Union Départementale
de l'Economie Sociale et Solidaire
des Hautes-Alpes

Précarité alimentaire dans les Hautes-Alpes – Éléments d'actualisation 2026

Synthèse des entretiens - Printemps / Été 2026

Auteure : Mathilde Blondel - Udess 05

Mission financée dans le cadre du Pacte local des solidarités, avec le soutien du Département des Hautes-Alpes et de l'État – DREETS PACA.

PACTE DES SOLIDARITÉS
Agir ensemble pour faire reculer la pauvreté

PRÉFET DE LA RÉGION PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR
Direction régionale de l'économie, de l'emploi, du travail et des solidarités (DREETS)

Hautes-Alpes
le département

Introduction

L'Union Départementale de l'Economie Sociale et Solidaire des Hautes-Alpes (Udess 05), association loi 1901, créée en 2008 a orienté une de ses commissions vers la précarité alimentaire au moment de la crise Covid de 2019. Cela a donné naissance à la *Conférence Permanente Associative de la Solidarité* (CPAS) qui permet depuis lors, aux associations d'aide alimentaire du territoire de se réunir chaque trimestre. En parallèle, cela à donné naissance à un groupe de travail ayant fait émergé les expérimentations de Sécurité Sociale de l'Alimentation dans les Hautes-Alpes.

Depuis 2020, l'Udess anime la CPAS dans le but de favoriser la coopération entre les associations de l'aide alimentaire, de faire entendre leur voix, afin d'améliorer l'aide alimentaire sur le territoire et de défendre leur intérêt

En complément de cela, l'Udess a réalisé, conjointement avec le Département, une grande enquête sur la précarité alimentaire en 2024. Cette enquête est réactualisée dans le présent document en cette année 2026.

La méthodologie utilisée pour cette réactualisation combine entretiens semi-directifs et veille des initiatives innovantes autour de la lutte contre la précarité alimentaire et de l'accessibilité à une alimentation de qualité pour toutes et tous.

Les entretiens réalisés permettent de dégager plusieurs constats communs concernant l'évolution de la précarité, les limites actuelles de l'aide alimentaire, les difficultés rencontrées par les associations et les conditions nécessaires à la poursuite de coopérations territoriales.

I. Précarité alimentaires & structures solidaires, quelles observations

1.1. Le public accompagné

Les acteurs rencontrés constatent une poursuite de la diversification des publics en situation de précarité alimentaire.

Au-delà des publics traditionnellement associés à l'aide alimentaire, les associations accompagnent désormais davantage :

- des familles monoparentales et des familles avec enfants
- des personnes seules et isolées

- des retraités disposant pourtant d'un logement, parfois propriétaires, mais ne pouvant plus assumer leurs dépenses alimentaires après paiement des charges
- des personnes en situation de handicap ou bénéficiant de revenus liés à l'invalidité ;
- des travailleurs pauvres, dont les revenus ne permettent plus toujours de couvrir les dépenses courantes ;
- des personnes migrantes
- des personnes accompagnées dans le cadre de mesures de protection juridique.

À Gap, le Secours populaire estime ainsi accueillir aujourd'hui environ 1 300 à 1 400 personnes, contre un volume de passages hebdomadaires ayant plus que doublé depuis l'avant-Covid. À l'échelle départementale, l'ordre de grandeur avancé est de 2 500 à 2 700 personnes, chiffre qui reste à vérifier.

Le Secours Catholique indique pour sa part avoir accompagné environ 1 481 personnes en 2025 à travers différents dispositifs d'aide alimentaire et actions associées.

Les acteurs soulignent toutefois que les chiffres disponibles ne permettent pas de mesurer l'ensemble des besoins. Certaines personnes ne sollicitent pas les dispositifs existants et peuvent rester invisibles. Il est observé un recours simultané à plusieurs associations qui constitue un indicateur de fragilité économique supplémentaire.

Le phénomène ne semble donc pas seulement être celui d'une augmentation quantitative de la demande : il s'agit également d'une transformation des profils et des formes de précarité.

L'association Midi Chaud indique cependant qu'aucun travailleur saisonnier n'a été accueilli l'hiver dernier contrairement à l'hiver précédent.

Par ailleurs, lors d'un échange avec un médecin des urgences, celui-ci a fait part d'une observation, de plus en plus de personnes en situation de précarité se présentent aux urgences afin d'obtenir un repas.

