

Rapport d'évaluation

Précarité Insertion

« Alimentation de qualité et
précarité : c'est possible ! »

Année 2015-2016 (financement 2015)

Sites de Solidarité Accueil (Châteauroux),
les Jardins de l'Espersévérance (La Châtre)
et Cap Vert (Montgivray)

Sommaire

I.	Projet « Alimentation de qualité et précarité, c'est possible ».....	3
	1.1 Contexte	3
	1.2 Objectifs.....	4
	1.2.1 Objectif général.....	4
	1.2.2 Objectifs spécifiques.....	5
	1.2.3 Objectifs opérationnels	5
	1.3 Public.....	5
II.	Organisation de l'action	6
	2.1 Organisation globale	6
	2.2 Contenu des séances proposées	6
III.	Modalités d'évaluation	6
	3.1 Objectifs d'évaluation	7
	3.2 Critères et indicateurs d'évaluation.....	7
IV.	Evaluation de l'activité réalisée.....	8
V.	Evaluation de l'impact de l'action	9
	5.1 Organisation des séances	9
	5.2 Contenu des différentes séances proposées	9
	5.2.1 Les thèmes abordés	9
	5.2.2 Les méthodes utilisées.....	9
	5.3 : Évaluation de la satisfaction	10
	5.4 Évaluation de l'impact sur les connaissances des bénéficiaires.....	10
VI.	Conclusion.....	12
VII.	Préconisations.....	12
VIII.	Annexes.....	13

I. Projet « Alimentation de qualité et précarité, c'est possible »

1.1 Contexte

S'il existe une susceptibilité génétique à l'obésité, la majorité des cas d'obésité seraient la conséquence d'une surconsommation alimentaire ou d'une malnutrition toutes deux liées à une influence de l'environnement et de l'offre alimentaire sur les comportements des individus, à une pression des normes sociales entraînant une fragilité psychologique ou à un statut économique particulier.

Les populations les plus défavorisées ne bénéficient pas aujourd'hui, du moins pour la plus grande partie d'entre elles, d'un accès à une alimentation leur permettant d'atteindre un état nutritionnel favorable à leur santé. Les produits alimentaires industriels transformés demeurent moins chers que les produits bruts, ils sont devenus la base de l'alimentation des populations situées en bas de l'échelle sociale (Faustine REGNIER, Inra). Ces mêmes aliments possèdent une valeur énergétique plus importante que les produits bruts. La densité énergétique (calories/kg) est inversement corrélée au niveau de prix : les graisses et les sucres sont moins chers que les poissons, les fruits et les légumes. Par conséquent, la consommation de ces produits industriels favorise les déficiences vitaminiques et minérales, la prise de poids et donc l'obésité chez ces populations. Par ailleurs, les contraintes multiples de la précarité et/ou de la vulnérabilité éloignent souvent ces personnes des côtés positifs de l'alimentation, notamment en termes de plaisir et de convivialité.

En 2012, l'enquête Obépi révélait à l'échelon national que « en 2012 comme dans chaque étude Obépi depuis 1997, il existe une relation inversement proportionnelle entre niveau de revenus du foyer et prévalence de l'obésité ».

D'autre part, Selon une étude de l'Insee, en 2008, 10% de la population de la région Centre, soit 250000 personnes, et 11,6% de la population du département de l'Indre vivaient sous le seuil de pauvreté, de 788 euros par mois. Selon l'ARS Centre, « on estime

à 12000 le nombre de personnes ayant eu recours à l'aide alimentaire en 2007 dans 58 structures sur les 82 interrogées » dans la région Centre.

Depuis l'ouverture du CODES, des actions auprès de ces publics vulnérables sont menées en matière d'alimentation. Toutes ces actions menées conjointement et coordonnées (formation des bénévoles, cours de cuisine, information et accompagnement...) sont indispensables à poursuivre car les populations des CHRS, des entreprises de réinsertion, etc. changent régulièrement. La méthodologie bien rodée du CODES de l'Indre et sa connaissance des partenaires sociaux permet une action d'accompagnement efficace et de qualité dans le respect de ces publics.

