENT ET UNE PRÉCARITÉ QUI FINIT PAR RATTRAPER L'ALIMENTATION DES ENFANTS



FAMILLES EN COUPLE



FAMILLES MONOPARENTALES

**DEVOIR SAUTER PLUSIEURS REPAS PAR SEMAINE POUR PERMETTRE À D'AUTRES PERSONNES DU FOYER/AUX ENFANTS DE MANGER :**



**40%**

**54%**

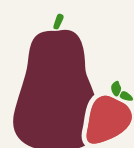
**DEVOIR NOURRIR LES ENFANTS ESSENTIELLEMENT AVEC DES FÉCULENTS :**



**62%**

**65%**

**NE PAS RÉUSSIR À FAIRE MANGER AUX ENFANTS ASSEZ DE FRUITS ET LÉGUMES FRAIS :**



**57%**

**67%**

**NE PAS POUVOIR FAIRE PLAISIR À SES ENFANTS AVEC DES PRODUITS FESTIFS, DES GÂTEAUX OU DU CHOCOLAT :**



**61%**

**70%**

**DES SACRIFICES QUI VONT AU-DELÀ DE L'ALIMENTATION ET ONT DES CONSÉQUENCES SUR LA SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE**



TRAVAILLEURS PRÉCAIRES



FAMILLES MONOPARENTALES

**RÉDUIRE «SOUVENT» OU «TRÈS SOUVENT» SA CONSOMMATION D'ÉNERGIE :**



**61%**

**70%**

**DEVOIR REPORTER «SOUVENT» À PLUS TARD DES SOINS MÉDICAUX OU DES CONSULTATIONS POUR SOI-MÊME :**



**33%**

**40%**

**SE SENTIR «SOUVENT» OU «TRÈS RÉGULIÈREMENT» TRÈS SEULS :**



**28%**

**42%**

# LE BAROMÈTRE NATIONAL SUR L'ALIMENTATION ET LE QUOTIDIEN DES TRAVAILLEURS PAUVRES

## NON RECOURS & RÔLE DE L'ENTREPRISE

### UN SENTIMENT MASSIF D'ABANDON PAR LES POUVOIRS PUBLICS



**85%**

des travailleurs pauvres ont le sentiment d'être abandonnés par les pouvoirs publics



PRÈS DE

**6 TRAVAILLEURS PAUVRES /10 (60%)**

estiment que les aides leur sont inaccessibles en raison des effets de seuil (ils pensent gagner trop pour être éligibles, mais pas assez pour s'en sortir)



### UN NON-RECOURS AUX AIDES QUI AUGMENTE ALORS QUE LA SITUATION ALIMENTAIRE SE DÉGRADE



SEULS

**32%**

des travailleurs pauvres déclarent avoir eu recours à au moins une aide alimentaire (-4pts vs 2025)

#### LES PRINCIPALES AIDES ALIMENTAIRES REÇUES :



22%  
DISTRIBUTIONS  
GRATUITES  
DE COLIS



21%  
ÉPICERIES  
SOLIDAIRES



21%  
CHÈQUES  
ALIMENTAIRES

#### LES FREINS POUR RECOURIR AUX AIDES :

64%  
MÉCONNAISSANCE  
DES DISPOSITIFS



56%  
SENTIMENT DE  
NE PAS Y ÊTRE  
ÉLIGIBLES



42%  
SENTIMENT  
DE HONTE  
OU DE GÊNE



### L'ENTREPRISE, UN LEVIER D'AIDE ENCORE PEU EXPLOITÉ :



SEULS

**23%**

des travailleurs pauvres connaissent les dispositifs d'aide sociale proposés par leur employeur ou leur CSE

### LES PRINCIPAUX FREINS À LA DEMANDE D'AIDE À L'EMPLOYEUR :



**28%** LE SENTIMENT DE HONTE



**27%** LA VOLONTÉ QUE CELA RESTE PRIVÉ



**27%** LA VOLONTÉ DE GÉRER SES DIFFICULTÉS SEUL OU AVEC SES PROCHES