

Bibliographie

Mars 2015

PRÉCARITÉ ET VULNÉRABILITÉ ALIMENTAIRE : QUELLES ACTIONS POSSIBLES ?

Réalisation :

Agathe SANDON
Chargée d'ingénierie documentaire
IREPS Bourgogne
a.sandon@ireps-bourgogne.org

Annie BERRY
Chargée d'information-documentation
IREPS Bourgogne – Antenne 71
a.berry@ireps-bourgogne.org

Ouvrages et rapports

- ANAES. **Disparités socioéconomiques et apports alimentaires et nutritionnels des enfants et adolescents.** Maison-Alfort : ANAES, 12/2012, 253 p.
<http://www.anses.fr/Documents/NUT2012sa0085Ra.pdf>
- ANGOTTI M., DENIZEAU M., OLM C. **Les conséquences de la crise auprès des ménages et plus particulièrement des plus pauvres.** Paris : CREDOC, 12/2008, 52 p.
<http://www.politiquestociales.net/IMG/pdf/credoc.pdf>
- BELLIN-LESTIENNE C., DAUPHIN A.-G. CASTETBON K., DARMON N. **E3A : Enquête auprès des Association d'aide alimentaire. Synthèse des principaux résultats.** Paris : Direction générale de la santé, 2005, 5 p. http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/enquete_aidealim.pdf
- BIHAN H. **Précarité et impact sur les comportements de santé : consommation de fruits et légumes, et prise en charge du diabète.** Thèse Epidémiologie, spécialité nutrition. Paris : CNAM, 2011, 218 p.
<http://tel.archives-ouvertes.fr/docs/00/63/12/36/PDF/Bihan.pdf>
- BLEUE COMME UNE ORANGE, LAGRANGE D. **Expériences et perspectives de développement de l'accès des populations précaires à une alimentation responsable et de qualité.** Toulouse : Marie de Toulouse, 2011, 35 p.
<http://www.bleuecommeuneorange.org/app/download/5484506110/Alimentation+responsable+et+pr%C3%A9carit%C3%A9.pdf?t=1317745673>
- CAILLAVET F., DARMON N., LHUISSIER A. **L'alimentation des populations défavorisées en France : synthèse des travaux dans les domaines économique, sociologique et nutritionnel.** In : **Les travaux de l'observatoire national de la pauvreté et de l'exclusion sociale 2005-2006.** Paris : La documentation française, 2006, pp. 279-322
- CAILLAVET F., LECOQNE C., NICHELE V. **La consommation alimentaire : des inégalités persistantes mais qui se réduisent.** in : **Cinquante ans de consommation en France.** Paris : Insee, 2009, pp.49-62.
http://www.insee.fr/fr/ffc/docs_ffc/ref/CONSO09e.pdf
- CAILLAVET F., COMBRIS P., AMIOT-CARLINMJ. **Les fruits et les légumes dans l'alimentation : enjeux et déterminants de la consommation.** Paris : INRA, 2007, 86 p. <http://agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/inra-fruits-legumes-synthese1-1.pdf>
- CANAPA J., CHAPELET J. **Obésité et précarité Actes du colloque régional du 13 mars 2007.** Marseille : CRES PACA, 2007, 63 p.
- CRÉDOC, RECOURS F. HEBEL P. **Les populations modestes ont-elles une alimentation déséquilibrée ?** *Cahier de recherche*, n°232, 12/2006, 112 p.
<http://www.credoc.fr/pdf/Rech/C232.pdf>
- CRES PACA. **Nutrition et précarité.** Actes du colloque du 3 juin 2010. Marseille : CRES PACA, 86 p.
http://www.cres-paca.org/_depot_cres/fiches/3036/3036_1_doc.pdf
- CULTURES & SANTE. **Dossier thématique alimentation et précarité.** Bruxelles : Cultures & santé, 2010, 29 p. http://www.cultures-promosante.be/pdf/prod%2010/DT_alimentation.pdf