Il existe actuellement 2 CLS dans le département : l'un couvrant la ville de Châteauroux et l'autre Issoudun et la Champagne Berrichonne. Un CLS sur le Pays de la Brenne est actuellement en cours de construction.

La finalité de ces CLS est de lutter contre les inégalités sociales de santé, en ayant des initiatives communes, qui mettent en valeur et valorisent la santé au quotidien. C'est notamment dans le cadre de ces CLS que le CODES de l'Indre met activement en place ses actions d'éducation pour la santé.

1.2 Objectifs

1.2.1 Objectif général

Améliorer l'état de santé des personnes en situation de précarité et/ou vulnérabilité sociale et/ou financière sur le département de l'Indre en agissant sur les déterminants majeurs que sont la nutrition et l'activité physique.

1.2.2 Objectifs spécifiques

- ☞ Permettre aux personnes en situation de précarité et/ou de vulnérabilité sociale de préserver ou retrouver un bon état de santé (physique et psychique) par une alimentation équilibrée (en agissant sur la malnutrition et l'obésité) et la pratique d'activités physiques et sportives de loisirs
- ☞ Transmettre les bases nécessaires à la conception d'une alimentation diversifiée et adaptée aux besoins et possibilités des personnes
- ☞ Promouvoir la pratique régulière d'activités physiques comme gage d'un mieux être physique et mental

1.2.3 Objectifs opérationnels

- ☞ Mettre en place 2 séances d'éducation collective/groupe sur l'équilibre alimentaire et l'activité physique auprès des personnes en insertion
- ☞ Mettre à disposition les supports d'information existants sur ce thème : brochures, dépliants, guides, ... édités par l'INPES en grande majorité et adapté à ce public ainsi que les calendriers « alimentation et insertion » 2015

1.3 Public

- ☞ Personnes en difficulté socioéconomique
- ☞ Jeunes en difficultés (sortis du système scolaire, en errance ...)
- ☞ Ruraux isolés
- ☞ Familles monoparentales
- ☞ Gens du voyage
- ☞ Personnes en situation de handicap

II. Organisation de l'action

2.1 Organisation globale

Mise en place des séances informatives et éducatives auprès de nos partenaires :

- ☞ 4 interventions de 2 séances sur Solidarité Accueil (foyer d'hébergement, chantiers d'insertion : potagers de Velles, environnement, palettes, entretien des rivières) de janvier à décembre 2015
- ☞ 1 intervention de 2 séances aux Jardins de l'Espersévérance sur le 4^{ème} trimestre 2015
- ☞ 1 intervention de 2 séances à Cap Vert au cours de l'année

Les intervenantes pour cette année sont Annabelle DESAIX et Justine BALLAND diététiciennes-chargées de projets du CODES 36.

2.2 Contenu des séances proposées

Au sein des différentes structures un atelier d'échange sur l'équilibre alimentaire et l'activité physique a été proposé. Il s'en est suivi un atelier cuisine pour mettre en pratique les informations transmises lors de la première séance.

III. Modalités d'évaluation

Afin de mesurer l'impact des actions, plusieurs outils ont été utilisés : les carnets de bord des intervenantes (cf. annexe) ainsi qu'un relevé oral des connaissances et remarques des participants

Ces outils permettent l'analyse des actions effectuées, de garder une trace du contenu et de revoir la stratégie si besoin pour les actions à venir. Ils ne permettent pas de certifier un quelconque impact, mais peuvent en augurer.

