



Haute Ecole de la Province de Liège



L'ALIMENTATION DURABLE, UN DÉFI POUR LES ÉTUDIANTS PRÉCARISÉS ?

Étude de cas réalisée au sein de la Haute École de la Province de Liège

WILLEMSEN Justine

Siège social HEPL :
Quai des Carmes, 45
4101 Jemeppe
Belgique
www.hepl.be

Siège social HELMo :
Mont Saint-Martin, 45
4000 Liège
Belgique
www.helmo.be

Travail de fin d'études présenté en vue de l'obtention du grade de Master en Ingénierie et Action Sociales.

Année académique : 2023 - 2024

Abstract

A l'heure où les préoccupations environnementales et sociales s'intensifient, la question de la durabilité alimentaire revêt une importance croissante. Par conséquent, comprendre comment ces enjeux affectent différents groupes, notamment les étudiants, est essentiel pour développer des solutions adaptées.

Ce mémoire, rédigé selon la structure IMRED (Introduction, Méthodologie, Résultats, Discussion), a pour objectif d'examiner les défis auxquels sont confrontés les étudiants de la Haute Ecole de la Province de Liège (HEPL) face à l'adoption de pratiques alimentaires durables, ainsi que les éventuelles opportunités qui s'ouvrent à eux dans un contexte de précarité grandissante.

L'introduction de cet écrit met en lumière trois concepts clés : l'alimentation durable, la précarité alimentaire et la précarité étudiante. Dans un second temps, l'article se consacre à la description de la méthodologie de récolte des données, comprenant notamment des enquêtes quantitative et qualitative menées auprès des étudiants de la Haute Ecole. Ensuite, les limites de ce travail sont posées et les résultats obtenus grâce à cette étude sont analysés et puis discutés. Par ailleurs, des recommandations sont formulées pour favoriser l'accès à des pratiques alimentaires durables pour les étudiants de la HEPL. Pour conclure, certaines thématiques abordées dans ce travail sont mises en lien avec la littérature existante et des suggestions de recherches futures sont proposées.

Mots-clés : *alimentation durable, précarité alimentaire, précarité étudiante, défis, Haute Ecole de la Province de Liège.*

Dans ce travail, l'usage du masculin vise exclusivement à rendre la lecture plus fluide et n'a aucune intention discriminatoire.

Introduction

« *L'humanité rencontre bien des problèmes, mais l'avenir a toujours été incertain. Il est encore temps de rêver à un monde meilleur. Pour sortir des diktats de la croissance économique, pour résoudre les problèmes écologiques, il convient sans doute d'inventer une nouvelle manière de vivre. Je fais partie des hommes qui font ce pari, qui pensent que l'humanité doit s'appuyer sur l'immensité de son savoir et de son patrimoine culturel pour adopter **un mode de vie plus durable** et donc plus rustique. La perspective d'avoir à relever ce nouveau défi est particulièrement stimulante.* » (Rémésy, 2010).

Il y a quelques années, Christian Rémésy¹ formulait un appel à une réflexion profonde dans son ouvrage intitulé « L'alimentation durable : Pour la santé de l'homme et de la planète ». Ses mots résonnent encore aujourd'hui comme une nécessité pressante de repenser nos modes de vie et nos choix alimentaires pour un avenir plus durable. Toutefois, au-delà de cet appel à l'action, ne pouvons-nous pas nous demander si, dans notre quête pour un avenir plus responsable, nous ne risquons pas de stigmatiser et/ou de laisser de côté injustement les publics précaires ?

Ce mémoire intitulé « L'alimentation durable, un défi pour les étudiants précarisés ? » s'ancre dans cette réflexion qui me paraît essentielle. En effet, si l'alimentation durable se profile comme une nécessité pour l'avenir de notre planète et de notre santé, il est tout aussi important de considérer les défis spécifiques rencontrés par les personnes en situation de précarité et, dans le cadre de cette étude, plus particulièrement par les étudiants. A travers ce travail, je vais donc explorer les tensions entre la nécessité de promouvoir une alimentation durable et l'impératif de répondre aux besoins alimentaires immédiats des étudiants précarisés.

Une question cadrant ce travail peut dès lors se poser : « **Quels défis et/ou opportunités les étudiants de l'enseignement supérieur en situation de précarité rencontrent-ils dans l'adoption de pratiques alimentaires durables ?** »

Dans un premier temps, afin de poser les fondations de cette recherche, il me semble nécessaire de fournir et d'explicitier les bases théoriques liées à cette problématique telles que **l'alimentation durable, la précarité alimentaire** ainsi que **la précarité étudiante**.

¹ Christian Rémésy est un nutritionniste français engagé et ancien Directeur de recherche à l'Institut National de la Recherche Agronomique (INRA).

1. L'alimentation durable

L'alimentation durable se révèle comme un concept vaste et non spécifique, nécessitant une définition précise. Dans le cadre scientifique, elle se manifeste à travers l'idée d'une alimentation basée sur des produits non transformés, également connue sous le terme anglais « wholefood alimentation » (Mathys, 2017).

Cette notion, exposée notamment par C. Leitzmann, T. Männle et K. von Koerber (2004) dans leur ouvrage intitulé « Vollwert-Ernährung »², a gagné en popularité grâce au soutien d'organisations gouvernementales et non gouvernementales, ainsi qu'à la publication d'ouvrages portant sur ce sujet. Le mouvement de l'alimentation durable a rapidement pris forme à la suite de la crise alimentaire mondiale de 2008, également connue sous le nom des « émeutes de la faim », causée par une augmentation soudaine des prix des denrées agricoles et alimentaires (Paturel & Ndiaye, 2020).

L'alimentation durable s'inscrit dans le cadre du développement durable, qui repose sur trois piliers : l'environnement (pilier écologique), la santé et la solidarité (pilier social), et la viabilité économique (pilier économique). Ainsi, en intégrant ces trois dimensions, l'alimentation durable se définit comme une alimentation qui est à la fois saine, respectueuse de l'environnement et équitable (Bio Forum Wallonie, 2011).

Selon la fiche thématique de Bio Forum Wallonie concernant l'alimentation durable, le pilier environnemental met l'accent sur le choix d'aliments provenant de modes de production agricole durables, comme l'agriculture biologique, la réduction des déchets et des transports, ainsi que le respect de la saisonnalité. Ces actions visent à réduire l'empreinte écologique, à protéger la nature et à préserver les ressources naturelles.

Le volet solidaire du pilier social privilégie quant à lui le choix d'aliments issus du commerce équitable ou de l'agriculture paysanne, favorisant ainsi les filières courtes. Ces initiatives permettent aux agriculteurs de mieux vivre de leur production et de garantir une juste distribution des ressources et des bénéfices liés à l'alimentation.

En ce qui concerne la santé, l'alimentation durable implique le respect des principes de la pyramide alimentaire et des exigences nutritionnelles, ainsi que le choix d'aliments de qualité, exempts de résidus de pesticides. Elle promeut l'équilibre nutritionnel, la découverte des saveurs, ainsi que la consommation de produits sains et de qualité.

² Traduit littéralement en français par « alimentation complète » (qui privilégie les aliments non transformés).

Enfin, l'alimentation durable veille à maintenir la viabilité économique des entreprises en proposant des solutions permettant de maîtriser les coûts, tout en préservant des marges bénéficiaires serrées.

Bien que ces principes visent à offrir divers avantages en matière de santé, d'équité, d'économie et d'environnement, ils peuvent tout de même être confrontés à des obstacles découlant de divers déterminants qui conditionnent l'accès à une alimentation durable. Ces barrières peuvent se manifester à travers différents types d'accessibilité (Rousselle, 2023) :

1) L'accessibilité financière et matérielle :

Les revenus, le logement et l'équipement nécessaires pour préparer et conserver les aliments influencent directement la capacité des individus à accéder à une alimentation durable. Pour certaines personnes, l'alimentation est un choix de survie, plutôt que de plaisir. Cette préoccupation peut être exacerbée par des contraintes financières importantes, les obligeant à arbitrer entre différents postes de dépenses (Paturel & Ramel, 2017).

2) L'accessibilité pratique :

Outre les difficultés économiques, divers problèmes pratiques peuvent également se poser, notamment en ce qui concerne la capacité à se déplacer et la distance à parcourir depuis le domicile pour accéder aux commerces ou aux sources d'approvisionnement d'alimentation durable.

3) L'accessibilité via l'information :

La manière dont les individus accèdent à l'information sur l'alimentation est étroitement liée à leur niveau d'éducation ainsi qu'à leur compréhension des enjeux liés à ce domaine. En effet, les données disponibles concernant les choix alimentaires exercent une influence significative sur les décisions alimentaires prises par les individus et les familles (Paganelli & Clavier, 2023). Néanmoins, selon D. Paturel et M. Ramel (2017), les messages relatifs à la nutrition et à la santé sont souvent connus, mais, dans la pratique, demeurent inatteignables pour certaines personnes. Dans de nombreux cas, la priorité est accordée à la simple satisfaction de la faim plutôt qu'à la qualité des aliments consommés. Les différents messages et injonctions autour de l'alimentation durable peuvent donc générer de l'anxiété chez les personnes défavorisées quant à la nourriture qui leur est accessible.

4) L'accessibilité sociale et culturelle :

Ce type d'accessibilité regroupe un ensemble d'éléments incluant les relations et la vie sociale, l'évolution de la situation socio-économique, les habitudes familiales et culturelles (imprégnées dès le plus jeune âge), ainsi que le rythme de vie. Ces différents aspects exercent une influence significative sur les choix alimentaires des individus, façonnant ainsi leurs préférences et leurs comportements en matière d'alimentation. Par exemple, dans certaines cultures, les repas en famille sont essentiels, encourageant la préparation de plats « faits maison » avec des ingrédients frais et locaux.

5) L'accessibilité par l'expérience et la compétence :

Ce dernier facteur détermine dans quelles mesures les personnes sont capables de faire des choix alimentaires durables. Il comprend leurs aptitudes à analyser, à prendre des décisions et à effectuer des changements en lien avec leur alimentation. Il inclut également leur perception du lien entre l'alimentation et la santé, leur rapport à la nourriture, ainsi que leur appréciation du plaisir et du goût.

Par ailleurs, D. Paturol et P. Ndiaye, dans leur ouvrage, défendent un principe de « droit à l'alimentation durable » qui se veut être une perspective de justice sociale³, critiquant une approche réductrice de la « sécurité alimentaire » (souvent limitée uniquement à la quantité de nourriture disponible, mesurée en calories) et encourageant une prise de conscience plus large des enjeux environnementaux et sociaux (Paturol & Ndiaye, 2020).

Dans le contexte international, il n'existe pas de directive spécifique qui promeut explicitement le droit à une alimentation durable. Cependant, l'alimentation est reconnue comme un élément essentiel des objectifs de développement durable (ODD) énoncés dans le « Programme de développement durable à l'horizon 2030 »⁴ des Nations Unies. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) est chargée de coordonner l'objectif n°2 de cette initiative, qui vise spécifiquement à éliminer la faim, à garantir la sécurité alimentaire, à améliorer la nutrition et à promouvoir l'agriculture durable (OMS, 2021).

³ Selon les Nations Unies, « *La justice sociale est fondée sur l'égalité des droits pour tous les peuples et la possibilité pour tous les êtres humains sans discrimination de bénéficier du progrès économique et social partout dans le monde* » (Nations Unies, 2023).

⁴ Les 17 ODD des Nations Unies sont les suivants : pas de pauvreté (1), faim « zéro » (2), bonne santé et bien-être (3), éducation de qualité (4), égalité entre les sexes (5), eau propre et assainissement (6), énergie propre et d'un coût abordable (7), travail décent et croissance économique (8), industrie, innovation et infrastructure (9), inégalités réduites (10), villes et communautés durables (11), consommation et production responsables (12), mesures relatives à la lutte contre les changements climatiques (13), vie aquatique (14), vie terrestre (15), paix, justice et institutions efficaces (16) et partenariats pour la réalisation des objectifs (17) (Nations Unies, s.d.).

En 2004, l'OMS soulignait déjà que « *Dans tous les pays, l'école influence la vie de la plupart des enfants. Elle devrait donc protéger la santé des enfants en les informant, en leur inculquant des notions de base concernant la santé et en s'attachant à promouvoir une alimentation saine et l'exercice physique, au même titre que d'autres comportements sains.* » (OMS, 2022).

Selon plusieurs recherches, la promotion de la santé à l'école contribue à créer un environnement scolaire favorable pour les jeunes. Cela a un effet positif sur les conditions spécifiques à l'apprentissage des élèves, améliorant ainsi leur motivation, leur engagement et leur performance académique. En conséquence, selon la Fédération Wallonie-Bruxelles, la promotion de la santé et du bien-être doit occuper une place importante dans les établissements scolaires, avec un accent particulier sur l'éducation des enfants et des jeunes. Pour elle, il est essentiel de leur accorder une attention spécifique en matière d'alimentation saine et durable, sachant que cette sensibilisation demeure une priorité essentielle non seulement pour leur santé physique et mentale, mais aussi pour l'avenir de notre planète (Enseignement.be, s.d.).

Plus spécifiquement, en Belgique, à l'heure actuelle, il existe des instances qui jouent un rôle essentiel dans la promotion de l'alimentation durable à différents niveaux, notamment :

- Le Conseil Fédéral du Développement Durable (CFDD) qui a pour missions légales de conseiller le gouvernement sur les politiques de développement durable (y compris celles liées à l'alimentation), de servir de forum de discussion et de dialogue politique entre le gouvernement et la société civile, d'informer et de sensibiliser le public sur les enjeux du développement durable, et de proposer des recherches dans ce domaine (CFDD FRDO, 2022).
- Le Service public de Wallonie (SPW), via la Déclaration de Politique régionale 2019-2024 wallonne, qui a établi plusieurs engagements pour accélérer la transition vers un système alimentaire durable, notamment en instituant une structure de coordination, le Collège wallon de l'Alimentation Durable (CwAD). Ce collège vise à faciliter la prise en compte des enjeux liés à l'alimentation et à promouvoir la collaboration entre les différents acteurs pour accélérer cette transition. Par ailleurs, adopté en octobre 2022, Food Wallonia est un plan d'actions comprenant 19 initiatives visant à promouvoir un système alimentaire durable en Wallonie. Ce plan, élaboré de manière participative par

les membres du CwAD, s'inscrit dans une approche cohérente avec les ODD des Nations Unies et de la stratégie européenne « De la ferme à la table »⁵ (Wallonie, s.d.).

- Le Conseil de Politique Alimentaire (CPA) de Liège Métropole, première instance de ce type en Wallonie (décembre 2022), qui réunit les acteurs du système alimentaire des communes de l'arrondissement de Liège. Il se concentre sur des thématiques telles que le développement des circuits courts, la sensibilisation de la population à une alimentation durable, la formation aux métiers de l'alimentation et la lutte contre la précarité alimentaire. Porté conjointement par la Ceinture Aliment-Terre Liégeoise (CATL)⁶ et Liège Métropole, avec le soutien de l'Université de Liège, le CPA vise à promouvoir la transition vers un système alimentaire plus résilient et durable, avec un accent sur la relocalisation de l'alimentation (Liège Métropole, 2024).

Dès lors, dans le contexte actuel où la précarité étudiante coexiste avec cet intérêt croissant pour des pratiques favorables à l'environnement telles que l'alimentation durable comme expliqué précédemment, il devient primordial d'explorer cette dualité complexe, confrontant l'impératif immédiat de répondre aux besoins de base (dont le besoin alimentaire) de ces étudiants et la quête croissante pour des pratiques dites plus « responsables ».

2. La précarité alimentaire

L'article 25 de la Déclaration universelle des droits de l'homme, adoptée le 10 décembre 1948, énonce le droit fondamental à un niveau de vie adéquat, garantissant la santé, le bien-être individuel et familial, dont l'accès à une alimentation suffisante et adaptée (Nations Unies, 1948). Partager un repas entre amis, faire des courses, ouvrir le réfrigérateur, se rendre au restaurant, préparer ses repas, ... Ces gestes alimentaires, exécutés quotidiennement, s'intègrent naturellement à nos vies sans que nous en mesurions souvent l'ampleur. Pourtant, ces actions ancrées dans notre routine quotidienne sont d'une grande importance. Elles contribuent non seulement à notre bien-être, mais jouent également un rôle primordial dans la création des liens sociaux, fondamentaux à l'épanouissement humain (Banques Alimentaires, s.d.).

