Paniers solidaires : « Pouvoir manger comme tout le monde, ça redonne un peu de dignité »



ALIMENTATION

17/09/2025

Il y a un an, l'équipe du Secours Catholique de Chalonnes-sur-Loire, près d'Angers, a lancé une action de "paniers solidaires" en partenariat avec un maraîcher bio local. Le but est double : à la fois permettre l'accès du plus grand nombre à des produits de qualité, et créer du lien et de la mixité sociale autour de l'alimentation.

À la ferme des Myrtilles, à Saint-Augustin-des-Bois, dans la campagne angevine. Comme un samedi matin sur deux, Nadia arrive au volant de son utilitaire. Elle charge une trentaine de cageots remplis de légumes bio, puis file en direction du "Tintamarre", un café associatif situé dans la commune voisine de Chalonnes-sur-Loire. C'est là que se déroulera, tout au long de la matinée, la remise des "paniers solidaires" par l'équipe locale du Secours Catholique.

Dans un quartier pavillonnaire de Chalonnes-sur-Loire, Dominique, bénévole au Secours Catholique, est venu chercher Solange pour l'emmener au Tintamarre. « *Ceux qui ne peuvent pas se déplacer, on peut leur livrer leur panier*, explique-t-il. *Mais il est important que les personnes puissent aussi profiter de l'endroit et de ce qu'on y vit*. » Au Tintamarre, « *on cause, on boit un café. Ça permet de sortir de chez soi, ça fait du bien* », confirme Solange, âgée de 74 ans. Ce samedi matin, le lieu fourmille de monde. Des enfants et leurs parents sont venus participer à un atelier de cirque.

Cette semaine, Anne ne fait que passer rapidement. Elle doit ensuite se rendre au Forum des associations. Anne pourrait acheter ses légumes ailleurs. Amap, marchés, vente à la ferme…, l'offre est foisonnante. Mais sa démarche est solidaire. « *Je paye mon panier un peu plus cher pour que d'autres puissent payer moins cher », explique-t-elle. Elle trouve « important que les personnes qui ont un faible revenu aient accès à des produits sains et de qualité.* » Agnès, co-responsable locale des Restos du cœur, acquiesce. D'ailleurs, précise-t-elle, « *je fais de la pub pour ces*

paniers auprès des personnes qui viennent récupérer des colis alimentaires chez nous ».

Les paniers solidaires fonctionnent sur un principe de prix différenciés. Chacun paye selon ses possibilités. Sur la trentaine d'adhérents, la moitié environ bénéficient d'un tarif réduit. Solange, par exemple, qui perçoit 1 300 euros de retraite, paye son panier 8 euros ou 4 euros. Stéphane, pour sa part, retraité de l'Éducation nationale et dont le budget est plombé par un crédit et des frais de divorce, ne paye que 4 euros. Avant de « *devenir pauvre* », dit-il, il allait au marché. Mais il ne le peut plus. Trop cher. « *De plus, les prix ont augmenté. Aujourd'hui, le kilo de carottes y est à 2,80 euros, celui de pommes de terre nouvelles à 7 euros !* »

L'alimentation influe sur la santé, rappelle Stéphane : « *Et une santé déclinante peut aggraver votre pauvreté.* » D'où l'importance de pouvoir manger sainement. « *Et puis, ça me donne de la joie*, confie-t-il. *J'adore cuisiner.* » Au chômage depuis plusieurs années, obligé de recourir à l'aide alimentaire, Fabrice, de son côté, apprécie le regain de dignité du simple fait de pouvoir accéder « *comme tout le monde à des produits frais et de qualité* ». Cela lui fait « *du bien au moral* ».

Raccompagnée chez elle par Dominique, Solange déballe son panier et se projette déjà en cuisine. Elle fera cuire au four les pommes de terre nouvelles coupées en deux. Les oignons roses, elle aime les faire revenir dans une omelette avec du persil et du beurre. Quant à la salade, elle l'agrémente souvent d'un œuf dur. Les fraises, enfin, elle les dégustera avec du fromage blanc.

Régulièrement, la matinée s'achève par un repas, préparé en partie avec les produits du jour. Marie, 75 ans, reste déjeuner. « *Ça me fera au moins un repas*

potable », confie-t-elle. Marie a les moyens de se nourrir correctement. C'est l'envie qui lui manque. Veuve, elle a perdu le goût de cuisiner. « *Je mange surtout des tartines de beurre et de fromage, même si ce n'est pas bon vu mes problèmes de santé.* » Elle a adhéré aux paniers pour rencontrer du monde. Grâce à cela, elle cuisine de nouveau un peu. « *Ensuite j'invite pour partager ce que j'ai préparé.* » Cela rompt sa solitude. « *Et ça m'oblige à manger des légumes.* »

Sensible à la question de l'accès de tous à une alimentation de qualité, Guillaume, le maraîcher de la ferme des Myrtilles, avait initialement proposé au Secours Catholique de Chalonnes-sur-Loire de lui faire un tarif avantageux en rognant sur sa marge. Mais l'association a refusé. « *Ils ont tenu à rémunérer mon travail au juste prix* », déclare-t-il. Car le principe de solidarité s'applique aussi aux producteurs bio locaux dont la situation est souvent précaire. Ce contrat passé pour un an avec le Secours Catholique permet à Guillaume de stabiliser une partie de ses revenus. « *Je peux ainsi un peu prévoir. Cela m'a permis d'embaucher un salarié* », conclut-il.

Benjamin Sèze (Journaliste) - Mathieu Génon (Photographe)

https://tarnaveyronlozere.secours-catholique.org/notre-actualite/paniers-solidaires-pouvoir-manger-comme-tout-le-monde-ca-redonne-un-peu-de-dignite