- DARMON N., BOCQUIER A., LYDIE N. **Nutrition, revenus et insécurité alimentaire**. In ESCALON H., BOSSARD C. [et al.] **Baromètre santé nutrition 2008**. Saint Denis: INPES, 2009, pp.273-301.
<http://www.inpes.sante.fr/Barometres/barometre-sante-nutrition-2008/index.asp>
- DARMON N. **Alimentation et précarité**. Paris : UMR Inra-Inserm, Académie d'Agriculture de France, 01/2012, 8 p. http://www.academie-agriculture.fr/mediatheque/seances/2012/20120125_communication3_integral.pdf?PHPSESSID=1d4b9bdb5fec2f034076927e303ccd60
- DIEULEVEUX T., HELLEISEN A.M., PUYDEBOIS C. **Evaluation du programme européen d'aide aux plus démunis et de l'organisation de l'aide alimentaire française**. Paris : Inspection Générale des Affaires Sociales Conseil général de l'agriculture, de l'alimentation et des espaces ruraux, 2008
<http://www.ladocumentationfrancaise.fr/rapports-publics/094000083/index.shtml>
- EPISTEME. **Les ateliers culinaires "fruits et légumes frais" : facteurs d'alimentation équilibrée et d'insertion sociale**. In : **Impacts de la mise à disposition de fruits et de légumes frais auprès de populations ayant recours à l'aide alimentaire**. Paris : Haut commissariat aux solidarités actives contre la pauvreté, 04/2010, pp. 80-90 http://www.epiceries-solidaires.org/files//Impacts_de_la_mise_a_disposition_de_fruits_et_de_legumes_frais_aupres_de_populations_ayant_recours_a_l_aide_alimentaire.pdf
- FEDERATION FRANÇAISE DES BANQUES ALIMENTAIRES. **Rapport annuel du réseau des Banques Alimentaires : exercice 2010**. Paris : Fédération française des banques alimentaires, 2011
http://www.banquealimentaire.org/sites/default/files/10_rapannuelba_2010_bd.pdf
- HOUIOUX G. **Alimentation, santé et précarité : dix propositions utiles pour l'action**. In : **Une alimentation favorable à la santé pour les personnes précarisées. Guide pratique à l'usage des professionnels de l'action sociale, de la santé, et de l'alimentation**. Bruxelles : Fondation Roi Baudouin, 2008/09, pp. 9-16 http://www.kbs-frb.be/uploadedFiles/KBS-FRB/3_Publications/GuidePr%C3%A9caris%C3%A9s-cplt.pdf
- INPES. **Enquête qualitative sur les bénévoles et les bénéficiaires de l'aide alimentaire**. Saint-Denis : INPES, 2006, 44 p.
http://www.inpes.sante.fr/10000/themes/nutrition/etude_aidealim/Etude0604.pdf
- InVS. **Comportements alimentaires et situations de pauvreté. Etude Abena, 2004- 2005. Aspects socio-anthropologiques de l'alimentation des personnes recourant à l'aide alimentaire en France**. Paris : InVS, 06/2008, 108 p. http://www.invs.sante.fr/publications/2007/abena2_2007/abena_2.pdf
- InVS. **Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire. Etude Abena, 2004-2005. Rapport de l'étude épidémiologique**. Paris : InVS, 11/2007, 78 pages.
http://www.invs.sante.fr/publications/2007/abena_2007/Rapport_Abena_epidemio_2007.pdf
- OLIVIER C., NICOLAI C., RIFFAUT H. **Les glaneurs alimentaires : rapport d'étude qualitative**. Paris : Centre d'étude et de recherche sur la philanthropie, Délégation interministérielle à l'innovation, à l'expérimentation sociale et à l'économie sociale, Haut commissariat aux solidarités actives contre la pauvreté, 2009/01, 92 p. <http://www.cerphi.org/wp-content/uploads/2011/05/rap-glaneur-2009.pdf>
- ORS HAUTE-NORMANDIE. **Actions et besoins des promoteurs en matière d'ateliers cuisine envers les publics en situation de précarité**. Rouen : ORS Haute Normandie, 2010, 46 p.
<http://www.orshn.fr/NosTravaux/Etudes/rapportpdf/2010/Draaf/rapcompletdraaf.pdf>
- POULAIN J.P. **Sociologie de l'obésité**. Paris : PUF, 05/2009, 360 p.
- RAYNAL F., VLAEMÏNCK F. **Dossier Aide alimentaire**. Paris : Secours Populaire, 2008

http://www.secourspopulaire.fr/dossier.0.html?&cHash=e7b954441d&id_dossier=55

➔ RECOURS F., HEBEL P., CHAMARET C. **Les populations modestes ont-elles une alimentation déséquilibrée ?** Paris : CREDOC, 12/2006, 113 p. (Cahier de recherche ; 232)
<http://www.credoc.fr/pdf/Rech/C232.pdf>