3.1 Objectifs d'évaluation

- ☞ Satisfaction des bénéficiaires
- ☞ Réponse aux attentes des bénéficiaires
- ☞ Efficacité des méthodes utilisées

3.2 Critères et indicateurs d'évaluation

Indicateurs d'activité retenus	Outils utilisés pour mesurer ces indicateurs	Valeur cible des indicateurs
Nombre de séances réalisées auprès des bénéficiaires	Carnet de bord	4 à Solidarité Accueil 1 aux Jardins de l'Espersévérance et 1 à Cap Vert
Nombre de participants aux séances d'éducation alimentaire	Carnet de bord	32 à Solidarité Accueil + 8 aux Jardins de l'Espersévérance + 5 à Cap Vert
Formulation de questions, interrogations, inquiétudes, besoins ...	Relevé oral	Contenu des séances, accessibilité de l'information, approches et outils utilisés, appropriation et mise en application des apports, etc
Points positifs et points à améliorer selon les intervenants et bénéficiaires	Carnet de bord Relevé oral	Intérêt des bénéficiaires, qualité de l'intervenant, organisation générale, etc.
Satisfaction des participants aux actions	Relevé oral	Au moins 26 personnes satisfaites

IV. Evaluation de l'activité réalisée

Structures	Lieux	Intervenantes	Séances abordées	Dates d'intervention	Nombre de bénéficiaires
Solidarité Accueil	Les Potagers de Velles	Annabelle DESAIX Justine BALLAND	Atelier sur l'équilibre alimentaire + Atelier cuisine	25/09/2015	10
	Environnement, palettes et CAVA	Annabelle DESAIX Justine BALLAND	Atelier sur l'équilibre alimentaire Atelier cuisine Atelier sur l'équilibre alimentaire Atelier cuisine Atelier sur l'équilibre alimentaire + atelier cuisine	05/03/2015 23/04/2015 07/05/2015 21/05/2015 15/10/2015	7 8 8 8 10
Les Jardins de l'Espersévérance		Annabelle DESAIX	Atelier sur l'équilibre alimentaire Atelier cuisine	19/11/2015 22/12/2015	7 7
Cap Vert		Annabelle DESAIX	Atelier sur l'équilibre alimentaire Atelier cuisine	24 /02/2016 09/03/2016	8 6

V. Evaluation de l'impact de l'action

5.1 Organisation des séances

La pérennité du partenariat permet une très bonne organisation globale avec une planification des séances en début d'année.

Afin d'alléger le temps de présence des participants et d'augmenter leur implication, la séance sur l'équilibre alimentaire et l'atelier cuisine ont été regroupés créant ainsi une séance plus longue mais unique.

5.2 Contenu des différentes séances proposées

5.2.1 Les thèmes abordés

Ceux-ci répondent aux besoins des salariés, repérés par les chargées d'insertion

En effet, il apparaît que certains d'entre eux présentent de mauvaises habitudes alimentaires, ou bien que la présence de certaines maladies (comme le diabète) les obligent à modifier leur comportement

5.2.2 Les méthodes utilisées

Les séances se déroulent sous forme d'échange afin de pouvoir répondre au mieux aux questions et attentes des participants.

Quant aux ateliers cuisine, ils se déroulent de manière participative. Le choix des recettes réalisées est déterminé en accord avec le groupe mais également en utilisant les légumes disponibles sur les chantiers d'insertion.

5.3 : Évaluation de la satisfaction

51 salariés en insertion ont pu participer aux séances sur l'alimentation.

Pour mesurer leur satisfaction en fin de séance, deux questions leur ont été posées par les intervenantes : « *Qu'avez-vous pensé de ce temps d'échange ?* » et « *Citer un mot pouvant définir l'ambiance générale ?* »

A ces questions, les participants ont pu répondre : « *Pas désagréable* », « *Bien d'en parler* », « *Bien* », « *20/20* », « *Très bien* », « *Bonne ambiance* », « *On remet ça quand vous voulez !* », « *Très sympa* », « *C'était formidable* », « *Résultat superbe* », « *Bon moment* » « *Agréable* », « *Convivial* »

D'après les mots relevés, nous pouvons conclure que les participants sont globalement satisfaits des séances proposées.