1.2. L'aide alimentaire reste indispensable, mais montre ses limites

Les associations continuent de jouer un rôle essentiel pour lutter contre la précarité alimentaire. Elles mobilisent pour cela des ressources diversifiées : collectes, dons, ramasses auprès des commerces, Banque Alimentaire, achats directs, chèques ou bons alimentaires, épiceries solidaires, etc.

Le Secours Catholique propose des systèmes de chèques/services permettant aux personnes de choisir elles-mêmes leurs achats, y compris des produits frais ou d'hygiène.

Le Secours populaire souligne le poids croissant de l'aide alimentaire sur les bénévoles et leur budget. À Gap, l'activité mobilise chaque semaine une équipe importante pour les seules distributions alimentaires ; ramasses, stockage, tri, logistique et suivi administratif. Les dépenses alimentaires directes sont estimées à environ 4 000 € par mois.

Cette situation soulève par l'association une interrogation de fond : l'aide alimentaire peut-elle durablement constituer l'unique réponse à la pauvreté ?

Le Secours populaire estime que cette mission devrait davantage relever à terme de la puissance publique, afin que les associations puissent se recentrer sur l'accompagnement, l'émancipation et l'éducation populaire, par exemple. Le Secours Populaire souhaite pouvoir diversifier ses actions sur le territoire, sans être phagocyté par l'aide alimentaire : aide aux vacances, accès à la culture, dons de fournitures scolaires, aide au paiement de factures impayées etc.

Une autre limite concerne la qualité de l'alimentation proposée. La Croix-Rouge du Buëch souligne notamment les difficultés liées à la qualité parfois insuffisante des denrées issues de la Banque Alimentaire, tout en reconnaissant son caractère indispensable au fonctionnement actuel du système.

Le Secours Catholique porte également une vigilance éthique : la lutte contre la précarité alimentaire ne doit pas conduire à considérer les personnes précaires comme les destinataires naturels des surplus dans l'optique de lutter contre le gaspillage alimentaire.

1.3. Des associations fortement contraintes par leurs ressources humaines et matérielles

L'ensemble des entretiens fait apparaître une fragilité importante des modèles associatifs, notamment en matière de bénévolat.

La hausse des besoins entraîne une augmentation de la charge de travail, alors même que le renouvellement des bénévoles devient plus difficile. Au Secours populaire, la moyenne d'âge des bénévoles est proche de 70 ans et certaines personnes assument des volumes d'activité très importants.

La Croix-Rouge du Buëch identifie également le manque de moyens humains et financiers comme un frein au développement de projets, notamment pour travailler davantage avec les producteurs locaux ou améliorer l'approvisionnement en produits de qualité.

À Briançon, les difficultés ont été accentuées par les tensions rencontrées dernièrement au sujet des locaux. L'association souligne que la municipalité n'a proposé aucune solution à l'association pour l'aider dans sa recherche de nouveaux locaux.

Fin juin, les Refuges Solidaires accueillaient quant à eux entre 140 et 160 personnes par nuit pour une capacité maximale de 120 personnes. Ne bénéficiant d'aucune subvention publique, cette association fonctionne exclusivement grâce aux dons, elle peut s'appuyer sur une mobilisation bénévole importante. La difficulté majeure de l'association réside dans les conditions d'accueil des personnes, lorsque le refuge est saturé.

II. CPAS, veille sociale, liens informels, quelle coopération entre les structures ?

2.1. Des coopérations qui existent, mais restent inégales selon les territoires

Les entretiens ne font pas apparaître une situation de concurrence forte entre associations. Au contraire, plusieurs formes de coopération existent: échanges de denrées, orientation des publics, prise en charge collective de certaines dépenses ou rapprochements autour de projets.

Le Secours Catholique souligne par exemple que plusieurs associations peuvent se regrouper pour financer ensemble une dépense importante lorsqu'une association seule ne pourrait pas apporter une aide suffisante.

Le Secours populaire décrit également des relations régulières avec la Croix-Rouge, le Secours Catholique, l'épicerie solidaire, le Réseau Hospitalité et le CCAS de Gap, avec notamment des échanges de denrées.

Cependant, la coopération apparaît beaucoup plus faible dans certains territoires. À Briançon, la Croix-Rouge estime qu'il existe peu de communication entre les quatre principales associations d'aide alimentaire en dehors des temps de veille sociale. Elle identifie pourtant un intérêt important à travailler davantage ensemble pour mutualiser certaines actions, améliorer la visibilité collective et prévenir l'épuisement des bénévoles, l'association ne serait pas contre l'éventualité de partager des locaux avec une autre structure.