⁵ En mai 2020, la Commission européenne a dévoilé sa stratégie intitulée "De la ferme à la table". L'objectif principal des initiatives menées par l'Union européenne dans le cadre de cette stratégie est de rendre l'alimentation plus saine et plus durable en Europe (Conseil européen, 2024).

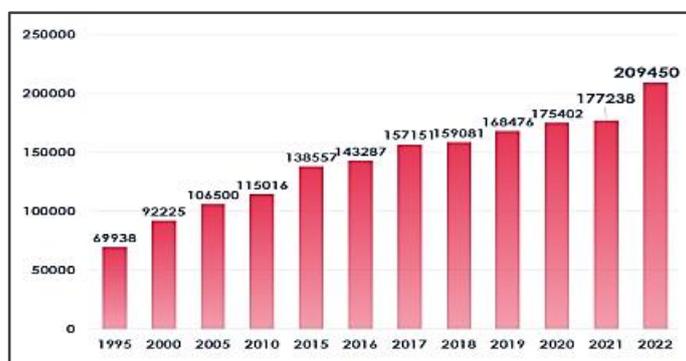
⁶ La Ceinture Aliment-Terre Liégeoise (CATL) est une ASBL qui vise à rassembler les acteurs locaux de la région de Liège pour promouvoir le développement d'une filière alimentaire courte, respectueuse de l'environnement et créatrice d'emplois de qualité (Ceinture Aliment-Terre Liégeoise, s.d.).

Cependant, la précarité alimentaire émerge comme une réalité vécue par de nombreuses personnes, mettant en lumière les inégalités d'accès à une alimentation adéquate en termes de quantité (où les personnes n'ont pas assez à manger), mais aussi de qualité (où elles ont suffisamment à manger, mais pas toujours les aliments souhaités), en raison de diverses contraintes économiques et sociales (Dubasque, 2023).

Elle est d'ailleurs considérée comme une composante de la précarité générale, définie par le fondateur de ATD Quart Monde, J. Wresinski, comme « *l'absence d'une ou plusieurs des sécurités permettant aux personnes et aux familles d'assumer leurs obligations professionnelles, familiales et sociales, et de jouir de leurs droits fondamentaux. L'insécurité qui en résulte peut être plus ou moins étendue et avoir des conséquences plus ou moins graves et définitives.* » (Le Centre Joseph Wresinski, 2007).

Selon une étude réalisée par Statbel, 4,2% de la population belge était incapable de s'offrir un repas composé de viande, de poulet, de poisson ou équivalent végétarien tous les deux jours au moins pour des raisons financières en 2023. Ce pourcentage ne cesse d'augmenter depuis 2019 où il était de 3,6% (Statbel, 2024).

Evolution du nombre de bénéficiaires des Banques Alimentaires belges de 1995 à 2022 (Fédération belge des Banques Alimentaires, 2022)



Par ailleurs, comme le montre ce graphique, en 2022, le nombre de personnes sollicitant une assistance alimentaire auprès des 676 organisations affiliées aux Banques Alimentaires a augmenté de manière significative, passant de 177.238 en janvier à 209.450 en décembre, soit une augmentation de 18,2%. La moyenne mensuelle de demandeurs s'est élevée à 193.344. Cette hausse sans précédent a été stimulée par les fortes augmentations des prix de l'énergie et des denrées alimentaires tout au long de l'année, principalement attribuées à la situation de guerre en Ukraine (Fédération belge des Banques Alimentaires, 2022).

Profil des bénéficiaires des Banques Alimentaires belges en 2022 (Fédération belge des Banques Alimentaires, 2022)

Sexe	51,2 %  48,8 % 
Adultes(18-65 ans)	66,7 %
dont 18-24 ans	17,2 %
Seniors > 65 ans	7,2 %
Enfants et jeunes (0 - 18 ans)	26,1 %
dont 0 - 14 ans	20,2 %
dont 14 - 18 ans	5,9 %
Familles monoparentales	27,2 %
dont mères célibataires	73,1 %

En outre, grâce à ce tableau, nous pouvons constater qu'en 2022, les jeunes étaient largement présents parmi ceux qui dépendaient de l'aide alimentaire. Environ quatre bénéficiaires sur dix avaient moins de 24 ans, tandis qu'un peu plus d'un sur quatre était âgé de moins de 18 ans. De plus, deux sur dix étaient des enfants de moins de 14 ans. Il est également pertinent de souligner qu'un peu plus d'un bénéficiaire sur quatre était un parent seul, parmi lesquels environ 75% étaient des femmes (Fédération belge des Banques Alimentaires, 2022).

Dans le contexte de la précarité alimentaire, les aides alimentaires occupent donc une place centrale en tant qu'initiatives à court terme pour répondre aux besoins urgents des individus confrontés à ces difficultés (Paturel & Ramel, 2017).

Par exemple, en réponse à la crise sanitaire de 2019, certaines écoles supérieures, comme l'Université de Liège, ont pris des mesures pour soutenir les étudiants en situation de précarité en distribuant des paniers solidaires.

Constatant l'ampleur des besoins alimentaires parmi les étudiants, le Pôle académique Liège-Luxembourg a mis en place en février 2022 la première épicerie solidaire à destination des étudiants en Belgique francophone, appelée « Le Kotidien »⁷. Cette initiative est née à la suite de l'étude sur les conditions de vie des étudiants de la Fédération Wallonie-Bruxelles (FWB), commanditée par le ministère de l'Enseignement supérieur (BDO-SONECOM, 2019), qui a révélé deux nouvelles préoccupations majeures chez les étudiants : la santé mentale et l'alimentation. Ainsi, cette épicerie solidaire a été créée pour répondre aux réalités de nombreux jeunes qui ne remplissent pas les critères sélectifs des CPAS malgré des difficultés financières importantes. Elle vise à offrir aux étudiants un choix de produits alimentaires (des fruits et de légumes, du lait, de la farine, des œufs, de la viande, ...), en mettant l'accent sur la dignité et le plaisir liés à l'alimentation. Elle est également attentive à la question

⁷ Il s'agit d'un service situé dans le centre de Liège et accessible à tous les étudiants des écoles supérieures des provinces de Liège et de Luxembourg, quelle que soit leur institution, sans discrimination.

environnementale en proposant des produits en vrac et en favorisant les produits locaux (ULiège, 2023).

De même, consciente des besoins réels des étudiants, la HEPL a lancé ses premiers paniers solidaires en 2021, qu'elle a ensuite pérennisés en aménageant cinq épiceries solidaires accessibles depuis 2023 sur différents sites : Campus 2000 (Jemeppe), Barbou (Liège), Gloesener (Liège), La Reid et Verviers⁸. Cette nouvelle approche offre ainsi aux étudiants la possibilité de choisir leurs produits en toute discrétion et vise à réduire le gaspillage. « *On s'est rendu compte que certains étudiants nous laissaient des articles dont ils n'avaient pas besoin ou pas envie.* », a expliqué la responsable de l'épicerie du Campus 2000 (Lafuie, 2024). Ces épiceries fournissent gratuitement des produits alimentaires biologiques et locaux aux étudiants, en collaboration avec le Centre Provincial Liégeois de Promotion et de Gestion en Agriculture (CPL - Promogest) pour l'approvisionnement en denrées. Celles-ci proposent principalement des œufs biologiques, des pommes ou des poires, des jus de fruits, du lait, des pâtes biologiques, des tartinables, des potages et quelques plats préparés. Durant l'année scolaire 2022-2023, 10.980 colis ont ainsi été distribués par les épiceries solidaires de la HEPL (Province de Liège, 2024).

Néanmoins, pour D. Paturel et M. Ramel (2017), la plupart des initiatives dans le domaine de l'aide alimentaire ne visent pas à promouvoir l'autonomie alimentaire des individus, en les impliquant dans l'élaboration, la mise en œuvre et le suivi de ces initiatives. Bien souvent, les personnes bénéficiaires se voient attribuer un rôle passif, les reléguant au statut de simple bénéficiaire d'aide. Pourtant, leur participation active et leur implication dans ces projets pourraient leur conférer un statut plus valorisant dans la société.

Dans cette perspective, il est important de reconnaître que le simple don ne résout pas durablement les problèmes de précarité alimentaire, risquant même de perpétuer une situation de dépendance. C'est pourquoi, selon Dubasque (2023), les travailleurs sociaux doivent envisager d'intervenir dans plusieurs autres dimensions pour véritablement traiter cette problématique.

⁸ Ces cinq épiceries sont ouvertes deux à trois jours par semaine, généralement sur le temps de midi (ou pendant d'autres créneaux horaires, selon le campus). De plus, puisque la HEPL compte onze implantations, mais que les épiceries solidaires sont présentes uniquement sur cinq campus, les étudiants des autres implantations peuvent se rendre dans l'épicerie solidaire de leur choix.

3. La précarité étudiante

La précarité étudiante, une problématique au cœur des débats médiatiques depuis des années, est devenue un aspect incontournable de l'enseignement supérieur (Fédération Infor Jeunes, 2022). Lucas Van Molle, ancien président de la Fédération des étudiants francophones (Fef), l'a d'ailleurs présentée comme un défi fondamental au sein de l'enseignement supérieur et comme une priorité pour la démocratie et l'émancipation des jeunes (Van Molle, 2022).

Parallèlement, l'enquête sur les conditions de vie des étudiants de l'enseignement supérieur (BDO-SONECOM, 2019) a révélé qu'en 2019, jusqu'à 36% des étudiants de la FWB, soit environ 73.800 jeunes, faisaient face à une précarité objective, bénéficiant d'un ou plusieurs dispositifs d'aides sociales en raison de problèmes financiers réguliers. Cette étude a également indiqué qu'environ 40% des étudiants se considéraient en situation de précarité subjective, ce qui équivaut à plus de 80.000 individus. Cette catégorie inclut les jeunes qui ne bénéficient pas d'aides sociales, mais qui doivent faire des sacrifices tels que renoncer à un repas ou à des soins de santé pour financer leurs études, ainsi que ceux qui dépendent de leurs revenus provenant d'un emploi étudiant pour couvrir les frais liés à leur formation.

Ainsi, seulement 24% des étudiants semblaient ne pas être du tout fragilisés, en affirmant disposer de suffisamment d'argent pour assumer leurs dépenses mensuelles, principalement grâce à une dépendance financière totale envers leur famille.

Selon cette enquête, la crise sanitaire a renforcé la présence de cette précarité, entraînant une perte d'emplois étudiants et affectant leur capacité à financer leurs études. Aussi, ces dernières années, l'enseignement supérieur a enregistré une augmentation de sa population, caractérisée par une diversification des profils, incluant davantage d'étudiants issus de milieux modestes et plus âgés. De plus, les ressources financières ont évolué, les configurations familiales sont devenues plus complexes et les étudiants en rupture familiale (et donc isolés) sont particulièrement touchés par cette précarité. Par ailleurs, à la suite du décret Paysage, la durée moyenne des études a été prolongée, ce qui rend plus difficile pour certaines familles de supporter les coûts associés. En outre, la population étudiante vieillit avec de plus en plus d'étudiants poursuivant leurs études au-delà de 25 ans. Cependant, à partir de cet âge, plusieurs avantages sont perdus, comme le tarif étudiant dans les transports en commun.

Par conséquent, la précarité étudiante entraîne des inégalités de réussite académique, avec un taux d'échec plus élevé pour les étudiants en difficulté financière.⁹ De plus, elle exerce une influence déterminante sur l'émancipation individuelle et collective des jeunes. En effet, la situation de précarité dans laquelle se trouvent certains étudiants a un impact significatif sur leur capacité à se développer et à s'épanouir tant sur le plan personnel que dans leur participation à la société.

Face à cette réalité, des mesures ont été prises en 2021 par le Cabinet de l'enseignement supérieur de la Ministre Glatigny (en collaboration avec le Conseil supérieur des allocations d'études) pour tenter d'atténuer les effets de la précarité étudiante, notamment en augmentant le nombre de bénéficiaires et les montants des allocations d'études. Cependant, des défis persistent. En effet, les mesures actuelles de lutte contre la précarité étudiante, principalement axées sur des solutions temporaires, reposent sur des aides matérielles ciblées, telles que les bourses d'études, les réductions sur les frais de scolarité ou les aides forfaitaires pour les repas et les déplacements.

Toutefois, les politiques se heurtent à des difficultés pour répondre de manière précise et efficace aux besoins individuels des étudiants. Cela met en évidence les lacunes du système actuel, qui n'est pas toujours suffisamment flexible ou adapté pour prendre en compte chaque situation spécifique de manière appropriée. De plus, la complexité des critères d'attribution des aides et leur lourdeur administrative représentent des obstacles majeurs pour de nombreux jeunes en situation de précarité (Fédération Infor Jeunes, 2022).

Il semble donc nécessaire de comprendre la précarité étudiante dans son contexte global pour aborder efficacement cette problématique.

Ainsi, comme l'a montré la littérature scientifique, notamment les études menées par Grignon (2003) et Verley & Zilloniz (2011), la réalité de la précarité étudiante transcende largement les indicateurs traditionnels de pauvreté monétaire comme les simples considérations de revenus ou de statut socio-économique.

Cette réalité nécessite une approche plus holistique, intégrant une multitude d'indicateurs alternatifs. Au-delà des critères traditionnels énoncés ci-dessus, des éléments comme l'insatisfaction financière, le recours au travail étudiant, les problèmes de logement, les demandes d'aides exceptionnelles, la gestion financière (l'épargne ou l'endettement), ainsi

⁹ En ce qui concerne la HEPL, actuellement, 16% des étudiants bénéficient d'un dossier au service social et ont accès à toutes les aides sociales et financières possibles (dont un forfait repas mensuel de 125€) si les conditions d'obtention sont remplies. Le profil socio-économique des étudiants de cette Haute Ecole n'a pas la possibilité d'être établi de manière plus précise actuellement.

que les choix de renoncement à des besoins essentiels sont des dimensions essentielles à considérer dans l'analyse de la précarité étudiante (Observatoire national de la vie étudiante, 2016).

En incluant ces indicateurs au raisonnement, il est possible de mieux appréhender les défis auxquels les étudiants précaires sont confrontés, notamment en ce qui concerne leur accès à une alimentation durable. Par exemple, l'insatisfaction financière pourrait influencer leurs choix alimentaires, les contraignant à opter pour des aliments moins coûteux, mais potentiellement moins durables sur le plan nutritionnel ou environnemental. De même, le recours au travail étudiant pourrait avoir un impact sur leur disponibilité pour cuisiner des repas durables.

De ce fait, nous pouvons nous demander : Comment la précarité étudiante influence-t-elle les choix alimentaires des étudiants ? Dans quelle mesure les pratiques alimentaires durables pourraient-elles être intégrées comme une réponse efficace pour atténuer les défis de la précarité alimentaire étudiante ?

Méthodologie

La méthodologie adoptée dans cette étude de cas combine plusieurs approches qui m'ont progressivement orientée vers la problématique de l'alimentation durable dans le contexte de la précarité étudiante. Les différentes étapes suivies s'inspirent du « Manuel de recherche en sciences sociales » de Luc Van Campenhoudt et Raymond Quivy (2017) ainsi que du cours et du livre « Méthodologie de l'enquête quantitative et qualitative » d'Anne Discry (2020).

1. La revue de littérature

La démarche méthodologique s'est initialement appuyée sur une recherche documentaire, en lien avec la thématique principale de mon stage : l'alimentation des étudiants. Cette phase a consisté en l'identification et l'analyse d'études antérieures portant principalement sur trois axes thématiques : l'alimentation durable, la précarité alimentaire et la précarité étudiante.

Cette revue des connaissances existantes a été fondamentale pour orienter la problématique en apportant une compréhension globale du thème.