Néanmoins certains ont pu mettre en avant des points négatifs : « *Pas pratique car sur les jours de repos* », « *Domage que tout le monde n'ait pas participé* » « *Quel est l'intérêt de ces séances ? Je préférerais qu'on m'aide à trouver du travail !* »

Les intervenantes rejoignent l'avis du groupe mais nuance tout de même pour 2 interventions :

« *Évaluation non réalisée, groupe non motivé par l'intervention se sentant obligé d'être présent* » J. BALLAND (Solidarité Accueil)

« *Associer l'ensemble du personnel encadrant pour plus d'impact et bilan moins mitigé* » A. DESAIX (Cap Vert)

5.4 Évaluation de l'impact sur les connaissances des bénéficiaires

Concernant l'évaluation sur l'impact des connaissances, aucun questionnaire n'a été mis en place afin de ne pas mettre en difficulté les différents participants, en effet certains de savent ni lire ni écrire. Il n'y a donc pas eu de mesure quantitative effectuée.

Les ateliers d'échanges ont permis de répondre aux interrogations des bénéficiaires et de ce fait d'avoir un impact sur leurs connaissances.

Structures	Thèmes/Interrogations
Solidarité Accueil : Les Potagers de Velles	<ul style="list-style-type: none"> - Composition des repas et équilibre alimentaire - Intérêt des fruits et légumes de saison
Solidarité Accueil : Environnement, palettes, CAVA	<ul style="list-style-type: none"> - Huile de palme : bon ou pas ? - Composition idéale du petit-déjeuner - Les féculents font-ils grossir ? - Quelles matières grasses choisir ? - Comment prévenir le diabète ? - Alimentation et perte de poids ? - Alimentation équilibrée et budget serré ?
Cap Vert	<ul style="list-style-type: none"> - Composition des repas et équilibre alimentaire - Alimentation et budget - Impact de l'alimentation sur la santé
Les Jardins de l'Espérance	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentation et protéines - Alimentation et respect de la nature - Plaisirs de la table - Place de l'alcool dans l'alimentation

VI. Conclusion

Les éléments de satisfaction exprimés par l'intégralité des acteurs de cette action sont particulièrement positifs.

En effet, les diverses séances ont permis de répondre aux interrogations des différents participants.

Le partenariat étant ancien, il est efficace et pérenne.

Quelques points négatifs émergent tout de même : certaines personnes en réinsertion professionnelle se sont montrées dissipées et peu à l'écoute lors des ateliers.

Concernant la mise en place du partenariat avec l'association Cap Vert, des ajustements semblent nécessaires : en effet, le personnel encadrant ne s'est pas montré très impliqué quant au déroulement de ces séances.

VII. Préconisations

Pour les actions auprès des salariés en réinsertion professionnelle, il serait sans doute pertinent d'utiliser un outil pédagogique afin de permettre la mobilisation de tous les participants.

L'atelier cuisine mis en place ne semble pas être facilement réalisable auprès de toutes les structures : locaux peu appropriés et manque d'implication des bénéficiaires de certaines structures qui ne semblent pas y trouver leur compte.

VIII. Annexes

Action menée auprès des salariés de Solidarité Accueil

Environnement, palettes, CAVA et Potagers de Velles

Jeudi 28 août 2014, de 13H30 à 15H30

Personnes présentes :

Echanges avec le groupe à partir de « questions à piocher » sur le goût, la cuisine, l'équilibre alimentaire, ... :

Réponses aux questions posées :

Informations alimentaires :

Présentation de la **courbe de repères** schématisant le principe d'équilibre alimentaire

Présentation et mise à disposition de brochures et dépliants sur l'alimentation ainsi que le calendrier « tous à table »

Evaluation de la séance :

Prise de notes par rapport à 2 questions posées (qu'avez-vous pensé de cette séance ? citer un mot pouvant la définir ?)