2.2. Une proposition de coordination par bassin de vie, évolution possible de la CPAS

Jusqu'à présent, la CPAS proposait un espace d'échange et de rencontre aux structures de l'ensemble du département, à raison d'une réunion par trimestre.

Afin de faire évoluer cette instance, d'améliorer la coopération et de répondre au mieux aux besoins des structures, un nouveau format est en cours de réflexion, notamment pour proposer une CPAS qui soit organisée davantage par bassin de vie. Les différents entretiens convergent sur l'intérêt d'organiser les échanges à une échelle plus locale que le département.

Des coopérations locales et un lien régulier entre structures pourrait permettre une réponse plus rapide et efficace à certaines situations difficiles. Cette coopération pourrait constituer une piste pour améliorer l'aide alimentaire.

Le Secours Catholique propose une articulation entre deux niveaux :

- un **niveau territorial** de proximité, consacré aux besoins opérationnels et aux coopérations du quotidien ;
- un **niveau départemental**, davantage consacré au plaidoyer et à la représentation auprès des institutions.

Le Secours populaire se montre également favorable à une organisation par bassin de vie, tout en alertant sur le risque de créer des doublons avec les instances existantes, notamment les cellules de veille.

Un point de vigilance ressort toutefois fortement : la multiplication des réunions est perçue comme un risque en soi. Les associations souhaitent des espaces qui répondent à des besoins concrets, produisent des coopérations effectives et permettent un retour sur investissement en temps bénévole.

Les acteurs interrogés ne remettent pas en cause l'intérêt d'une dynamique départementale. Ils souhaitent toutefois clarifier sa fonction.

Plusieurs conditions sont exprimées :

- partir des besoins des associations ;
- avoir une finalité concrète et opérationnelle ;
- éviter de multiplier les réunions ;
- permettre la mutualisation de ressources ou d'actions ;
- conserver une capacité d'initiative associative ;
- organiser, lorsque cela est pertinent, des sous-groupes territoriaux.

Le Secours populaire insiste particulièrement sur la nécessité d'une autonomie vis-à-vis des institutions. Il reconnaît l'intérêt du dialogue avec le Département et les collectivités mais exprime une vigilance face à une implication institutionnelle trop importante pouvant transformer l'espace de coopération en instance de concertation supplémentaire.

La Croix-Rouge de Briançon partage cette vigilance, tout en reconnaissant l'intérêt d'une articulation entre les niveaux local et départemental. Elle défend un principe de subsidiarité : ce qui peut être traité localement doit l'être localement, tout en veillant à respecter les rôles et responsabilités de chaque échelon.

III. Zoom sur des innovations récentes au sein des territoires

3.1. L'action *Cuisinons Ensemble* du PAT du Champsaur- Valgaudemar

Le PAT du Champsaur-Valgaudemar, en partenariat avec Planète Champsaur-Valgo et Charlotte Trousseau, cuisinière, lance l'action *Cuisinons Ensemble*. Destinée à des personnes en situation de précarité ou isolées, il s'agit d'une série d'ateliers cuisine pour apprendre ou réapprendre à cuisiner simplement et sainement à partir de produits du terroir. Lors de la journée des associations du 5 septembre 2026, les participants ont pu vendre leurs plats au public. Les revenus de cette vente vont être transformés en "tickets achats produits locaux". Ces tickets seront ensuite utilisables par les participants des ateliers cuisine pour l'achat de produits locaux.

3.2. Les ateliers cuisine solidaires du CIBC

Premiers retours des ateliers

Les premiers ateliers ont principalement été organisés dans les locaux du CIBS à Gap, dans une cuisine permettant d'accueillir les usagers et de proposer des temps collectifs autour de la préparation et du partage de repas.

L'objectif est désormais de sortir progressivement de ce fonctionnement en accueillant les ateliers dans d'autres structures partenaires. L'idée est notamment de profiter des activités déjà existantes dans les structures afin de croiser les publics et de favoriser les rencontres.
Un atelier a été organisé dans le cadre de la **Journée mondiale des réfugiés**, avec la préparation collective d'un buffet. D'autres ateliers ont ensuite été proposés autour des fruits de saison et de recettes simples, notamment auprès des familles ou de personnes isolées. Ces temps ont permis de créer des rencontres entre des publics différents et de travailler également sur des dimensions culturelles et sociales liées à l'alimentation.