2. Les entretiens exploratoires

Les entretiens exploratoires ont été entrepris dans l'optique initiale de saisir le contexte global de l'aide alimentaire (et, plus particulièrement, des épiceries solidaires) destinée aux

étudiants en situation de précarité, complétant ainsi les informations recueillies à travers la revue de littérature. La structure ouverte des entretiens a été conçue pour aborder plusieurs sujets pertinents, avec une flexibilité permettant l'émergence de nouveaux thèmes. Les données issues de ces entretiens ont été enregistrées et transcrites. Ces échanges ont largement influencé la conception de ce travail et ont contribué à affiner la question de recherche.

Dans un premier temps, j'ai assisté à une réunion du Pôle académique Liège-Luxembourg, où j'ai eu l'opportunité de participer à l'état des lieux de l'épicerie solidaire « Le Kotidien » et d'assister à la présentation du nouveau responsable chargé de la gestion de cette épicerie.

Ensuite, j'ai réalisé un entretien approfondi avec le responsable de l'épicerie du Kotidien, afin d'explorer les différentes demandes des étudiants, les produits disponibles, ainsi que le mode de fonctionnement général de l'épicerie solidaire.

J'ai également eu l'occasion d'interroger le directeur d'administration et financier de la HEPL pour obtenir des informations spécifiques sur l'épicerie solidaire mise en place au sein de l'école, notamment en ce qui concerne son financement et la provenance des différents produits.

De plus, j'ai échangé avec la personne en charge de la gestion quotidienne et logistique de l'épicerie solidaire de la HEPL sur le campus de Jemeppe, afin de recueillir ses impressions ainsi que les potentiels retours d'expérience des étudiants bénéficiaires de ce service.

Enfin, j'ai eu l'opportunité de m'entretenir avec Monsieur Hardy, professeur à la Haute Ecole Libre Mosane (Helmo), qui a mené une recherche intitulée « Evaluation - Organisations à finalité sociale - Ethique des Droits Humains », notamment en impliquant des étudiants en situation de précarité lors de diverses discussions. Cette conversation m'a permis d'obtenir des éclaircissements sur son approche méthodologique, afin de mieux orienter la conception du questionnaire quantitatif et de préparer l'enquête qualitative.

3. La formulation de la question de recherche

Pour réaliser cette étude et délimiter le champ de la recherche, j'ai formulé la question suivante : « ***Quels défis et/ou opportunités les étudiants de la Haute Ecole de la Province de Liège en situation de précarité rencontrent-ils dans l'adoption de pratiques alimentaires durables ?*** »

4. La formulation des hypothèses

En considérant les différents enjeux précités, j'ai formulé cinq hypothèses qui structurent cette recherche :

1. Les étudiants qui se définissent comme précaires ou qui ont un accès économique limité à une alimentation de base ne sont pas intéressés par l'adoption de pratiques alimentaires durables.
2. Les étudiants qui ressentent un sentiment de précarité s'informent moins que les autres sur les pratiques alimentaires durables.
3. La disponibilité d'infrastructures telles que des épiceries solidaires influence positivement l'adoption de pratiques alimentaires durables par les étudiants en situation de précarité.
4. Les normes socio-culturelles en matière d'alimentation jouent un rôle significatif dans l'adoption ou non de pratiques alimentaires durables chez les étudiants.
5. Les pressions sociales concernant les pratiques alimentaires durables peuvent impacter négativement le bien-être des étudiants.

Ces hypothèses fondent la démarche de cette recherche, qui aspire à décortiquer les nuances de cette dualité entre précarité alimentaire des étudiants et désir d'alimentation durable. Afin de vérifier (affirmer, infirmer ou nuancer) empiriquement ces hypothèses, j'ai entrepris une enquête sur le terrain.

5. La collecte des données

➤ **Observations**

Le premier outil de collecte des données que j'ai adopté est l'observation participante. Pour Bogdan et Taylor, celle-ci implique des interactions sociales intenses entre le chercheur et les sujets ainsi qu'une immersion totale dans l'environnement étudié (Lapassade, 2002).

Dans le cadre de cette étude, le terrain exploré correspond à l'endroit où j'ai effectué mon stage dans le cadre de mes deux années de master, c'est-à-dire le service social des étudiants de la HEPL. En quelques mots, il s'agit d'un service dédié à l'accompagnement et au soutien de l'ensemble des étudiants de la HEPL dans différents aspects de leur vie étudiante. Celui-ci

offre aux étudiants un accompagnement incluant l'écoute, l'orientation, le conseil, ainsi que la gestion des situations personnelles, sociales et financières.

Ainsi, lors de ce stage, l'observation participante a été omniprésente car j'ai eu l'occasion de participer à une variété d'activités comprenant des échanges informels et des interviews avec des acteurs institutionnels, des réunions ou encore des entretiens avec des intervenants provenant d'autres institutions.

J'ai récolté et consigné par écrit toutes les informations issues de ces observations qui me paraissaient pertinentes et liées à la thématique traitée dans ce mémoire, afin de pouvoir exploiter ces données par la suite et, par conséquent, enrichir l'analyse.

Ensuite, cette étude se déploie à travers des enquêtes qualitative et quantitative. Ces deux volets ont visé à explorer les perceptions, expériences et comportements alimentaires des étudiants en situation de précarité.

➤ **Enquête quantitative**

Une enquête quantitative, réalisée à l'aide d'un questionnaire en ligne via l'outil Google Forms (cf. Annexe 1), a été menée pour recueillir des données larges et chiffrées sur les mêmes thématiques.

Pour ce faire, j'ai créé 39 questions, majoritairement d'identification, d'opinion ou de comportement, fermées (ou parfois semi-fermées), avec une échelle de réponses graduées ou à choix multiples.

Cependant, afin d'enrichir ma compréhension des perceptions et des expériences des étudiants en matière d'alimentation, j'ai également inclus quelques questions ouvertes. Celles-ci ont été conçues pour recueillir des informations plus détaillées ainsi que des suggestions d'amélioration des services alimentaires disponibles à la HEPL. Cela a également favorisé une approche participative de la recherche, permettant aux participants de partager leurs perspectives uniques et d'exprimer leurs préoccupations de manière plus libre.

Cette approche mixte m'a permis de bénéficier des avantages des deux méthodologies, en combinant la précision des données quantitatives avec l'approfondissement qualitatif des réponses ouvertes.

Ce questionnaire a été soumis à un pré-test sur deux anciens étudiants de la HEPL ayant déjà eu recours aux aides sociales de l'école. Cette démarche m'a permis de regrouper certaines questions similaires et potentiellement redondantes pour les participants.

La diffusion du questionnaire s'est effectuée en ligne, via les news et la messagerie de l'école virtuelle de la HEPL, en utilisant la liste de tous les étudiants inscrits comme base de sondage. Cependant, cette méthode présente plusieurs inconvénients, ce qui rend difficile l'obtention d'un échantillon représentatif. Par exemple, tous les étudiants ne consultent pas régulièrement l'école virtuelle et certains peuvent ne pas être disponibles pour répondre au questionnaire. De plus, généralement, ce mode opératoire n'entraîne pas un taux de réponses élevé et nécessite que les répondants soient à l'aise avec l'écrit et les outils informatiques.

Néanmoins, en raison du respect du Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD), j'ai été contrainte d'adopter cette approche, car je n'avais pas accès à une liste recensant les étudiants bénéficiant du service social de la HEPL. Par conséquent, il était impossible d'obtenir une base de sondage concernant uniquement les étudiants en difficulté financière. De plus, j'ai jugé pertinent d'inclure les avis et suggestions des étudiants qui ne se considèrent pas spécifiquement en précarité, car ils peuvent également être touchés de près ou de loin par ces enjeux (par exemple, en éprouvant des difficultés alimentaires ponctuelles).

Une fois que le nombre de réponses s'est stabilisé, qu'il n'y avait plus de nouvelles contributions et que je disposais d'un nombre suffisamment important pour mener une analyse approfondie, le questionnaire a été clôturé.¹⁰

Ensuite, j'ai pu cibler le champ d'analyse, la population, ainsi que l'échantillon de cette étude. Le champ d'analyse de ma recherche concerne les étudiants de l'enseignement supérieur en situation de précarité alimentaire à la HEPL. L'étude de terrain menée s'est adressée à la population étudiante inscrite au cours de l'année académique 2023-2024 à la HEPL, soit 10.197 individus. L'échantillon effectif de cette recherche comprend, quant à lui, 308 réponses recueillies auprès des étudiants de la HEPL. Cependant, cette taille d'échantillon (avec un taux de réponses de 3,02 %¹¹) représente une petite fraction de la population totale des étudiants inscrits à la HEPL. Ainsi, en raison de cette disparité entre l'échantillon et la population totale, l'échantillon est considéré comme non représentatif.

Plusieurs facteurs peuvent expliquer ce faible taux de réponses et la non-représentativité de l'échantillon. Parmi ceux-ci, on peut citer le manque de temps, le fait que beaucoup d'étudiants ne sont pas concernés par cette problématique, la non-connexion à l'école virtuelle, ou encore l'abandon ou la réorientation de certains étudiants toutefois toujours inscrits à la Haute Ecole.

¹⁰ La durée de passation du questionnaire a été de 12 jours, allant du 28 mars au 8 avril 2024.

¹¹ Ce taux de réponses est considéré par le service social de la HEPL comme un taux de réponses classique de la part des étudiants.

Enfin, l'analyse de cette enquête s'est faite sur base du traitement des données numériques collectées et de statistiques, via Google Forms et Excel. Dans un premier temps, j'ai procédé à la description des variables (ou tris à plat) grâce au calcul des pourcentages des différentes modalités de réponses. Par après, j'ai réalisé l'analyse des relations existantes entre certaines variables : il s'agit des tris croisés. Quant aux données qualitatives récoltées grâce à quelques questions ouvertes, celles-ci ont été analysées de manière thématique pour identifier les tendances émergentes, complétant ainsi l'analyse quantitative des réponses fermées.

Malgré le caractère non représentatif de l'échantillon, les données recueillies offrent néanmoins des informations indispensables pour comprendre les défis auxquels sont confrontés certains étudiants en matière d'alimentation durable et de précarité alimentaire à la HEPL. Les conclusions tirées de cette étude doivent être interprétées avec prudence et ne peuvent pas être généralisées à l'ensemble de la population étudiante de la HEPL.

L'objectif principal de cette recherche est de proposer des pistes d'amélioration et des recommandations pour répondre aux besoins alimentaires des étudiants de la Haute Ecole. Ainsi, malgré le caractère limité de l'échantillon, les grandes tendances identifiées peuvent orienter les actions futures visant à soutenir ces étudiants et à promouvoir une alimentation durable au sein de cette communauté.

➤ **Enquête qualitative**

Ensuite, j'ai mené une enquête qualitative auprès des étudiants de la HEPL en organisant un focus group. « Avec la méthode des focus groups, les enquêtés sont rassemblés par groupe, pour discuter d'un thème (le focus) selon un protocole bien défini (le script). Les discussions permettent la formulation de problèmes, l'identification de la diversité des opinions, des représentations et des pratiques, et leur mise en débat. » (Lepiller, Fournier, Bricas, & Figuié, 2021). L'objectif de cette discussion était donc de recueillir en détail les points de vue des étudiants sur l'alimentation durable et leurs ressentis sur leur situation alimentaire. Pour ce faire, j'ai utilisé la méthode des chapeaux de Bono¹² afin de séparer les faits concrets, les émotions et la génération d'idées et de solutions. Avant cela, j'avais également élaboré un guide d'entretien comprenant des questions ouvertes pour explorer en profondeur les perceptions et expériences des participants (cf. Annexe 2).

¹² Concrètement, la méthode des chapeaux de Bono, pensée par Edward de Bono (docteur en médecine et en philosophie, psychologie et spécialiste en sciences cognitives), consiste en l'utilisation de six chapeaux de couleurs différentes qui symbolisent les directions dans lesquelles les membres du groupe doivent orienter leurs réflexions à un moment précis (Gros & Wach, 2019).

Vu les mêmes contraintes que celles de l'enquête quantitative, la sélection des participants s'est faite sur base volontaire plutôt que via un échantillon par choix raisonné contrasté. Pour ce faire, j'ai placé une question ouverte à la fin du questionnaire adressé aux étudiants de la HEPL, en leur demandant de laisser leurs coordonnées s'ils étaient intéressés par la discussion. J'ai ensuite recontacté les 29 personnes qui ont répondu positivement à cette question afin de leur proposer plusieurs dates et lieux pour convenir au plus grand nombre. Malgré plusieurs rappels, je n'ai reçu que quelques réponses. Parmi celles-ci, plusieurs étudiants ont exprimé des difficultés à se libérer ou à se rendre sur place pour diverses raisons (stages, travaux pratiques sur le temps de midi, ...).

À la demande de plusieurs personnes intéressées, j'ai donc organisé cette discussion sur Teams, grâce à un groupe que j'ai créé sur cette plateforme. Finalement, 4 personnes (3 étudiantes et 1 étudiant) provenant de bacheliers et de campus différents ont participé à cet échange qui a eu lieu le mardi 16 avril 2024, de 18h00 à 19h00.

Pour finir, j'ai suivi une méthodologie d'analyse de contenu (horizontale) afin d'interpréter les résultats récoltés grâce à ce focus group, de mieux appréhender les expériences individuelles et d'observer de potentielles tendances majoritaires ou minoritaires. Néanmoins, il est important de noter que l'une des limites de cette étude réside dans le nombre restreint de participants au focus group. Cette faible participation limite la représentativité des résultats et ne permet pas une généralisation complète des conclusions.

De plus, la tenue du focus group via Teams, plutôt que dans une classe comme initialement prévu, a également pu avoir un impact sur la qualité des données obtenues. Le format à distance peut parfois créer des barrières à la communication et à l'expression des opinions, en raison de facteurs tels que les distractions potentielles, les problèmes techniques ou le manque de connexion personnelle.

Par conséquent, il convient d'interpréter ces résultats avec prudence et de reconnaître que d'autres opinions et expériences pourraient ne pas être pleinement représentées dans cette étude.

Résultats

Après avoir récolté les données empiriques comme expliqué dans la description méthodologique, je peux désormais présenter et analyser les résultats obtenus à partir des deux volets de recherche distincts.

Tout d'abord, je vais examiner les résultats de l'enquête quantitative menée auprès de 308 étudiants de la HEPL.

Profil des répondants

Sur l'ensemble des participants, une majorité se situe dans la tranche d'âge de 20 à 22 ans (47%), suivie par ceux de moins de 20 ans (24%) et de 23 à 25 ans (23%). Les femmes sont plus représentées que les hommes, avec 68% contre 31% respectivement.

La plupart des répondants sont nés en Belgique (76%), tandis qu'une personne sur cinq (20%) provient d'un autre pays de l'Union européenne (UE) et 3% d'un pays hors UE. Les situations de logement varient, avec une proportion importante vivant chez leurs parents ou chez un membre de leur famille/entourage (44,8%), tandis que 32,5% vivent en colocation et 12,3% vivent seuls en semaine. Les autres individus (10,4%) vivent soit en couple, soit avec un conjoint et des enfants, soit seuls avec ceux-ci.

Concernant leur niveau d'éducation, la majorité est actuellement en bachelier (88%), suivie par ceux en master (10%) et une minorité en spécialisation ou autre (2% au total). En termes de filières d'études, les sciences de la motricité (22%) et les sciences de la santé (24%) sont les plus représentées, suivies par les sciences sociales et de la communication (17%) et les sciences économiques et juridiques (12%).

La répartition démographique des répondants met en évidence une diversité importante en termes d'âge, de genre, de nationalité et de niveau d'études, reflétant l'hétérogénéité des profils des étudiants de l'enseignement supérieur. Cette variabilité peut influencer les besoins et les comportements alimentaires des étudiants, impactant ainsi les résultats ultérieurs.

Situation financière générale et en lien avec l'alimentation

En ce qui concerne les aides sociales, environ un tiers bénéficie d'une allocation d'études (32,2%), un quart perçoit des aides du service social de la HEPL (27,6%), tandis qu'une minorité reçoit des aides du CPAS (7,1%). Parmi les autres aides citées, l'épicerie solidaire de l'école, les aides financières exceptionnelles de l'école (comme pour l'achat

d'ordinateurs ou de protections menstruelles) et les allocations familiales sont les plus mentionnées. Ces différentes aides peuvent être cumulées.