Articles de périodiques

➔ BELLIN-LESTIENNE C, DESCHAMPS V, NOUKPOAPE A. [et al]. **Consommations alimentaires et place de l'aide alimentaire chez les personnes incluses dans l'étude Abena, 2004-2005.** *BEH*, 2006, n°11-12, pp. 79-81 http://opac.invs.sante.fr/doc_num.php?explnum_id=4948

➔ BERTRAND L., DESROSIERS-CHOQUETTE J., DUQUETTE M.P. [et al]. **Pratiques et perceptions liées à l'alimentation : ce que nous apprennent les personnes à faible revenu.** *Rapport synthèse*, 12/2009, vol. 12, n°2, 8 p.
http://publications.santemontreal.qc.ca/uploads/tx_asssmpublications/1911-6853-DEC2009.pdf

➔ BRICHE E., GUSTINE G. **Les goûts alimentaires des bénéficiaires des Restos du Coeur.** *Alimentation, société & précarité*, 04/2008, n° 41, pp. 6-7
<http://www.cerin.org/uploads/media/41-Enquete-alimentaire-maison-arret-Angouleme-alimentation-sante-petit-budget.pdf>

➔ CAILLAVET F., DARMON N. **Contraintes budgétaires et choix alimentaires : pauvreté des ménages, pauvreté de l'alimentation ?** *Recherches en économie et sociologie rurales*, 12/2005, n°3-4, 4 p.
<http://www.inra.fr/internet/Departements/ESR/publications/iss/pdf/iss05-3Cai.pdf>

➔ CESAR C. **Enquête sur l'alimentation des personnes précarisées.** *La Santé de l'homme*, n°396, juillet-août 2008, pp 44-45. <http://www.inpes.sante.fr/SLH/articles/396/05.htm>

➔ CESAR C. - **Dépendre de la distribution d'aide alimentaire caritative-** *Anthropology of food*, 9/2008, n° 6, <http://aof.revues.org/document5073.html>

➔ CÉSAR C. **Que sait-on sur l'aide alimentaire ?** *La Santé de l'homme*, 07/2009, n° 402, pp. 31-32

➔ CERIN. **Allergie alimentaire et précarité.** *Alimentation et précarité*, n°29, 04/2005, pp. 2-8

➔ CERIN. **Femmes enceintes défavorisées : favoriser l'accès à une alimentation suffisante.** *Alimentation Santé et Petit budget*, n°53, 04/2011, pp.2-4.

➔ CERIN. **Aide alimentaire et travailleurs pauvres.** *Alimentation et précarité*, n°44, 01/2009, p.7

➔ CERIN. **Enquête auprès des familles en difficultés sur leurs habitudes alimentaires.** *Alimentation et précarité*, 10/2004, pp. 11-14

➔ CLEMENT A., - **Faut-il nourrir les pauvres ? Une perspective historique.** *Anthropology of Food*, n°6, 2008. <http://www.aof.revues.org/index4283.html>

➔ DARMON N. **Manger équilibré pour 3,5 euros par jour : un véritable défi.** *La Santé de l'Homme*, n°402, 2009, pp. 13-15 <http://www.inpes.sante.fr/SLH/articles/402/02.htm>

➔ DARMON N. **Le gradient social de l'obésité se creuse en France. Sait-on pourquoi ?** *Oléagineux, Corps Gras, Lipides*, 02/2008, vol. 15, n°1, pp. 46-52
http://www.jle.com/en/revues/agro_biotech/ocl/e-docs/00/04/3D/65/article.phtml