Le CIBC voit dans ces ateliers un support de lien social, au-delà de la question de la cuisine : ils permettent aux personnes de sortir de chez elles, de faire des rencontres et de retrouver une forme de confiance et de convivialité.

Une volonté de développer un réseau de partenaires

L'un des principaux enjeux du projet est désormais de faire vivre le réseau de manière autonome, que les structures puissent s'approprier cet outil et le faire vivre sans l'aide des salariées du CIBC.

L'objectif est de mettre en relation les différentes structures afin qu'elles puissent progressivement construire leurs propres collaborations et proposer ensemble des actions.

Plusieurs structures ont déjà été identifiées comme partenaires potentiels : centres sociaux, associations d'aide alimentaire; Croix-Rouge, Secours Catholique, structures d'accompagnement des jeunes, foyer des jeunes travailleurs, etc.

Les bénévoles des associations d'aide alimentaire sont parfois difficiles à toucher. Il a été observé que certaines personnes récupèrent des denrées sans savoir comment les cuisiner ou les intégrer dans leurs habitudes alimentaires. Une action pourrait donc être développée autour de cette problématique, avec l'idée de proposer aux personnes de **photographier les aliments ou produits qu'elles ont chez elles et qu'elles ne savent pas cuisiner**, de les envoyer au CIBC, puis de construire des recettes à partir de ces produits.

Renforcer le lien avec les bénévoles

L'entretien a fait ressortir l'intérêt de mobiliser davantage les bénévoles des structures d'aide alimentaire.

L'idée n'est pas de leur demander de prendre en charge ou d'organiser eux-mêmes des ateliers, mais plutôt de les inviter à participer aux ateliers en tant que partenaires ou co-animateurs. Selon le CIBC, cela pourrait permettre de créer de l'interconnaissance avec les personnes accompagnées et de favoriser les échanges entre bénévoles et usagers dans un cadre différent de celui de la distribution alimentaire.

3.3. Action de glanage solidaire organisé par Solaal et le PAT du Département des Hautes-Alpes

L'association Solaal et le PAT ont organisé des sessions de glanage auprès des producteurs de pommes et de poires dans le sud du département. Ces sessions permettent de collecter des fruits trop petits pour la vente et d'alimenter les stocks des associations d'aide alimentaire.

3.4. Le Fourgon Solidaire dans le Buëch

La Croix Rouge du Buëch, en partenariat avec l'Épicerie Sociale et Solidaire de Laragne propose une livraison de colis alimentaires aux personnes en situation de précarité et ne pouvant se déplacer. Le dispositif couvre le territoire du Laragnais.

Conclusion

Face à la diversification des situations de précarité et à l'augmentation des besoins, l'enjeu n'est plus seulement de renforcer l'aide alimentaire existante, mais de réfléchir collectivement à la manière de mieux articuler les réponses et de faire évoluer les pratiques sur le territoire.

Dans ce contexte, les échanges menés invitent peut-être à faire évoluer la CPAS qui pourrait ainsi devenir moins une instance de réunion régulière à l'échelle départementale qu'un **espace d'animation et de mise en réseau des coopérations**, organisé localement.

Une organisation par **bassins de vie** apparaît comme une piste pertinente. Elle permettrait aux structures qui interviennent sur un même territoire de mieux se connaître, d'identifier leurs complémentarités, de partager leurs difficultés et, lorsque cela est utile, de construire des réponses communes : mutualisation de ressources, échanges de denrées, orientations des personnes, projets communs ou réponses à des situations urgentes. Cette échelle de proximité semble également plus adaptée aux contraintes de temps et de déplacement des bénévoles.

Cette évolution ne signifie pas pour autant l'abandon d'une dynamique départementale. Au contraire, les deux niveaux pourraient être complémentaires : **le bassin de vie pour agir et coopérer au quotidien ; le niveau départemental pour mettre en commun les enseignements, porter une parole collective et porter une voix auprès des institutions**.

La future CPAS pourrait ainsi s'appuyer sur un principe simple : **partir des besoins, faire au plus près lorsque cela est possible**. L'objectif ne serait donc pas de créer une nouvelle instance, mais de donner un cadre aux coopérations qui existent déjà et de permettre l'émergence de nouvelles dynamiques là où elles sont nécessaires.