Les données sur les aides sociales mettent en lumière une dépendance notable à l'égard des allocations d'études et des aides du service social de la HEPL, indiquant une précarité financière objective significative parmi les répondants. Par ailleurs, proportionnellement, les personnes interrogées bénéficiant d'aides sociales de la HEPL (27,6% sur 308 répondants) sont surreprésentées par rapport à la totalité des étudiants de la HEPL qui en perçoivent (16% sur 10.197 étudiants).

De plus, parmi les personnes qui ne reçoivent aucune aide sociale, un nombre important de répondants (74%) déclarent ne pas en bénéficier pour des raisons autres que le fait de ne pas en avoir besoin, ce qui soulève des questions sur l'accessibilité et la connaissance des dispositifs d'aide sociale.

Par conséquent, ces données montrent que le questionnaire a touché un panel varié d'étudiants qui peuvent rencontrer des difficultés alimentaires, sans se limiter uniquement à ceux qui perçoivent des aides sociales.

En outre, près d'une personne sur cinq (18,9%) estime que les aides sociales dont elle bénéficie ne sont pas suffisantes pour assurer une alimentation adéquate, tandis que près d'un étudiant sur deux (44,2%) considère qu'elles le sont à condition de les compléter avec d'autres ressources financières. Seuls 7,9% pensent que ces aides sont suffisantes, tandis que 29% sont indécis.

En ce qui concerne l'aide alimentaire reçue de la part de la famille ou de l'entourage, la moitié des répondants (56%) en bénéficient. Parmi eux, 7,3% estiment que cette aide n'est pas suffisante pour assurer une alimentation adéquate, tandis qu'un étudiant sur deux (48,3%) pense qu'elle est suffisante. 28,3% considèrent qu'elle est suffisante à condition de la compléter avec d'autres ressources financières et 16,1% ont répondu « je ne sais pas ».

Par ailleurs, la moitié des participants (48,7%) ont actuellement un emploi ou un job d'étudiant. Concernant la perception de leur salaire, 32% estiment qu'il n'est pas suffisant pour assurer une alimentation adéquate, tandis que 27% considèrent qu'il est suffisant à condition de le compléter avec d'autres ressources financières. En revanche, 21% estiment que leur salaire leur permet de se nourrir adéquatement sans complément financier, tandis que 20% restent indécis.

Les réponses concernant les aides sociales et alimentaires révèlent une diversité de situations, avec une partie non négligeable des répondants estimant que ces aides ne sont pas suffisantes pour garantir une alimentation adéquate et une autre partie majoritaire considérant qu'elles le sont à condition de les compléter avec d'autres ressources.

Par ailleurs, la présence significative d'étudiants exerçant un emploi ou un job d'étudiant souligne l'importance des revenus provenant de ce dernier pour subvenir à leurs besoins quotidiens. Ainsi, certaines conséquences peuvent en découler, telles que l'échec scolaire ou la réduction des loisirs, en raison du temps investi dans un travail en parallèle des études.

De plus, les réponses indiquent que, même avec un emploi, une proportion notable estime que leur salaire n'est pas suffisant pour garantir une alimentation adéquate. Ceci démontre ainsi les défis financiers et alimentaires auxquels les étudiants peuvent être confrontés.

Situation et habitudes alimentaires

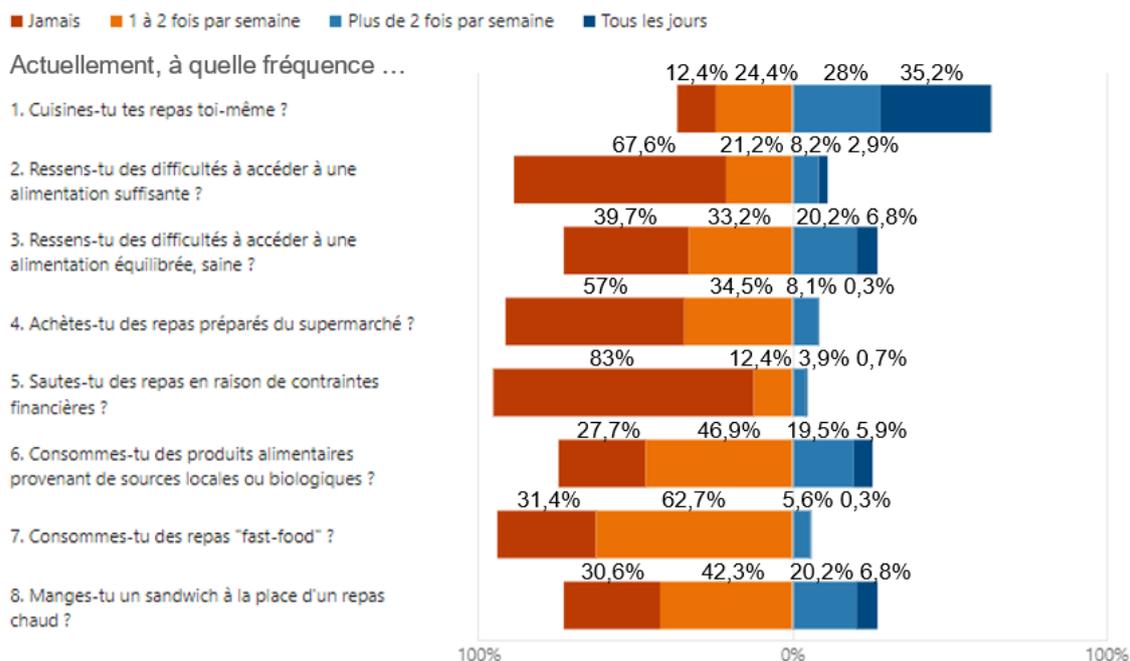
Ensuite, parmi les 308 répondants, une proportion significative (37,7%) estime être plutôt ou tout à fait touchée par la précarité alimentaire. En revanche, 31,8% déclarent ne pas du tout être touchés par cette précarité, alors que 26,3% estiment plutôt ne pas l'être. Seuls 3,9% ne savent pas et la partie restante n'a pas répondu.

Concernant la perception d'une alimentation adéquate, une forte majorité (95,4%) considère que cela implique de se nourrir en suffisance ou de manger de manière équilibrée (98,1%). En revanche, seulement un peu moins de la moitié (45,4%) estime que cela inclut également la consommation d'aliments locaux ou biologiques.

Les résultats montrent un ressenti varié concernant la situation alimentaire des étudiants interrogés, avec néanmoins une proportion majoritaire (64%)¹³ se considérant touchée de près ou de loin par la précarité. De plus, la majorité perçoit une alimentation adéquate comme étant principalement une question de suffisance et d'équilibre, tandis que la notion de consommation d'aliments locaux ou biologiques est moins répandue.

¹³ Ce pourcentage comprend les personnes qui ont répondu « tout à fait », « plutôt oui » et « plutôt non » à cette question, en considérant que seuls les individus qui ont répondu « pas du tout » ne ressentent aucune difficulté alimentaire.

Les réponses à la question suivante sont illustrées sous forme d'un graphique pour davantage de lisibilité et moins de redondance.



Ces résultats mettent en évidence une variété d'habitudes alimentaires et de difficultés auxquelles font face les étudiants. Tout d'abord, la préparation des repas à domicile est courante. Cependant, une minorité notable ne cuisine jamais et une grande partie des répondants consomment des sandwiches (au lieu de repas chauds), des fast-food ou des plats préparés du supermarché une ou plusieurs fois par semaine. Cela peut être dû à diverses contraintes telles qu'un manque de temps, de motivation, de ressources financières, de compétences culinaires ou un accès restreint aux équipements de cuisine.

Par ailleurs, si la majorité des étudiants n'éprouvent pas de problèmes importants pour obtenir une alimentation suffisante chaque jour, une proportion non négligeable fait régulièrement face à des défis pour se nourrir en quantité adéquate ou pour avoir accès à des aliments locaux ou biologiques.

Enfin, pour la majorité des répondants, il est impossible de manger des repas sains au moins une fois par semaine. Ces tendances montrent l'importance de persévérer dans la mise en œuvre d'actions visant à améliorer l'accès à une alimentation saine et suffisante pour tous les étudiants.

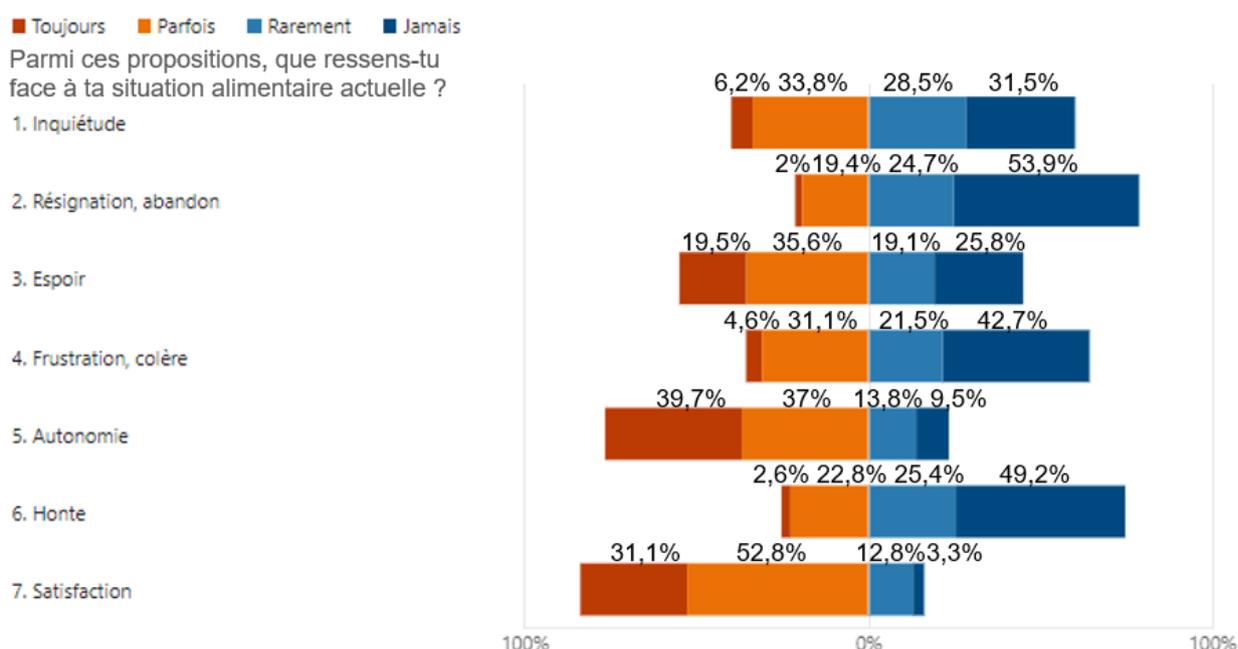
Parmi les facteurs qui influencent les décisions alimentaires des étudiants, la majorité écrasante (90,5%) estime que son environnement familial ou son entourage (éducation nutritionnelle ou habitudes alimentaires) influence plutôt ou tout à fait ses choix alimentaires.

Près de deux répondants sur trois (63,1%) pensent que leurs origines culturelles ont un impact sur leurs décisions alimentaires. Six participants sur dix (60,4%) considèrent que ce qu'ils ont appris à l'école, lors de cours ou de formations supplémentaires affecte leurs choix en matière d'alimentation. Plus d'un étudiant sur deux (56,3%) estime que ses expériences personnelles comme les voyages ou les rencontres ont un impact sur ses décisions alimentaires. La moitié des étudiants (50,6%) déclarent que leurs choix alimentaires sont influencés par les médias tels que les réseaux sociaux, les publicités et la télévision.

Quant aux sources d'informations sur l'alimentation et la nutrition utilisées par les répondants, Internet arrive en tête (249 réponses), suivi par les amis, la famille et l'entourage (215 réponses), puis les professionnels de la santé (92 réponses), l'école (85 réponses) et enfin, les livres et magazines (75 réponses).

Ces résultats mettent en évidence l'influence de divers facteurs sur les choix alimentaires des étudiants. L'entourage familial, les origines culturelles, l'éducation, les expériences personnelles et les médias sont parmi les principaux contributeurs à ces décisions. De plus, Internet émerge comme la source d'information la plus utilisée en matière d'alimentation, suivie de près par les interactions sociales avec les amis, la famille et l'entourage. Ceci met en évidence l'importance de considérer ces facteurs pour encourager une alimentation durable et équilibrée chez cette population.

En ce qui concerne les ressentis des étudiants sur leur situation alimentaire actuelle, voici leurs réponses :



Ces résultats révèlent un panorama varié des ressentis des étudiants vis-à-vis de leur situation alimentaire. Globalement, les sentiments positifs (autonomie, espoir, satisfaction) sont largement répandus, malgré la présence de certaines zones d'inquiétude, de résignation, de frustration et de honte qui affectent une minorité non négligeable d'étudiants. La majorité des étudiants ne ressentent pas ces sentiments négatifs de manière permanente, ce qui est encourageant, mais les ressentis intermittents de ces émotions indiquent des domaines où des améliorations peuvent encore être apportées pour mieux soutenir les étudiants dans leur quête d'une alimentation adéquate et équilibrée.

Pratiques alimentaires durables

Concernant le niveau d'information des répondants par rapport aux pratiques alimentaires durables, seulement un répondant sur vingt (5%) a indiqué être très bien informé, attribuant un score de 9 ou 10 sur une échelle de 1 à 10. Environ un répondant sur quatre (26%) se sent assez bien informé, donnant des scores de 7 ou 8. La grande majorité, soit près de sept étudiants sur dix (68%), a donné des réponses allant de 0 à 6. Seulement 1% a préféré ne pas répondre.

Parmi ceux qui estiment ne pas être beaucoup informés sur les pratiques alimentaires durables, environ deux répondants sur trois (67%) expriment un intérêt à en apprendre davantage. Un individu sur huit (12%) n'a pas envie d'en savoir plus, tandis qu'un peu plus d'un étudiant sur cinq (21%) ne se prononce pas.

Sur la totalité des répondants, près de deux étudiants sur cinq (37%) considèrent l'alimentation durable comme une préoccupation très importante à l'heure actuelle. Environ la moitié des étudiants (51%) la jugent assez importante, tandis que seulement 1% ne la considère pas du tout comme importante.

Par ailleurs, parmi les 258 réponses données par les étudiants pour la question ouverte sur les obstacles à l'adoption de pratiques alimentaires durables, nous pouvons retrouver en tête de liste, le prix trop élevé des aliments durables et le budget limité des étudiants, qui ont été cités par presque tous les répondants.

Ensuite, le manque d'information, de communication et de sensibilisation/d'éducation est évoqué, ce qui engendre un déficit de connaissances en la matière et un manque d'idées de recettes.

Le manque de temps pour cuisiner et faire des courses spécifiques dû aux études est également mentionné, suivi par la difficulté à changer d'habitudes alimentaires en raison d'un manque de motivation ou de volonté.

D'autres obstacles souvent évoqués incluent l'accessibilité limitée des magasins proposant des produits locaux ou biologiques, le manque de diversité et de choix concernant ce type de produits dans les grandes surfaces (« *il est beaucoup plus facile de trouver de l'alimentation type fast-food* »), ainsi que le manque de prise en compte de l'alimentation durable dans les choix des pouvoirs politiques, qui priorisent une culture capitaliste « *où l'on veut tout, tout de suite* » et qui valorisent une alimentation non saine (« *il y a d'innombrables publicités pour les fast-food* »).

Plusieurs problèmes ont été minoritairement cités, tels que l'absence de cantine sur certains campus ou le type de nourriture proposée qui n'est pas durable pour celles existantes, les quantités d'aliments biologiques ou locaux vendues en magasin qui ne sont pas adaptées pour un étudiant qui vit seul, de même que des habitudes alimentaires culturelles et familiales qui sont ancrées.