- DELAMAIRE C. **Alimentation des plus démunis : ce que prévoit le Programme National Nutrition-Santé.** *La Santé de l'Homme*, n°402, 2009, p. 36

- DE LA PORTE C. **Chômage et inactivité : quel impact sur les comportements alimentaires ?** *Alimentation santé & petit budget*, 10/2008; n°43, pp7-8
<http://www.cerin.org/uploads/media/43-Chomage-inactivite-impact-comportements-alimentaires-alimentation-sante-petit-budget.pdf>

- DE LA PORTE C. **L'aide alimentaire, une réalité mal connue.** *Alimentation et Précarité*, n°45, 2009, p.3. <http://www.cerin.org/uploads/media/45-Aide-alimentaire-realite-mal-connue-alimentation-sante-petit-budget.pdf>

- DELAVIGNE A-E., MONTAGNE K. [et al.] **Manger pour vivre : l'alimentation en condition de précarité dans les pays « riches ».** *Anthropology of Food*, 09/2008.
<http://aof.revues.org/index4223.html>

- EUFIC (European Food Information Council). **Comment manger sainement à petit prix ?** *Food today*, 03/2011.
<http://www.eufic.org/article/fr/artid/Comment-manger-sainement-petit-prix/>

- FEULIEN C. **Une alimentation saine pour les publics précarisés, c'est possible !** *Education santé* 01/2010, n°252, 4 p. <http://www.educationsante.be/es/article.php?id=1206>

- GAIGI H., DARMON N. **Une étude démontre la pertinence de la distribution de fruits et légumes via l'aide alimentaire.** *La Santé de l'Homme*, n°412, 04/2011, pp.50-51. <http://inpes.fr/SLH/pdf/sante-homme-412.pdf>

- HEBEL P. **Se nourrir d'abord, se faire du bien ensuite.** *Consommation et modes de vie*, n°209, 2008, 4p. <http://www.credoc.fr/pdf/4p/209.pdf>

- INPES. **Populations précarisées : l'accessibilité de l'alimentation.** *La Santé de l'Homme*, n°402, 08/2009, pp 11-42.
<http://www.inpes.sante.fr/SLH/sommaires/402.asp>

- IREPS RHONE-ALPES. **Qu'est-ce qui influence le comportement alimentaire ?** *Education Santé Rhône-Alpes*, n°6, 04/2011. <http://www.education-sante-ra.org/ind/m.asp?id=298>

- PICCA D. **L'alimentation des enfants de 0 à 3 ans au sein de familles en situation de précarité : pratiques et difficultés.** *Alimentation santé & petit budget*, 01/2009; n°44, p.3
<http://www.cerin.org/uploads/media/44-Alimentation-enfants-0-3-ans-familles-situation-precarite-pratiques-difficultes-alimentation-sante-petit-budget.pdf>

- POISSON D. **L'alimentation des populations modestes et défavorisées. Etat des lieux dans un contexte de pouvoir d'achat difficile.** Paris : OCHA, 11/2008, 21 p.
<http://www.lemangeur-ocha.com/wp-content/uploads/2012/04/DP-aliment-pop-defavorisees.pdf>

- POULAIN JP, TIBERE L. **Alimentation et précarité : considérer la pluralité des situations.** *Anthropology of food*, n°6, 09/2008 <http://aof.revues.org/index4773.html>

- UNCCAS. **Les modalités d'implication des CCAS/CIAS en matière d'aide alimentaire.** *Enquêtes et Observations sociales*, n°2, 10/2011, 16 p. <http://www.unccas.org/services/docs/enquetes-observations-sociales2.pdf>

➔ EFIGIP. **La pauvreté, une question de définition et de mesure.** Besançon : Efigip, 2011, 4 p.
<http://www.efigip.org/telecharger/publications/note-de-synthese-pauvrete.pdf>

➔ DARMON N., BOCQUIER A., VIEUX F. **L'insécurité alimentaire pour raisons financières en France.** *La lettre de l'Observatoire de la pauvreté et de l'exclusion sociale*, 06/2010, n°4, 6 p.
http://www.onpes.gouv.fr/IMG/pdf/04LETTREOnpesjuin2010_V5.pdf