Ces résultats soulignent l'importance de la sensibilisation et de l'éducation en matière d'alimentation durable, ainsi que les défis rencontrés par les étudiants dans l'adoption de telles pratiques. Le prix élevé des aliments durables et le budget limité des étudiants sont des obstacles majeurs, nécessitant une réflexion sur la disponibilité et l'accessibilité économique des options alimentaires durables. De plus, le manque d'informations et de sensibilisation souligne la nécessité de campagnes éducatives visant à promouvoir une alimentation durable. Enfin, les réponses mettent en lumière les défis structurels plus larges liés aux politiques alimentaires et à la culture alimentaire, soulignant la nécessité de mesures politiques et sociales pour soutenir les étudiants dans l'adoption de pratiques alimentaires durables.

Parmi les critères influant sur les choix alimentaires des étudiants, environ neuf sur dix (90,5%) considèrent que le prix des aliments exerce une influence importante. De même, la facilité d'accès aux magasins alimentaires est jugée cruciale par une grande majorité (87,6%) des participants. En outre, des critères tels que l'impact environnemental, la praticité de la préparation, la saisonnalité et la qualité nutritionnelle des aliments sont considérés comme essentiels par environ sept répondants sur dix.

En revanche, l'impact social de la vente des aliments et le fait que les produits soient locaux ne semblent pas exercer une grande influence sur leurs choix, avec environ la moitié des participants (55,1% et 50,8%) les trouvant plutôt ou pas du tout essentiels.

Dans un monde où les ressources financières seraient illimitées, les participants ont exprimé que des facteurs tels que la qualité nutritionnelle, la proximité géographique des magasins alimentaires, l'impact environnemental de la production des aliments, l'impact social de la vente de ceux-ci, ainsi que le caractère saisonnier ou local des produits auraient une grande importance dans leurs décisions alimentaires. Un pourcentage élevé de participants, compris entre 85,3 % et 94,8 %, ont en effet considéré ces éléments comme étant tout à fait ou plutôt décisifs.

Cependant, il est logique de constater que, dans un contexte de budget illimité, l'importance du prix des aliments diminue, étant donné que la majorité des participants (76,5%) ne le jugeraient pas ou peu déterminant dans leurs choix alimentaires. De même, l'aspect pratique de la préparation des aliments perd de son importance, avec 59,1% des individus le considérant comme plutôt ou tout à fait déterminant dans ce contexte.

En ce qui concerne la réaction des étudiants face aux publicités sur l'alimentation durable, environ un répondant sur six (17%) est inspiré à adopter des habitudes alimentaires plus durables après avoir vu de telles publicités, tandis que 15% se sentent coupables de ne pas le faire. Pour près de quatre étudiants sur dix (35%), ces publicités les font réfléchir à leurs choix alimentaires sans savoir comment agir. Néanmoins, environ 21% des participants ont indiqué que ces campagnes publicitaires les laissent indifférents et n'avaient aucun effet sur leurs décisions alimentaires. Pour la partie restante, soit elle ne sait pas, soit elle n'a pas répondu.

Par ailleurs, une grande majorité des répondants (92%) pensent que l'apprentissage de compétences culinaires et de pratiques alimentaires simples serait bénéfique pour les étudiants.

Ces résultats révèlent l'importance accordée aux différents critères dans les choix alimentaires des étudiants. De plus, ils indiquent que les contraintes économiques jouent un rôle majeur dans ces préférences alimentaires et que l'augmentation des ressources financières peut entraîner un changement dans les priorités des étudiants en matière d'alimentation. Dans un contexte de ressources financières plus importantes, ils peuvent accorder moins d'importance au prix des aliments et se concentrer davantage sur d'autres aspects tels que l'impact social de la vente des produits ou leur provenance.

De plus, la réaction mitigée des étudiants aux publicités sur l'alimentation durable soulève des questions sur l'efficacité de ces campagnes de sensibilisation. Enfin, la forte conviction quant à l'utilité de l'apprentissage des compétences culinaires met en évidence le besoin d'éducation et de formation dans ce domaine pour les étudiants.

Recommandations émises par les étudiants pour la HEPL

Trois quarts des répondants (74%) estiment que les pratiques alimentaires durables devraient être encouragées au sein de la communauté étudiante. Seuls 3% pensent le contraire, tandis que 22% sont indécis et 1% n'a pas répondu.

Parmi les initiatives facilitant l'accès à une alimentation durable que la HEPL pourrait mettre en place, les réponses ont été variées. En premier lieu, l'information, la communication et la sensibilisation ont été largement mentionnées, notamment à travers des conférences ou des formations pendant les cours et grâce au partage par l'école de recettes saines, faciles et économiques¹⁴ ainsi que des astuces de gestion alimentaire (comme le batch cooking, ou les techniques de conservation des aliments) et de courses alimentaires (pour faire des économies tout en mangeant sainement). A ce sujet, pour une diffusion plus large, certains recommandent des vidéos sur les réseaux sociaux de l'école ou des brochures en papier distribuées dans les différentes implantations de la Haute Ecole.

Ensuite, la proposition d'une cantine pour étudiants sur tous les campus de la HEPL a été souvent évoquée également, avec des repas chauds, sains, variés, avec des légumes et à prix abordable (et ce, aussi pour les cantines déjà existantes).

D'autres suggestions incluent l'élargissement des horaires d'ouverture des épiceries solidaires pour mieux répondre aux besoins des étudiants (notamment pour ceux qui sont en stage toute la journée) et une meilleure répartition des produits disponibles selon les jours d'ouverture (*« pour assurer une distribution plus équitable des produits »*). Une meilleure transparence sur les informations liées à ces épiceries est aussi recommandée (produits disponibles, lieux de provenance) et des suggestions concernant des indications visuelles et informatives près des locaux des épiceries sont mentionnées pour faciliter l'accès aux informations.

Parmi les autres propositions formulées, certains répondants suggèrent de remplacer les distributeurs proposant des aliments riches en sucre par des options plus durables comme des fruits, des produits sains, des smoothies et des boissons saines. De plus, il est recommandé d'installer des fontaines à eau équipées de gobelets réutilisables (ou en proposant des gourdes) sur tous les campus pour réduire l'utilisation de bouteilles en plastique jetable et encourager l'utilisation de contenants réutilisables.

¹⁴ Pour tous les étudiants de la HEPL ou uniquement dans les épiceries solidaires pour proposer des idées de repas avec les produits disponibles.

D'autres personnes proposent d'instaurer une épicerie accessible tous les jours pendant le temps de midi, offrant des invendus de supermarchés (« *des produits moches mais biologiques* »), notamment des fruits et légumes, à des prix réduits pour les étudiants.

Plusieurs répondants recommandent aussi à l'école de développer des partenariats avec des petits producteurs locaux, permettant des visites, des rencontres avec les agriculteurs et même la possibilité de passer des commandes via l'école, afin de promouvoir les produits locaux et le circuit court.

Certains étudiants proposent que l'école leur permette d'avoir des réductions dans les supermarchés vendant des produits durables ou dans des petits commerces locaux, rendant ainsi ces produits plus accessibles financièrement.

L'installation d'ateliers culinaires à l'école, des événements de repas partagés et la création de potagers collectifs avec rotation des étudiants pour leur entretien, sont également proposés pour favoriser l'apprentissage des compétences culinaires et la connexion avec l'alimentation durable.

Des suggestions ont été faites pour offrir des aides financières supplémentaires dédiées à l'alimentation et réduire le coût global des études afin d'allouer davantage de ressources à une alimentation plus durable.

En ce qui concerne précisément les épiceries solidaires de la HEPL, un peu plus de huit étudiants sur dix (83% des répondants) les connaissent, et parmi eux, plus de la moitié (64%) les ont déjà utilisées. La satisfaction quant aux produits proposés et au fonctionnement de celles-ci est globalement élevée, bien que des améliorations soient suggérées, notamment en termes de diversité des produits proposés (en mettant l'accent sur les fruits, les légumes, le riz, la farine et les produits adaptés à différents régimes alimentaires), d'horaires d'ouverture et de communication de ces services.

Enfin, par rapport aux aides alimentaires disponibles à la HEPL (aides financières et épiceries solidaires), plus d'un individu sur deux (57%) estime que les étudiants n'en sont pas suffisamment informés. Les suggestions pour améliorer la communication incluent : des interventions physiques dans les classes à chaque début de quadrimestre et lors de la séance d'informations de la rentrée, des e-mails informatifs récurrents sur l'école virtuelle, des indications claires et permanentes concernant les horaires d'ouverture et les locaux prévus pour les épiceries solidaires sur l'école virtuelle, un supplément d'affiches visibles dans les campus et des vidéos explicatives sur les épiceries solidaires. (« *Pour l'instant, l'épicerie*

solidaire fonctionne beaucoup avec le bouche-à-oreille », « Il faudrait en parler physiquement aux étudiants pour que cela soit plus impactant »).

Ces résultats mettent en évidence une forte conscience des enjeux liés à l'alimentation durable et une volonté des étudiants de promouvoir ces pratiques au sein de leur communauté, ainsi que des idées novatrices pour faciliter l'accès à ce type d'alimentation à la HEPL. Cela témoigne d'une volonté de changement et d'une sensibilisation croissante aux problématiques environnementales et sociales associées à l'alimentation.

L'importance accordée à l'information et à la sensibilisation montre le besoin d'éducation continue autour des pratiques alimentaires durables. Les suggestions telles que les conférences, les formations et les recettes faciles reflètent un désir d'apprentissage pratique et accessible.

La demande d'une cantine pour étudiants proposant des repas sains et variés met en lumière le besoin d'options alimentaires durables et abordables sur les campus. De même, les suggestions visant à améliorer le fonctionnement des épiceries solidaires, telles que l'élargissement des horaires d'ouverture et une meilleure répartition des produits, témoignent de la volonté d'améliorer l'accessibilité à ces services.

Enfin, le constat selon lequel les étudiants estiment ne pas être suffisamment informés sur les aides alimentaires disponibles souligne l'importance de renforcer les efforts de communication et de sensibilisation. Des interventions physiques dans les classes, des courriels informatifs et des affichages visibles dans les campus sont autant de moyens suggérés pour améliorer la visibilité de ces services et aider les étudiants à en bénéficier pleinement.

En conclusion, les résultats font également ressortir le rôle clé de l'institution dans la promotion de pratiques alimentaires durables. Les étudiants attendent de leur institution qu'elle soit proactive dans la mise en œuvre d'initiatives en matière d'alimentation durable.

Je vais maintenant procéder à l'analyse thématique des résultats de l'enquête qualitative menée auprès des quatre étudiants de la HEPL via la plateforme Teams.

Thème 1 : accès à une alimentation de qualité

Les participants ont exprimé leurs préoccupations concernant l'accès à une alimentation de qualité. Ils ont souligné que, même s'ils ont accès à des aliments, ceux-ci ne sont pas toujours de qualité, ce qui impacte leur bien-être général et leur vie quotidienne en tant qu'étudiants. Selon eux, cette préoccupation concerne non seulement les étudiants en précarité financière objective, mais aussi ceux qui ont des moyens limités pour acheter des aliments sains.

Thème 2 : sentiments associés à la précarité alimentaire

Les étudiants ont exprimé des sentiments d'injustice, de frustration et d'anxiété face à la précarité alimentaire. Ils ont souligné le lien entre une alimentation inadéquate et leur bien-être émotionnel, ce qui montre ainsi l'importance de la prise en charge de la santé alimentaire chez les étudiants.

Thème 3 : obstacles à une alimentation durable

Les obstacles à une alimentation durable ont été identifiés comme étant principalement liés au budget, à la proximité des producteurs locaux et à la communication sur les choix alimentaires durables. Les participants ont exprimé leur difficulté pour trouver des aliments durables à des prix abordables et le manque d'informations sur la disponibilité des produits locaux.

Thème 4 : opportunités de l'alimentation durable

Les personnes interrogées ont reconnu que l'alimentation durable pourrait offrir des avantages à long terme en matière de santé et d'impact environnemental. Ils ont souligné la nécessité de sensibiliser les étudiants à l'importance de l'alimentation durable et de promouvoir des pratiques alimentaires responsables au sein des établissements scolaires.

Thème 5 : solutions proposées (au niveau de la HEPL)

Les solutions amenées par les participants incluent l'éducation alimentaire à travers leur formation, la proposition de leur faciliter l'accès aux aliments frais et d'offrir une plus grande diversité dans l'aide alimentaire des étudiants, notamment dans les épiceries solidaires de l'école (*« Parce qu'il y a souvent la même chose et je pense qu'être étudiants en précarité c'est une chose, mais ce n'est pas pour ça qu'on ne peut pas proposer une diversité dans les choix »*), la sensibilisation des étudiants à la précarité alimentaire et l'amélioration de la communication sur tous les services d'aides disponibles pour les étudiants.

Thème 6 : acteurs impliqués et collaboration

Les participants ont identifié plusieurs acteurs clés impliqués dans la résolution de la précarité alimentaire des étudiants, notamment les institutions éducatives, les gouvernements, les producteurs locaux et les étudiants eux-mêmes. Pour eux, une collaboration efficace entre ces acteurs est essentielle pour relever ce défi complexe.

Un constat observé tout au long de cette discussion est le sentiment d'illégitimité ressenti par certains étudiants à bénéficier des aides alimentaires, par crainte de prendre la place de ceux qui seraient dans un besoin plus « urgent », comme le témoigne cet extrait : « *Moi, parfois, même si je peux aller chercher des choses, je n'y vais pas parce que je me dis qu'il y en a qui sont plus dans le besoin. Mais, souvent, les personnes qui sont plus dans le besoin, elles sont tellement en galère à trouver de l'argent pour payer leurs trucs, qu'elles ne sont pas au courant de toutes les informations qu'il y a pour nous aider. Et, des fois, c'est difficile aussi d'avoir accès aux informations ou de savoir tout ce que l'école propose pour aider* ».

Cette perception, accompagnée d'une communication peu efficace de la part de l'école concernant les aides proposées, peut conduire à une sous-utilisation des ressources disponibles par ceux qui en auraient pourtant besoin.

De plus, cela a suscité mon attention car il est possible que ce ressenti ait pu également influencer les réponses de certains répondants dans le questionnaire quantitatif, induisant un possible biais de désirabilité sociale (en minimisant leurs difficultés). Néanmoins, le fait que ces personnes aient pris le temps de répondre à un questionnaire explicitement axé sur la précarité étudiante en lien avec l'alimentation durable suggère qu'elles se sont identifiées, au moins dans une certaine mesure, à cette problématique.

Discussion

La partie discussion de cette étude vise à répondre à la question de départ (« **Quels défis et/ou opportunités les étudiants de la Haute Ecole de la Province de Liège en situation de précarité rencontrent-ils dans l'adoption de pratiques alimentaires durables ?** ») en vérifiant les hypothèses émises. Pour ce faire, une analyse des relations entre certaines variables a été effectuée, notamment à travers des tris croisés (cf. Tableaux repris dans l'annexe 3, réalisés sur base de l'enquête quantitative). Par ailleurs, afin d'enrichir les réponses et de saisir les nuances des résultats, je m'appuie également sur les analyses statistiques et thématiques. Pour finir, je complète cette réflexion en reprenant certains éléments issus de la littérature scientifique.

Limites de cette étude

Avant tout, il est important de rappeler que les données obtenues à travers le questionnaire et le focus group ne reflètent pas l'ensemble de la population étudiante de la HEPL. Bien qu'ils aient permis de recueillir des informations pertinentes sur les défis alimentaires des étudiants, il est crucial de reconnaître leurs limitations. Le questionnaire a été

distribué à l'ensemble de la population étudiante, faute d'accès à une base de sondage spécifique aux étudiants en situation de précarité. Cette distribution généralisée peut avoir entraîné une participation sélective, limitant ainsi la représentativité des personnes touchées par cette problématique. De plus, il est important de considérer le risque de biais de désirabilité sociale, où les répondants peuvent être influencés à fournir des réponses socialement acceptables plutôt que sincères.

De même, le focus group, du fait de sa participation limitée et volontaire, représente seulement un échantillon restreint des voix étudiantes concernées par cette question.

Par conséquent, il est essentiel d'adopter une approche prudente dans l'interprétation et l'utilisation de ces données, les considérant comme des indicateurs plutôt que des vérités absolues. Toute généralisation doit être effectuée avec circonspection.