Guides pédagogiques

➔ CULTURE & SANTE. **L'alimentation qu'en dites-vous ? L'achat et les tentations.** Bruxelles : Culture & Santé asbl, 2008, 32 p.
<http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/2-pdf-ep-2008.html?download=10:alimentation-1>

➔ CULTURE & SANTE. **L'alimentation qu'en dites-vous ? La préparation et les repas.** Bruxelles : Culture & Santé asbl, 2008, 32 p.
<http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/2-pdf-ep-2008.html?download=12:alimentation-3>

➔ MINISTERE DE L'EMPLOI ET DE LA SOLIDARITE, INPES [et al.] **Alimentation et insertion. Guide d'accompagnement du calendrier "Tous à Table !"**. Paris : Ministère de l'Emploi et de la Solidarité, 2005, 48 p.
http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_d_accompagnement_du_calendrier_Tous_a_table.pdf

➔ SEUGE A., **Les ateliers cuisine par le menu. Guide pratique.** Paris : Fédération française des Banques alimentaires, 03/2011, 98 p.
http://www.banquealimentaire.org/sites/default/files/guide_pratique_16mars_bat_2.pdf

Outils d'intervention

➔ BARTHELEMY L., BINSFELD C. [et al.] **Alimentation atout prix.** Saint Denis : INPES, 2006
Conçu à la fois comme un document de formation et comme un outil directement utilisable par les professionnels, ce classeur est construit autour de l'éthique en matière d'éducation nutritionnelle auprès des personnes en situation de précarité et des trois axes de l'acte alimentaire (acheter, préparer, manger). Chaque chapitre est composé de quatre niveaux de fiches qui constituent une progression. Pour chaque type de fiche, on trouve des documents de référence pour l'animateur comportant des éléments de connaissance et de réflexion, des transparents pédagogiques pour l'animation et des transparents complémentaires pour aller plus loin.
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/498.pdf>

➔ CODES AUVERGNE. **Mon panier repas.** Clermont-Ferrand : CODES 63, 02/2009.
Les fiches de ce classeur conçues pour des personnes en difficultés avec l'écrit, montrent la préparation de plats simples à base de fruits et légumes. Cet outil répond à la nécessité de disposer de supports d'intervention pratiques et facilement utilisables par les acteurs concernés par l'éducation alimentaire auprès d'un public précarisé. Chaque fiche peut être traitée individuellement et permet une multitude d'activités avec différents publics (personnes et familles en précarité économique, personnes handicapées mentales, personnes âgées en institution ou à domicile, migrants, enfants, adolescents, jeunes adultes,...).
<http://www.adocweb-bourgogne.org/node/11685>

➤ **CODES CHARENTE-MARITIME, CRES POITOU-CHARENTES [et al.] Photo-Alimentation : Outil d'intervention en éducation pour la santé.** 2005

Ce support interactif facilite l'émergence des représentations individuelles et collectives liées à l'alimentation à partir de photographies. Il permet à chacun de les penser, de les verbaliser puis de les exprimer face à un groupe. Ces représentations sont ensuite partagées et confrontées. Un travail de construction / déconstruction de l'acte alimentaire peut alors commencer. Il s'utilise avec des adultes et jeunes adultes. <http://ddata.over-blog.com/xxxyyy/0/40/54/12/photo-alimentation-PHOTOS.pdf>

➤ **CODES DE HAUTE-SAONE, ADAPEI, SAMN 70. Manger mieux, vivre mieux.** Vesoul : CODES de Haute-Saône, 2006

Ce classeur a pour objectif d'apporter des repères qualitatifs et quantitatifs sur l'alimentation à un public qui ne peut accéder à une information classique ou qui n'a pas les capacités d'analyse des messages publicitaires largement diffusés. Il permet grâce à des repères visuels faisant référence aux recommandations du PNNS d'impliquer le public destinataire dans le choix de ses aliments. Il est composé de 16 fiches détaillant les repères de consommation, les groupes d'aliments, 2 semaines de menus, des recommandations et des mises en gardes, le rangement des aliments dans le réfrigérateur, l'incitation à la pratique régulière d'une activité physique ainsi que plusieurs recettes illustrées.