Propositions d'ajustements méthodologiques

Si l'étude devait être refaite, plusieurs ajustements pourraient être envisagés pour améliorer sa robustesse et sa représentativité. Tout d'abord, malgré le RGPD, il serait primordial d'avoir accès à une base de données spécifique aux étudiants en situation de précarité, en collaboration avec le service social de la HEPL. Cela permettrait d'obtenir un échantillon plus représentatif des personnes directement concernées par la problématique, en incluant à la fois ceux qui perçoivent des aides sociales et ceux qui fréquentent les épiceries solidaires.

En effet, avoir accès à une base de sondage du service social permettrait d'avoir une représentativité au niveau de la précarité objective (perception des aides), tandis qu'une base de données des étudiants fréquentant les épiceries solidaires offrirait une représentativité au niveau de la précarité subjective (étudiants se percevant en précarité). Cette approche permettrait de capturer la diversité des expériences et des besoins des étudiants en matière d'alimentation durable, en incluant à la fois ceux qui ont accès à des aides sociales et ceux qui n'y ont pas droit mais qui bénéficient des services des épiceries solidaires.

Dans cette perspective, le questionnaire, bien que non représentatif, a tout de même permis aux étudiants aussi bien en situation de précarité objective que subjective de participer et de faire entendre leur voix. En ouvrant ce questionnaire à tous les étudiants de la HEPL, il a pu offrir une plateforme inclusive où chacun, quel que soit son statut socio-économique, pouvait contribuer à la discussion sur les défis de l'alimentation durable et ainsi proposer des pistes d'amélioration pour l'institution.

Vérification des hypothèses

1. « *Les étudiants qui se définissent comme précaires ou qui ont un accès économique limité à une alimentation de base ne sont pas intéressés par l'adoption de pratiques alimentaires durables.* »

Cette première hypothèse doit être infirmée.¹⁵ Malgré une proportion un peu plus élevée pour les personnes qui ne se sentent pas en précarité alimentaire, les résultats indiquent que l'intérêt accordé à l'alimentation durable est présent dans toutes les catégories d'étudiants, y compris pour les personnes précarisées. De plus, les personnes fréquentant les épiceries solidaires ont donné un nombre important d'idées en faveur de l'amélioration de l'accessibilité des pratiques alimentaires durables à l'école, ce qui montre un réel intérêt envers cela.

Par ailleurs, les tableaux 1 et 3 (cf. Annexe 3) nous montrent également une proportion plus importante de réponses « je ne sais pas » de la part des personnes se considérant comme plutôt ou tout à fait précaires, ce qui indique que ceux qui se disent non précarisés ont un avis plus tranché en ce qui concerne leur intérêt par rapport à l'alimentation durable.

2. « *Les étudiants qui ressentent un sentiment de précarité s'informent moins que les autres sur les pratiques alimentaires durables.* »

Cette hypothèse est à infirmer.¹⁶ L'étude menée a montré que la majorité des répondants se sentaient peu informés sur les pratiques alimentaires durables, soit un score moyen allant de 4,5 à 5,4 sur 10.

De plus, les résultats nous indiquent une grande disparité par rapport aux types de profil d'étudiants qui se sentent moins informés. En effet, autant les personnes se considérant en situation de précarité alimentaire que les individus ayant moins de difficultés se disent peu informés sur le sujet. Par exemple, 53% des personnes qui ne se sentent pas du tout en situation de précarité alimentaire ont coché un score de 0 à 5. Ce pourcentage est ex-aequo pour les étudiants en grande précarité.

Pour rappel, afin d'en savoir davantage sur l'alimentation et la nutrition, les étudiants citent Internet ainsi que les amis et la famille comme principales sources d'information.

3. « *La disponibilité d'infrastructures telles que des épiceries solidaires influence positivement l'adoption de pratiques alimentaires durables par les étudiants en situation de précarité.* »

Il convient de nuancer cette hypothèse. Les résultats de cette étude indiquent que la connaissance et l'utilisation des épiceries solidaires de la HEPL sont élevées parmi les

¹⁵ Sur base des tableaux 1 à 3 (cf. Annexe 3)

¹⁶ Sur base du tableau 4 (cf. Annexe 3)

répondants, avec plus de huit étudiants sur dix connaissant ces services et plus de la moitié de ces derniers les ayant déjà utilisés. En outre, la satisfaction quant aux produits proposés et au fonctionnement de ces épiceries est globalement élevée, même si des propositions d'amélioration sont proposées. Il faut cependant souligner que le profil des répondants était composé d'une proportion significative d'étudiants bénéficiant d'aides diverses et donc, probablement mieux informés sur l'existence de ces épiceries solidaires que ceux qui ne reçoivent aucune aide et/ou n'en sont pas informés et qui n'ont pas répondu à l'enquête. En effet, bien que la grande majorité soit au courant de cette aide, un grand nombre de répondants ont émis des recommandations pour améliorer la communication à ce sujet, expliquant que cela fonctionnait pour l'instant particulièrement grâce au bouche-à-oreille.

De plus, pour que ces infrastructures puissent réellement permettre aux étudiants, même en situation de précarité, d'adopter des pratiques alimentaires durables, il faudrait qu'elles proposent un plus large panel d'aliments, en incluant des produits frais dont des fruits et légumes biologiques et locaux, ainsi que des recettes simples et saines, mais aussi des astuces pour guider les étudiants par rapport à leur alimentation (courses, préparation des plats, conservation, ...). Par ailleurs, pour que cela puisse être profitable au plus grand nombre d'étudiants dans le besoin, les heures d'ouverture doivent être adaptées au public cible et la communication par rapport à ces aides doit être améliorée afin d'être plus accessible.

4. « *Les normes socio-culturelles en matière d'alimentation jouent un rôle significatif dans l'adoption ou non de pratiques alimentaires durables chez les étudiants.* »

Cette hypothèse peut être confirmée, à condition d'être complétée. La majorité des étudiants, qu'ils se considèrent en précarité alimentaire ou non, ont exprimé que ces normes jouaient effectivement un rôle significatif dans leurs choix alimentaires. Par exemple, près de neuf personnes sur dix estiment que leur environnement familial ou leur entourage influence leurs choix alimentaires. De plus, plus de la moitié des répondants pensent que les médias (réseaux sociaux, publicités, ...), leurs expériences personnelles (voyages, rencontres, ...), leur éducation (école, cours ou formations complémentaires) ainsi que leurs origines culturelles ont un impact sur leurs choix. Cela suggère que ces normes sociales et culturelles peuvent influencer positivement ou négativement l'adoption de pratiques alimentaires durables, en fonction des valeurs et des habitudes alimentaires prédominantes dans leur environnement.

Cependant, il est important de reconnaître que les pratiques alimentaires des étudiants sont le résultat d'une multitude d'influences et ne peuvent pas être réduites uniquement aux normes socio-culturelles.

D'autres facteurs jouent un rôle significatif dans leurs choix alimentaires (incluant l'adoption ou non de pratiques alimentaires durables), tels que :

- La situation financière de l'individu : les étudiants peuvent avoir des budgets limités, ce qui les pousse à faire des choix alimentaires basés sur la disponibilité et le coût des aliments.
- La disponibilité des options alimentaires : l'accès à des options alimentaires durables peut être limité, ce qui pousse les étudiants à opter pour des aliments moins sains, non locaux ou biologiques.
- L'emploi du temps : les étudiants ont souvent des horaires chargés entre les cours, l'étude et parfois même un emploi ou un job d'étudiant. Cela peut les amener à privilégier des repas rapides et peu coûteux, souvent moins durables.
- Les connaissances et compétences : les étudiants peuvent manquer de connaissances sur la nutrition et sur la manière de faire des choix alimentaires durables, ce qui les conduit parfois à opter pour des aliments moins nutritifs.

5. *« Les pressions sociales concernant les pratiques alimentaires durables peuvent impacter négativement le bien-être des étudiants. »*

Nous pouvons nuancer cette hypothèse en affirmant que les pressions sociales concernant les pratiques alimentaires durables peuvent avoir des effets mitigés sur le bien-être des étudiants en situation de précarité.

Comme nous l'avons vu, les étudiants, même en situation de précarité, peuvent être sensibles aux enjeux environnementaux et vouloir adopter des pratiques alimentaires durables.

Cependant, certains d'entre eux peuvent être limités dans leurs choix en raison de contraintes financières et peuvent donc être plus susceptibles d'opter pour des aliments moins chers, qui ne sont pas toujours les plus durables sur le plan environnemental. Par conséquent, les pressions sociales en faveur de pratiques alimentaires durables (comme les messages publicitaires ou de sensibilisation) peuvent être perçues comme contraignantes ou culpabilisantes pour ces étudiants. Cela peut engendrer des tensions entre leurs valeurs environnementales et leurs besoins pratiques. De plus, une proportion significative des étudiants interrogés dans cette enquête ont déclaré que ces messages les font réfléchir à leurs choix alimentaires, sans savoir comment agir, ce qui peut entraîner un sentiment d'impuissance ou d'inaction.

Toutefois, ces publicités peuvent également exercer une influence positive en inspirant certains étudiants à adopter de nouvelles habitudes alimentaires ou même n'engendrer aucun effet sur d'autres.

Pistes d'actions pour la HEPL

En résumé, sur base des résultats de l'étude, plusieurs pistes d'actions spécifiques peuvent être envisagées pour la HEPL afin de promouvoir des pratiques alimentaires durables inclusives et d'améliorer le bien-être des étudiants :

1. Sensibilisation et éducation :

- Organiser des conférences ou des formations (ateliers pratiques de cuisine) sur les pratiques alimentaires durables pour informer les étudiants.
- Diffuser régulièrement des recettes de saison, saines, économiques et faciles à préparer (avec majoritairement des produits qui sont disponibles dans les épiceries solidaires de l'école) ainsi que des astuces de gestion et d'achat alimentaires, grâce à des brochures en format papier mises à disposition à l'école ou à des vidéos explicatives partagées sur les réseaux sociaux de l'école (par exemple via le compte Instagram du Conseil Etudiant).
- Mettre en place une plateforme en ligne (via les réseaux sociaux) où les étudiants peuvent partager leurs expériences, leurs astuces et leurs recettes avec des aliments sains et durables, afin qu'ils puissent s'entraider et trouver des solutions adaptées à leurs besoins spécifiques.

2. Renforcement de la communication :

- Intervenir physiquement lors de l'accueil des étudiants à la rentrée et dans les classes à chaque début de quadrimestre pour les informer sur les services d'aides alimentaires disponibles.
- Mettre en place un système d'envoi de courriels réguliers via l'école virtuelle pour informer les étudiants sur les aides alimentaires disponibles et les critères d'éligibilité.
- Spécifiquement pour les épiceries solidaires, fournir des détails sur les produits disponibles et leur provenance. Assurer une communication transparente sur les niveaux de stock afin que les étudiants puissent faire des choix éclairés sans se sentir restreints ou, au contraire, abuser du système.
- Installer des indications claires et permanentes concernant les horaires d'ouverture et les locaux des épiceries solidaires via des affiches dans les campus et sur l'école virtuelle.

3. Amélioration de l'accessibilité :

- Mettre en place une cantine pour étudiants proposant des repas sains, variés et abordables sur tous les campus de la HEPL (dans la mesure du possible).

- Pour les cantines existantes, proposer davantage de repas chauds, plus riches en légumes locaux et de saison et diversifier les types de plats proposés.¹⁷
- Elargir les horaires d'ouverture des épiceries solidaires pour répondre aux besoins des étudiants, notamment ceux en stage toute la journée.
- Améliorer la diversité des produits disponibles dans les épiceries solidaires, en mettant l'accent sur les fruits, les légumes, le riz, la farine, le pain frais et la proposition de certains produits adaptés à différents régimes alimentaires.
- Remplacer les produits des distributeurs de nourriture actuels par des aliments et boissons sains.

4. Promotion des produits locaux et durables :

- Développer des partenariats avec des petits producteurs locaux pour promouvoir les produits locaux et le circuit court.
- Permettre aux étudiants de bénéficier de réductions dans les supermarchés vendant des produits durables ou dans des petits commerces locaux.

Pour mettre en place ces deux actions, il faut d'abord identifier les partenaires potentiels tels que les producteurs locaux ou les commerces durables. Ensuite, il convient de négocier des accords avantageux pour les étudiants et les partenaires. Enfin, il est essentiel de bien communiquer ces offres aux étudiants (via l'école virtuelle ou grâce à des affiches dans les campus) pour qu'ils puissent en bénéficier facilement.

5. Ajustements continus :

- Organiser régulièrement des sondages et des groupes de discussion pour recueillir les besoins et ressentis des étudiants en situation de précarité alimentaire afin de pouvoir adapter et améliorer les services d'aide alimentaire proposés par l'école.
- Mettre en place un processus d'évaluation continue pour mesurer l'impact de toutes les actions mises en œuvre au niveau de l'aide alimentaire pour permettre d'assurer l'efficacité et la pertinence de ces initiatives.

En réalisant concrètement ces actions, la HEPL peut contribuer à sensibiliser les étudiants aux enjeux de l'alimentation durable en fonction des besoins de chacun, à faciliter l'accès de tous à des aliments sains et abordables et par conséquent, à renforcer leur bien-être général.

¹⁷ Action justement en cours grâce au projet « Green Deal Cantines Durables » auquel la HEPL participe.

Conclusion

A la lumière de la question initiale portant sur les défis et opportunités rencontrés par les étudiants de la HEPL en situation de précarité dans l'adoption de pratiques alimentaires durables, il apparaît donc que la transition vers une alimentation plus durable nécessite une approche nuancée, contextualisée et inclusive, prenant en compte les diverses réalités des groupes sociaux impliqués dans cette problématique.

Pour mieux comprendre cette dynamique, il est utile d'explorer le concept de « capacité »¹⁸ introduit par l'économiste et philosophe indien Amartya Sen. Selon cette perspective, la pauvreté va au-delà du simple manque de revenu et se manifeste dans l'incapacité des individus à atteindre les objectifs qu'ils valorisent (Bertin, 2008). Par conséquent, la précarité alimentaire ne se résume pas à des contraintes financières, mais englobe également les obstacles qui entravent le choix et l'accès à une alimentation saine et durable. D'ailleurs, Dominique Paturel, dans son article de revue sur l'insécurité et la précarité, va également dans ce sens, en expliquant que « *la précarité alimentaire n'est pas seulement liée à la pauvreté économique, mais également à une série d'empêchements socio-culturels et politiques dans l'accès à une alimentation durable* » (Paturel D., 2022).

Dans cette étude, les étudiants ont identifié ces obstacles (ou facteurs) qui influencent leurs choix alimentaires. Pour rappel, selon eux, cela inclut les normes socio-culturelles, la situation financière, la disponibilité des options alimentaires, l'emploi du temps et les connaissances en matière d'alimentation. Il est intéressant de constater que ces derniers correspondent aux différentes formes d'accessibilité à une alimentation durable mentionnées dans l'introduction.

Compte tenu de ces multiples influences qui peuvent s'exercer sur les choix alimentaires des individus et notamment chez les étudiants, il est nécessaire de promouvoir ce changement de manière efficace, tout en évitant la stigmatisation et/ou la culpabilisation.

Tout d'abord, dans cette transition vers des pratiques alimentaires plus durables, il est essentiel d'englober l'ensemble de la société, y compris les individus à faible revenu, car « *Les personnes modestes, comme le reste de la population, sont en demande d'une alimentation durable et de qualité. Toutefois, il existe un écart (value-action gap) entre les attitudes et les pratiques constatées.* » (Brocard, Saujot, Brimont, & Dubuisson-Quellier, 2022) et ce, à cause des obstacles précités. Par conséquent, il serait préférable d'éviter de stigmatiser des groupes

¹⁸ Ce concept a pu être soulevé grâce à mon entretien avec Monsieur Hardy (cf. Méthodologie).

spécifiques notamment à travers les médias et, plutôt, de les soutenir en tenant compte de leurs besoins et des défis qu'ils rencontrent.