➤ **CULTURES & SANTÉ ASBL. L'alimentation, qu'en dites-vous ? L'achat et les tentations. Version pour professionnels** Bruxelles : Cultures & santé, 2008, 56 p. <http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/2-pdf>

Ce carnet est destiné à tout professionnel du monde associatif et médical, et plus particulièrement à ceux travaillant avec un public fragilisé. Outre la retranscription, sous forme de dessins, de pratiques livrées par les patients en ce qui concerne les achats alimentaires et les stratégies qu'ils déploient pour résister aux tentations d'achat (cf. version grand public), cette version propose des informations complémentaires destinées aux professionnels. Le carnet explicite la démarche méthodologique poursuivie durant les animations afin de traiter de l'alimentation dans sa globalité et de favoriser l'expression de pratiques par les participants. Une dernière partie met en exergue des extraits d'articles et d'ouvrages relatifs aux thématiques traitées.

➤ **CULTURES & SANTÉ ASBL. L'alimentation, qu'en dites-vous ? L'achat et les tentations. Version grand public.** Bruxelles : Cultures & santé asbl, 2008, 32 p. <http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/2-pdf-ep-2008.html?download=10:alimentation-1>

Cette production, qui se concrétise sous la forme d'un livret, est un recueil de paroles sur la thématique de l'alimentation et sur les thèmes plus particuliers que sont les pratiques d'achat alimentaire et la résistance aux multiples tentations d'achat. Ce livret restitue et valorise les savoirs des gens sur ces questions permet de renvoyer chacun à ses propres connaissances. Le recueil de ces savoirs a eu lieu dans le cadre d'une série d'animations autour de thématiques liées à l'alimentation dans sa globalité. Afin de permettre à tout public de participer aux animations, la retranscription des informations livrées par les participants s'est faite sous forme de dessins. C'est également sous cette forme que les savoirs sont présentés dans ce livret, accompagnés toutefois de propos des participants.

➤ **CULTURES & SANTÉ ASBL. L'alimentation, qu'en dites-vous ? La préparation et le repas. Version grand public.** Bruxelles : Cultures & santé asbl, 2008, 32 p. <http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/2-pdf-ep-2008.html?download=12:alimentation-3>

Cette production, qui se concrétise sous la forme d'un livret, est un recueil de paroles sur la thématique de l'alimentation et sur les thèmes plus particuliers que sont la préparation des repas, l'acte de manger et leurs multiples dimensions. Ce livret restitue et valorise les savoirs des gens sur ces questions ; il permet de renvoyer chacun à ses propres connaissances. Le recueil de ces savoirs a eu lieu dans le cadre d'une série d'animations autour de thématiques liées à l'alimentation dans sa globalité. Afin de permettre à tout public de participer aux animations, la retranscription des informations livrées par les participants s'est faite sous forme de dessins. C'est également sous cette forme que les savoirs sont présentés dans ce livret, accompagnés toutefois de propos des participants.

➔ **CULTURES & SANTÉ ASBL. L'alimentation, qu'en dites-vous ? La préparation et le repas. Version pour professionnels**
Bruxelles : Cultures & santé asbl, 2008, 56 p. <http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/2-pdf-ep-2008.html?download=13:alimentation-4>
Ce carnet est destiné à tout professionnel du monde associatif et médical, et plus particulièrement à ceux travaillant avec un public fragilisé. Outre la retranscription, sous forme de dessins, de pratiques livrées par les patients en ce qui concerne la préparation des repas ainsi que l'acte de manger et ses multiples dimensions (cf Version grand public), cette version propose des informations complémentaires destinées aux professionnels. Le carnet explicite d'une part la démarche méthodologique poursuivie durant les animations afin de traiter de l'alimentation dans sa globalité et de favoriser l'expression de pratiques par les participants. Cette partie livre des informations permettant à tout professionnel d'aborder une thématique de manière globale ainsi que de l'exploiter en animations avec des adultes. Elle est destinée à susciter de nouveaux projets. Une dernière partie met en exergue des extraits d'articles et d'ouvrages relatifs aux thématiques traitées.

➔ **DELAVAL A., WEISLO A. Que faire de simple aujourd'hui avec les légumes frais ?** SL : Chronoprint, 2007, 80 p.
Cet ouvrage réalisé en collaboration avec le CRES Nord-Pas-de-Calais et l'Observatoire de la santé du Hainaut, propose de faire la découverte des légumes à travers une centaine de recettes, mais également de découvrir leurs qualités nutritionnelles et les méthodes de préparation et de conservation. Il peut constituer un véritable support pour illustrer des séances d'animation sur l'équilibre alimentaire et des ateliers culinaires.

➔ **DELAVAL A., WEISLO A. Que faire de simple aujourd'hui avec les fruits frais ?** SL : Chronoprint, 2009, 88 p
Ce guide s'adresse à tous, et livre les clés nécessaires pour cuisiner au quotidien 18 fruits parmi les plus courants. Pour chaque fruit, trois à cinq recettes faciles et rapides à réaliser sont présentées image par image, à partir d'ingrédients simples. Cet ouvrage détaille également les qualités nutritionnelles de chacun des fruits ainsi que leurs origines et méthodes de production et propose des astuces pour mieux les choisir et les conserver.

➔ **MAIRIE DE PARIS, FASTI. Cuisiner malin. Livre de recettes faciles et pas chères pour toutes et tous.**
Paris : Mairie de Paris, 2012, 46 p. http://labs.paris.fr/commun/pdf/Livret_Cuisiner_Malin.pdf

➔ **SPIECE C. L'outil pédagogique : la scie pour réduire ou le marteau pour mieux les fixer ? Inégalités sociales de santé : fiche alimentation.** Bruxelles : Service Promotion de la Santé de la Mutualité Socialiste-Solidaris, 10/2011, 12 p.
<http://www.pipsa.be/medias/ressources/2012/productionsPIPSa/Inegalites-sociales-de-sante-Fiche-alimentation.pdf>

Sites Internet

➔ **Association Nationale de Développement des Epiceries Solidaires (ANDES)**
Cet organisme encourage et accompagne la réalisation de nouveaux projets d'épiceries. Il fédère également ces structures au sein d'un réseau dynamique et innovant.
<http://www.epiceries-solidaires.org/>

➔ **Banques alimentaires**
<http://www.banquealimentaire.org/?prehome=0>
Fédération française des Banques Alimentaires.

➤ **Centre de recherche et d'information nutritionnelle (CERIN)**

Organisme scientifique dont la mission est de favoriser le développement et la diffusion des connaissances sur les relations entre alimentation et santé.

<http://www.cerin.org/>

➤ **Institut français pour la nutrition (IFN)**

L'Institut français pour la nutrition a pour objectif est de favoriser la concertation entre les milieux scientifiques et les professionnels de la chaîne agroalimentaire à l'occasion des questions intéressant la Nutrition et l'Alimentation dans leurs différentes dimensions, et leur promotion.

<http://www.ifn.asso.fr>

➤ **Manger bouger, espace professionnels du social**

Cet espace propose des ressources pour s'informer sur l'alimentation des populations en situation de précarité et pour agir auprès de ces populations (outils d'animation, d'information, dispositif de formation).

<http://www.mangerbouger.fr/pro/social/>

➤ **Portail public de l'alimentation (Ministère de l'agriculture, de l'agroalimentaire et de la forêt)**

Ce site propose un dossier d'actualités sur l'aide alimentaire.

<http://alimentation.gouv.fr/evenements,86>

➤ **Programme Alimentation et Insertion**

La page internet du Programme alimentation et insertion, hébergée par le Ministère de l'agriculture propose des informations et des ressources sur cette thématique. Ce programme repose sur deux principes fondateurs : sensibiliser les personnes recourant à l'aide alimentaire à l'équilibre alimentaire et créer du lien social. Au-delà de l'aide alimentaire et de la distribution d'aliments, le PAI a pour objectif de faire passer des messages sur l'alimentation à des personnes vulnérables sur le plan financier ou psychosocial, plus touchées généralement par les pathologies liées à l'alimentation.

<http://alimentation.gouv.fr/lancement-PAI>