De plus, il est important de reconnaître que les normes nutritionnelles peuvent se heurter aux différences sociales, et donc, pour que les recommandations soient efficaces, celles-ci devraient prendre en considération les valeurs, les préférences et les modes de vie de chaque groupe (Biernaux, 2020). Par rapport à cela, Stephan Van den Broucke, professeur de psychologie à l'Université catholique de Louvain, affirme qu'outre un meilleur accès aux aliments de bonne qualité, il est essentiel de travailler sur les normes et les habitudes qui limitent l'utilisation des options alimentaires saines, même lorsque celles-ci sont disponibles. Cela implique souvent la nécessité de modifier la compréhension et les compétences alimentaires et nutritionnelles, ce qu'on appelle la « *littératie alimentaire* ». Ainsi, selon lui, les dispositifs (programmes, politiques ou mesures mises en place) doivent être créés avec les personnes concernées, car elles sont les mieux placées pour comprendre leurs besoins et défis spécifiques (Mormont, 2022).

Au sein des institutions scolaires, la mise en place de ressources pratiques et accessibles est essentielle pour aider les étudiants à passer de la réflexion à l'action concrète en matière d'alimentation durable. Cela pourrait débuter par une sensibilisation efficace et une information claire et précise destinées aux étudiants. En effet, la surabondance de messages parfois contradictoires et provenant de différentes sources complique la compréhension de ceux-ci. Ainsi, une information de qualité, claire et accessible à tous, est indispensable pour favoriser l'adoption d'habitudes alimentaires saines et durables (Biernaux, 2020).

Cela implique également de lever les obstacles qui entravent l'accès à l'aide sociale, notamment en améliorant la communication sur les dispositifs disponibles. Alain Levêque, Vice-Recteur de l'Université libre de Bruxelles, met en évidence cette problématique en déclarant : « *On se rend effectivement compte que faire passer l'information n'est pas une chose facile.* » (Parzysz & Bussoli, 2022), ce qui constitue un défi majeur pour les établissements d'enseignement supérieur. De plus, une communication plus transparente pourrait également favoriser le sentiment de légitimité pour tous ceux qui ont besoin de ces aides.

Par ailleurs, les environnements alimentaires peuvent aussi avoir une forte incidence sur les choix des individus. A l'école, les cantines, les distributeurs et même les initiatives d'aide alimentaire, telles que les épiceries solidaires, sont des lieux où ces choix se matérialisent. Selon Stephan Van den Broucke, en offrant une variété d'options alimentaires attrayantes, ces espaces peuvent favoriser des choix plus sains et durables (Mormont, 2022).

Ainsi, la promotion de pratiques alimentaires durables nécessite de prendre en compte les réalités économiques et sociales spécifiques des étudiants. Une vision générale et une action concertée s'avèrent essentielles pour relever ce défi et instaurer des changements dans les habitudes alimentaires des étudiants, en favorisant leur bien-être et celui de la planète.

Perspectives de recherche

En conclusion, cette recherche générale offre une première vue d'ensemble sur la thématique complexe du lien entre la précarité et l'alimentation durable au sein de la HEPL, étant donné qu'aucun travail préalable n'avait été entrepris sur ce sujet dans cette école. Cependant, en plus des propositions d'amélioration quant à la méthodologie proposée, il serait également judicieux d'envisager plusieurs perspectives de recherche plus ciblées afin d'approfondir la compréhension des dynamiques complexes à l'œuvre dans ce domaine. Par exemple, une recherche pourrait se concentrer sur le rôle de la communication et de la sensibilisation dans la promotion des pratiques alimentaires durables au sein de la communauté étudiante. Cette approche permettrait d'évaluer l'efficacité des stratégies de communication et d'identifier les moyens les plus efficaces pour sensibiliser de manière positive les étudiants à cette problématique.

De même, une recherche pourrait explorer les liens entre les pressions sociales dans une transition vers la durabilité alimentaire et leur impact sur le bien-être des étudiants en situation de précarité. Cela permettrait de mieux comprendre les obstacles et les opportunités liés à la mise en œuvre de politiques alimentaires durables et d'identifier les moyens d'atténuer les effets négatifs sur les populations étudiantes les plus vulnérables.

En définitive, bien que cette enquête générale constitue une première étape importante dans la compréhension de la relation entre la précarité et l'alimentation durable à la HEPL, il reste encore beaucoup à faire pour approfondir la compréhension de cette thématique. En envisageant des perspectives de recherche plus spécifiques et mieux ciblées, nous pourrions continuer à progresser vers des solutions innovantes et durables pour promouvoir une alimentation saine et équitable au sein de la population étudiante.

Bibliographie

- Banques Alimentaires. (s.d.). *L'insécurité alimentaire, une conséquence de la pauvreté en France*. Récupéré sur Banques Alimentaires: <https://www.banquealimentaire.org/linsecurite-alimentaire-une-consequence-de-la-pauvrete-en-france-226>
- BDO-SONECOM. (2019). *Etude sur les conditions de vie des étudiants de l'enseignement supérieur de la Fédération Wallonie-Bruxelles*. Cabinet du Ministre de l'Enseignement Supérieur, de la Recherche et des Médias. Récupéré sur <https://rodriguedemeuse.be/wp-content/uploads/2021/01/Conditions-de-vie-%C3%A9tudiante-%C3%A9tude-Marcourt-20190418.pdf>
- Bertin, A. (2008). La pauvreté comme privation de capacités. *Regards croisés sur l'économie*, 4(2), pp. 43-45. doi:<https://doi.org/10.3917/rce.004.0043>
- Biernaux, M. (2020). *Alimentation et inégalités sociales de santé : l'accès à une alimentation de qualité en question*. Récupéré sur FIAN Belgium: <https://www.fian.be/Alimentation-et-inegalites-sociales-de-sante-l-acces-a-une-alimentation-de>
- Bio Forum Wallonie. (2011, mars). *Fiche thématique numéro 1 - Alimentation durable*. Récupéré sur Province de Namur: https://www.province.namur.be/documents/fichier/1/333/20140311_154937qu_est_ce_que_l_alimentation_durable__restocolldurable__bioforum.pdf
- Brocard, C., Saujot, M., Brimont, L., & Dubuisson-Quellier, S. (2022, février). Pratiques alimentaires durables : un autre regard sur et avec les personnes modestes. *Décryptage*(01/22). Récupéré sur <https://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/decryptage/pratiques-alimentaires-durables-un-autre-regard-sur-et-avec>
- Ceinture Aliment-Terre Liégeoise. (s.d.). *Qui sommes-nous ?* Récupéré sur Ceinture Aliment-Terre Liégeoise: <https://www.catl.be/qui-sommes-nous/>
- Ceinture Aliment-Terre Liégeoise. (s.d.). *Conseil de Politique Alimentaire*. Récupéré sur Ceinture Aliment-Terre Liégeoise: <https://www.catl.be/le-cpa/>
- CFDD FRDO. (2022). *Le Conseil*. Récupéré sur CFDD FRDO: <https://frdo-cfdd.be/fr/le-conseil/>
- Conseil européen. (2024). *De la ferme à la table*. Récupéré sur Conseil européen: <https://www.consilium.europa.eu/fr/policies/from-farm-to-fork/>

- Conseil Fédéral du Développement Durable. (2022). *Conseil Fédéral du Développement Durable*. Récupéré sur CFDD FRDO: <https://frdo-cfdd.be/fr/>
- Discry, A. (2020). *Méthodologie de l'enquête quantitative et qualitative*. Liège: Edipro.
- Douillet, B. (2016). *De l'accès à l'alimentation durable à la démocratie alimentaire*. Revue de littérature. Récupéré sur https://www.civam.org/wp-content/uploads/2020/08/Civam_ACCESSIBLE_Revue_de_litt%C3%A9rature.pdf
- Dubasque, D. (2023, mai). *La précarité alimentaire : une situation qui alerte les travailleurs sociaux*. Récupéré sur Ecrire sur le travail social: <https://dubasque.org/la-precarite-alimentaire-une-situation-qui-alerte-les-travailleurs-sociaux/>
- Enseignement.be. (s.d.). *Promotion de l'alimentation saine et durable*. Récupéré sur Enseignement.be: <http://enseignement.be/index.php?page=28499&navi=4853>
- Fédération belge des Banques Alimentaires. (2022). *Rapport annuel 2022*. Bruxelles.
- Fédération Infor Jeunes. (2022, janvier). *Précarité étudiante : Des dizaines de milliers de jeunes Belges touchés*. Récupéré sur Infor Jeunes: <https://inforjeunes.be/precarite-etudiante-en-belgique/>
- Gros, M.-H., & Wach, M. (2019, mars). La méthode des six chapeaux d'Edward de Bono appliquée à la décision en orientation. *L'orientation scolaire et professionnelle*(45/1). doi:<https://doi.org/10.4000/osp.4739>
- Hardy, J. (2023). *Rapport final de recherche "Evaluation - Organisations à finalité sociale - Ethique des Droits Humains"*.
- Lafuie, G. (2024, avril). *HEPL : 11.000 colis alimentaires distribués par les épiceries solidaires*. Récupéré sur RTC: https://www.rtc.be/article/info/social/hepl-11-000-colis-alimentaires-distribues-par-les-epiceries-solidaires_1518778_325.html
- Lapassade, G. (2002). Observation participante. *Vocabulaire de psychologie*, Jacqueline Barus-Michel, 375-390. Toulouse: Érès. doi:<https://doi.org/10.3917/eres.barus.2002.01.0375>
- Le Centre Joseph Wresinski. (2007, juin). *Grande pauvreté et précarité : la définition Wresinski*. Récupéré sur Le Centre Joseph Wresinski: <https://www.joseph-wresinski.org/fr/grande-pauvrete-et-precarite141/>
- Leitzmann, C., von Koerber, K., & Männle, T. (2004). *Vollwert-Ernährung: Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung*. Haug.

- Lepiller, O., Fournier, T., Bricas, N., & Figuié, M. (2021). *Méthodes d'investigation de l'alimentation et des mangeurs - MIAM*. Versailles: Editions Quae. doi:10.35690/978-2-7592-3347-2
- Liège Métropole. (2024). *Conseil de politique alimentaire de Liège Métropole*. Récupéré sur Liège Métropole: <https://liege-metropole.be/actions/conseil-politique-alimentaire/>
- Marquet, J., Quivy, R., & Van Campenhoudt, L. (2017). *Manuel de recherche en sciences sociales*. Dunod.
- Mathys, C. (2017). L'alimentation durable. *Mémoire de bachelor : Haute Ecole de gestion de Genève*, 22-24.
- Mormont, M. (2022, juillet). *Promouvoir une meilleure alimentation sans stigmatiser : une mission impossible ?* Récupéré sur Alter Echos: <https://www.alterechos.be/promouvoir-une-meilleure-alimentation-sans-stigmatiser-une-mission-impossible/>
- Nations Unies. (1948). *La Déclaration universelle des droits de l'homme : Article 25*. Récupéré sur Nations Unies: <https://www.un.org/fr/universal-declaration-human-rights/index.html>
- Nations Unies. (2023). *Journée mondiale de la justice sociale 20 février*. Récupéré sur Nations Unies: <https://www.un.org/fr/observances/social-justice-day>
- Nations Unies. (s.d.). *Objectifs de développement durable*. Récupéré sur Nations Unies: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/objectifs-de-developpement-durable/>
- Observatoire national de la vie étudiante. (2016). *Les étudiant.e.s vulnérables : entre renoncements et travail contraint*. Récupéré sur https://www.academia.edu/42302119/Les_%C3%A9tudiant_e_s_vuln%C3%A9rables_entre_renoncements_et_travail_contraint
- OMS. (2021, janvier). *L'OMS exhorte les gouvernements à favoriser les aliments sains dans les établissements publics*. Récupéré sur Organisation mondiale de la santé: <https://www.who.int/fr/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities#:~:text=L'OMS%20est%20l'institution,transport%20exigent%20moins%20de%20ressources.>
- OMS. (2022). *Mesures d'incitation destinées à promouvoir une alimentation saine dans les écoles : note d'orientation*. Récupéré sur Organisation mondiale de la santé: <https://www.who.int/fr/publications-detail/9789240051300#>

- Paganelli, C., & Clavier, V. (2023, octobre). Précarité alimentaire et pratiques informationnelles des étudiant.e.s. *Communiquer*. doi:<https://doi.org/10.4000/communiquer.11004>
- Parzysz, A., & Bussoli, C. (2022, septembre). *Enseignement: dans le supérieur, étudiants et établissements accusent le coût*. Récupéré sur Le Soir: <https://www.lesoir.be/464947/article/2022-09-12/enseignement-dans-le-superieur-etudiants-et-etablissements-accusent-le-cout>
- Paturel, D. (2022). Insécurité ou précarité: Epithètes de la faim. *Revue Projet*(388), pp. 20-23. doi:<https://doi.org/10.3917/pro.388.0020>
- Paturel, D., & Ndiaye, P. (2020). Le droit à l'alimentation durable en démocratie. *Champ Social*, pp. 17-47.
- Paturel, D., & Ramel, M. (2017). Ethique du care et démocratie alimentaire : les enjeux du droit à une alimentation durable. *Revue française d'éthique appliquée*(4), 49-60. doi:<https://doi.org/10.3917/rfeap.004.0049>
- Poulain, J.-P., & Tibère, L. (2008). Alimentation et précarité. *Anthropology of food*. doi:<https://doi.org/10.4000/aof.4773>
- Province de Liège. (2024, avril). *Précarité étudiante*. Récupéré sur Province de Liège: <https://www.provincedeliege.be/fr/evenement/27/19152>
- Rémésy, C. (2010). *L'alimentation durable : Pour la santé de l'homme et de la planète*. Paris: Odile Jacob.
- Rousselle, M. (2023). *Alimentation durable : un enjeu social pour la précarité*. Université Toulouse Jean Jaurès. Récupéré sur <https://dante.univ-tlse2.fr/files/original/4bbd25bce74c57b082e846824aa0ead71b6cf8eb.pdf>
- Statbel. (2024, février). *Près de 2,5 millions de Belges n'ont pas les moyens de s'offrir une semaine de vacances*. Récupéré sur Statbel: <https://statbel.fgov.be/fr/themes/menages/pauvrete-et-conditions-de-vie/privation-materielle-et-sociale#news>
- ULiège. (2023). *L'épicerie solidaire le Kotidien*. Récupéré sur Liège Université durable: https://www.durable.uliege.be/cms/c_18498835/en/durable-l-epicerie-solidaire-le-kotidien
- Van Molle, L. (2022). Quand la précarité étudiante impacte l'émancipation individuelle et collective. *Politique*. Récupéré sur <https://www.revuepolitique.be/quand-la-precarite-etudiante-impacte-lemancipation-individuelle-et-collective/>

Wallonie. (s.d.). *Collège wallon de l'alimentation durable*. Récupéré sur Le développement durable en Wallonie:
<https://developpementdurable.wallonie.be/thematiques/alimentation-durable/participons-transition/college-wallon-alimentation-durable>

Wallonie. (s.d.). *Food Wallonia*. Récupéré sur Le développement durable en Wallonie:
<https://developpementdurable.wallonie.be/thematiques/alimentation-durable/Food-Wallonia>

Annexes

Annexe 1 : Questionnaire Forms (enquête quantitative).

Annexe 2 : Grille de questions avec la méthode des chapeaux de Bono (enquête qualitative).

Annexe 3 : Tableaux croisant les données de l'enquête quantitative (pour les réponses aux hypothèses).

Annexe 1

Enquête sur l'alimentation durable au défi de la précarité étudiante

Cher(e) étudiant(e),

Je suis Justine Willemsen, étudiante en Master 2 en Ingénierie et Action Sociales à la HEPL en co-diplomation avec l'Helmo. Dans le cadre de mon stage au service social de la HEPL, je mène une **recherche sur l'alimentation durable dans un contexte de précarité alimentaire chez les étudiants**.

Ta participation à cette recherche est donc importante ! Tout ce que tu partageras restera totalement anonyme. **Si toi aussi, tu te sens concerné(e) par ces questions, je t'invite à remplir ce questionnaire.** Ton avis nous aidera à mieux comprendre les défis auxquels sont confrontés les étudiant(e)s en matière d'alimentation aujourd'hui.

Je te remercie pour ta participation !

Justine Willemsen

Ton profil

1. Quel âge as-tu ?

- Moins de 20 ans
- 20-22 ans
- 23-25 ans
- Plus de 25 ans

2. Quel est ton genre ?

- Femme
- Homme
- Autre

3. Dans quel pays es-tu né(e) ?

- Belgique
- Autre pays de l'Union européenne
- Pays hors Union européenne

4. Quel est ton niveau d'études actuellement ?

- Bachelier
- Master
- Spécialisation
- Autre

5. Dans quel département de la HEPL fais-tu tes études ?

- Sciences agronomiques
- Sciences de la motricité
- Sciences de la santé
- Sciences et techniques
- Sciences économiques et juridiques
- Sciences psychologiques et de l'éducation
- Sciences sociales et communication

6. Quel est le plus haut niveau de diplôme obtenu par ton parent le plus diplômé ?

- Aucun diplôme
- Primaire
- Secondaire inférieur
- Secondaire supérieur
- Supérieur de type court (bachelier)
- Supérieur de type long (master)
- Doctorat
- Je ne sais pas

7. Actuellement, avec qui vis-tu en semaine ?

- Seul(e)
- Seul(e) avec ton (tes) enfant(s)
- En colocation (kot, internat, ...)
- Chez tes parents ou chez un membre de ta famille/de ton entourage
- En couple
- Avec ton (tes) enfant(s) et ton (ta) conjoint(e)
- Autre

8. Afin de soutenir les étudiant(e)s dans leurs besoins fondamentaux, certaines aides sont mises en place pour eux (elles). Toi-même, bénéficies-tu des aides sociales suivantes ?

	Oui	Non
1. Allocation d'études (= bourse) belge ou d'un autre pays	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Aides financières du service social de la HEPL	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Aides du CPAS	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Si tu bénéficies d'une autre aide sociale, quelle est-elle ?

Entrez votre réponse

10. Si tu ne perçois aucune aide sociale actuellement, peux-tu indiquer la raison ?

- Je n'y ai pas droit.
- Je n'en ai pas besoin.
- Je trouve que les démarches sont trop lourdes et/ou compliquées.
- Je n'ai pas de connaissance par rapport à ces aides.
- Autre

11. Dans notre société, la précarité alimentaire (= difficultés d'accéder à une alimentation sûre, nutritive, diversifiée, suffisante et de bonne qualité) est une réalité qui touche de plus en plus d'étudiant(e)s. Soit, ils n'ont pas assez à manger, soit ils ont suffisamment à manger, mais pas toujours les aliments qu'ils souhaiteraient. Toi-même, penses-tu être touché(e) par ce phénomène ?

- Tout à fait
- Plutôt oui
- Plutôt non
- Pas du tout
- Je ne sais pas

12. Pour toi, se nourrir de manière adéquate, cela signifie : manger ...

	Oui	Non	Je ne sais pas
1. En suffisance ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. De manière équilibrée (produits sains, variés et nutritifs) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Des aliments locaux ou biologiques ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. Si tu bénéficies d'aides sociales, penses-tu que celles-ci soient suffisantes pour te nourrir de manière adéquate ?

- Les aides sociales ne sont pas suffisantes pour me nourrir adéquatement.
- Les aides sociales sont suffisantes pour me nourrir adéquatement, à condition de compléter avec d'autres ressources financières.
- Les aides sociales sont suffisantes pour me nourrir adéquatement.
- Je ne sais pas.

14. Actuellement, bénéficies-tu d'une aide alimentaire (argent ou don d'aliments) de la part de tes parents, d'un membre de ta famille ou d'une autre personne de ton entourage (ami(e), voisin(e), ...) ?

- Oui
- Non

15. Si oui, penses-tu que cette aide soit suffisante pour te nourrir de manière adéquate ?

- Non, cette aide ne me permet pas de me nourrir de manière adéquate.
- Cette aide me permet de me nourrir de manière adéquate, à condition de compléter avec d'autres ressources financières.
- Oui, cette aide me permet de me nourrir de manière adéquate.
- Je ne sais pas.

16. Actuellement, as-tu un job d'étudiant ou un emploi ?

- Oui
 Non

17. Si oui, penses-tu que le salaire que tu perçois soit suffisant pour te nourrir de manière adéquate ?

- Non, mon salaire n'est pas suffisant pour me nourrir adéquatement.
 Mon salaire est suffisant pour me nourrir adéquatement, à condition de compléter avec d'autres ressources financières.
 Oui, mon salaire est suffisant pour me nourrir adéquatement.
 Je ne sais pas.

Ta situation alimentaire

18. Actuellement, à quelle fréquence ...

	Jamais	1 à 2 fois par semaine	Plus de 2 fois par semaine	Tous les jours
1. Cuisines-tu tes repas toi-même ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Ressens-tu des difficultés à accéder à une alimentation suffisante ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Ressens-tu des difficultés à accéder à une alimentation équilibrée, saine ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Achètes-tu des repas préparés du supermarché ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Sautes-tu des repas en raison de contraintes financières ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Consomes-tu des produits alimentaires provenant de sources locales ou biologiques ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Consomes-tu des repas "fast-food" ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Manges-tu un sandwich à la place d'un repas chaud ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

19. Penses-tu que les éléments suivants influencent tes choix en matière d'alimentation (= type d'aliments que tu achètes/consomes) ?

	Tout à fait	Plutôt oui	Plutôt non	Pas du tout	Je ne sais pas
1. Ton environnement familial ou ton entourage (éducation nutritionnelle ou habitudes alimentaires)	<input type="radio"/>				
2. Tes origines culturelles	<input type="radio"/>				
3. Ton éducation/ta formation (école, cours ou formations supplémentaires)	<input type="radio"/>				
4. Les médias (réseaux sociaux, publicités, télévision, ...)	<input type="radio"/>				
5. Les expériences personnelles (voyages, rencontres, ...)	<input type="radio"/>				

20. D'où tires-tu généralement tes informations sur l'alimentation et la nutrition ? 

- Internet
- Livres, magazines
- Professionnels de santé
- Amis, famille, entourage
- Ecole
- Autre

21. Parmi ces propositions, que ressens-tu face à ta situation alimentaire actuelle ? 

	Toujours	Parfois	Rarement	Jamais
1. Inquiétude	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Résignation, abandon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Espoir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Frustration, colère	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Autonomie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Honte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Satisfaction	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

L'alimentation durable

L'alimentation durable est un concept qui fait référence à des pratiques alimentaires (de la production à la consommation des aliments) qui prennent en compte l'impact environnemental, social et économique. A titre d'exemples, cela met en avant la réduction du gaspillage et des déchets, une diminution de la consommation de viande, l'autoproduction ou encore la consommation de produits locaux et de saison.

22. Sur une échelle de 1 à 10, à quel point te sens-tu informé(e) sur les différentes pratiques alimentaires durables ? 

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Pas du tout informé(e) Extrêmement informé(e)

23. Si ta réponse se situe entre 0 et 8, serais-tu intéressé(e) d'en apprendre davantage sur l'alimentation durable ? 

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

24. Considères-tu l'alimentation durable comme une préoccupation importante à l'heure actuelle ? 

- Oui, très importante
- Oui, assez importante
- Non, pas très importante
- Non, pas du tout importante

25. Selon toi, quels sont les principaux obstacles à l'adoption de pratiques alimentaires durables pour les étudiants ? 

Entrez votre réponse

26. Penses-tu que les pratiques alimentaires durables devraient être encouragées au sein de la communauté étudiante ? 

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

27. Si oui, peux-tu citer au moins 2 initiatives facilitant l'accès à l'alimentation durable que la HEPL pourrait mettre en place pour les étudiants ?

Entrez votre réponse

28. A l'heure actuelle, quels sont les critères qui influencent tes choix alimentaires ?

	Tout à fait	Plutôt oui	Plutôt non	Pas du tout	Je ne sais pas
1. Le prix des aliments	<input type="radio"/>				
2. La qualité nutritionnelle des aliments	<input type="radio"/>				
3. La facilité d'accès des magasins alimentaires (proximité géographique)	<input type="radio"/>				
4. L'impact social de la vente des aliments que tu achètes (conditions de travail des producteurs, éthique)	<input type="radio"/>				
5. L'impact environnemental de la production des aliments	<input type="radio"/>				
6. Le fait que ce soit des produits de saison	<input type="radio"/>				
7. Le fait que ce soit des produits locaux	<input type="radio"/>				
8. L'aspect pratique (facilité de préparation)	<input type="radio"/>				

29. Si, dans un monde utopique, nous avions tous des ressources financières illimitées, qu'est-ce qui guiderait tes choix alimentaires ?

	Tout à fait	Plutôt oui	Plutôt non	Pas du tout	Je ne sais pas
1. Le prix des aliments	<input type="radio"/>				
2. La qualité nutritionnelle des aliments	<input type="radio"/>				
3. La facilité d'accès des magasins alimentaires (proximité géographique)	<input type="radio"/>				
4. L'impact social de la vente des aliments que tu achètes (conditions de travail des producteurs, éthique)	<input type="radio"/>				
5. L'impact environnemental de la production des aliments	<input type="radio"/>				
6. Le fait que ce soit des produits de saison	<input type="radio"/>				
7. Le fait que ce soit des produits locaux	<input type="radio"/>				
8. L'aspect pratique (facilité de préparation)	<input type="radio"/>				

30. Dans notre société, nous voyons de plus en plus de messages publicitaires et de sensibilisation à une alimentation plus durable et respectueuse de l'environnement. Comment réagis-tu face à cela ? Coche la réponse qui correspond le mieux à ce que tu ressens.

- Les publicités sur l'alimentation durable m'inspirent à adopter des habitudes alimentaires plus durables.
- Les publicités sur l'alimentation durable me font sentir coupable de ne pas adopter des habitudes plus durables.
- Les publicités sur l'alimentation durable me font réfléchir à mes choix alimentaires, mais je ne sais pas comment agir.
- Les publicités sur l'alimentation durable me laissent indifférent(e) et n'ont aucun effet sur mes choix alimentaires.
- Je ne sais pas.

31. Penses-tu que l'apprentissage de compétences culinaires/pratiques alimentaires simples et l'aide à la préparation de repas à partir d'ingrédients de base pourraient être bénéfiques pour les étudiants ? 

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Les services d'aides proposés par la HEPL

32. Connais-tu l'épicerie solidaire de l'école ? 

- Oui
- Non

33. Si oui, l'as-tu déjà utilisée ? 

- Oui
- Non

34. Si oui, à quel point es-tu satisfait(e) ... 

	Très satisfait(e)	Satisfait(e)	Peu satisfait(e)	Pas du tout satisfait(e)	Je ne sais pas
Des produits alimentaires proposés dans cette épicerie solidaire ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Du fonctionnement de cette épicerie solidaire ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

35. Si tu n'es pas totalement satisfait(e) du fonctionnement de l'épicerie solidaire de la HEPL ou des produits proposés par celle-ci, peux-tu nous partager au moins 2 idées ou propositions d'amélioration ? 

Entrez votre réponse

36. Penses-tu que les étudiants sont suffisamment informés sur les services d'aides alimentaires (aides financières, épiceries solidaires) disponibles à la HEPL ? 

- Tout à fait
- Plutôt oui
- Plutôt non
- Pas du tout

37. Si tu penses que la communication sur les services d'aides alimentaires disponibles à la HEPL pourrait être améliorée, peux-tu citer au moins une proposition d'amélioration ? 

Entrez votre réponse

38. Si tu as encore d'autres suggestions concernant les aides alimentaires proposées par la HEPL, n'hésite pas à les partager ici. 

Entrez votre réponse

Proposition de participation à la recherche

39. Si tu te sens concerné(e) par ces questions ou que tu souhaites simplement contribuer à cette recherche, serais-tu intéressé(e) de prendre part à une discussion avec moi et d'autres étudiants (ou discussion individuelle, selon ta préférence) ? Ton expérience et tes idées me permettront d'approfondir mes connaissances sur les difficultés alimentaires des étudiants et de faire avancer cette recherche. De plus, **ta voix pourrait avoir un impact sur les initiatives futures de soutien aux étudiants**. Ta participation sera traitée de manière anonyme dans un environnement respectueux. Si tu souhaites y participer, peux-tu laisser ton adresse e-mail ci-dessous ? Je te recontacterai ultérieurement. Merci d'avance pour ta contribution ! 

Entrez votre réponse

Annexe 2

La méthode des 6 chapeaux de Bono : discussion autour de l'alimentation durable et de la précarité étudiante



Neutralité, faits (sans jugement, émotion)

1. Pouvez-vous me donner des faits concrets concernant votre situation alimentaire et les conséquences sur votre vie en général ou sur votre vie étudiante ? (Sans parler des sentiments)



Pessimisme, inconvénients

4. Rappel : définition de l'alimentation durable.
5. Pour vous, quels sont les principaux obstacles à l'adoption de pratiques alimentaires durables ?



Emotions, ressentis

2. Quelles sont les émotions que vous ressentez face à votre situation ?



Créativité, solutions idéales (même si irréalistes)

6. Si vous aviez une baguette magique et que vous pouviez faire tout ce que vous souhaitez, que feriez-vous pour résoudre la précarité alimentaire des étudiants (à l'école ou plus généralement en Belgique) ?



Optimisme, avantages

3. Quels avantages ou opportunités l'adoption de pratiques alimentaires durables pourrait-elle offrir aux étudiants en situation de précarité ?



Prise de recul (canalisation des idées), pistes de solution, synthèse

7. D'un point de vue plus réaliste, quelles sont vos suggestions pour diminuer la précarité alimentaire à l'école ?
8. Quelles sont vos suggestions pour améliorer l'accessibilité de l'alimentation durable pour les étudiants en précarité à l'école ?
9. Selon vous, quels sont les acteurs concernés par tout cela ?
10. En conclusion, pour vous, quels sont les problèmes prioritaires à régler et les pistes de solution à retenir ?

Annexe 3

Tableau 1

<i>Sentiment de précarité</i>	Nombre	%	<i>Serais-tu intéressé(e) d'en apprendre davantage sur l'alimentation durable ?</i>			
			Oui	Non	Je ne sais pas	
Pas du tout	98	32%	65%	12%	15%	7%
Plutôt non	81	26%	65%	12%	19%	4%
Plutôt oui	80	26%	59%	10%	21%	10%
Tout à fait	36	12%	50%	6%	31%	14%
Je ne sais pas	12	4%	58%	8%	17%	17%
	1	0%	100%	0%	0%	0%
Total	308	100%				

Tableau 2

<i>Sentiment de précarité</i>	<i>Considères-tu l'alimentation durable comme une préoccupation importante ?</i>				
	Oui, très importante	Oui, assez importante	Non, pas très importante	Non, pas du tout importante	
Pas du tout	38%	50%	11%	1%	0%
Plutôt non	42%	47%	10%	1%	0%
Plutôt oui	34%	56%	10%	0%	0%
Tout à fait	31%	56%	11%	0%	3%
Je ne sais pas	33%	58%	0%	0%	8%
	100%	0%	0%	0%	0%

Tableau 3

<i>Sentiment de précarité</i>	<i>Penses-tu que les pratiques alimentaires durables devraient être encouragées au sein de la communauté étudiante ?</i>			
	Oui	Non	Je ne sais pas	
Pas du tout	78%	3%	19%	0%
Plutôt non	78%	2%	17%	2%
Plutôt oui	74%	3%	24%	0%
Tout à fait	64%	6%	28%	3%
Je ne sais pas	58%	0%	42%	0%
	100%	0%	0%	0%

Tableau 4

<i>Sentiment de précarité</i>	Moyenne	<i>Sur une échelle de 1 à 10, à quel point te sens-tu informé(e) sur les différentes pratiques alimentaires durables ?</i>				
		0 à 2	3 à 5	6 à 8	9 ou 10	
Pas du tout	5,3	13%	40%	42%	5%	0%
Plutôt non	5,4	14%	36%	46%	5%	0%
Plutôt oui	5,3	9%	40%	46%	4%	1%
Tout à fait	4,9	17%	36%	36%	8%	3%
Je ne sais pas	4,5	25%	50%	17%	8%	0%
	3,0	0%	100%	0%	0%	0%

Les cases vides dans ces tableaux représentent les « sans réponse ».