De l'amphi à l'aide alimentaire



09-2026



Une recherche-action participative pour mieux lutter contre la précarité étudiante



Synthèse



Cette synthèse a été produite sans recours à l'intelligence artificielle.

Pour citer ce rapport :
Consolini C., Demazières T., Erceau J., Robinault C. (2026). *De l'amphi à l'aide alimentaire, une recherche-action participative pour mieux lutter contre la précarité étudiante.* Agence nouvelle des solidarités actives & Cop1 Solidarités Étudiantes.



20 pages

Contact :
↘ julie.erceau@solidarites-actives.com
↘ cecile.robinault@solidarites-actives.com
↘ thomas.demazieres@cop1.fr

Agence nouvelle des solidarités actives

SOLIDARITÉS COP1 ÉTUDIANTES

Pourquoi s'intéresser à la précarité des étudiant·es ?

Depuis le milieu des années 2010, les effectifs étudiants en France sont en forte augmentation. Cette massification de l'enseignement supérieur s'accompagne de nombreuses inégalités sociales et scolaires : affectation des élèves vers les formations selon leur niveau scolaire, concentration des formations dans les grandes aggloméra-tions, hausse des frais d'inscription...
Par ailleurs, alors que la précarité étudiante n'est pas un phénomène nouveau, les conditions de vie des étu-diant·es tendent à se dégrader depuis 2020. La crise sanitaire avait alors rendu cette problématique particulièrement visible via les longues files d'attente des étudiant·es devant les distributions d'aide alimentaire.

Définition de la précarité alimentaire

La précarité alimentaire est une « situation dans laquelle une personne ne dispose pas d'un accès garanti à une alimentation suffisante et de qualité, durable, dans le respect de ses préférences alimentaires et de ses besoins nutritionnels, pouvant entraîner ou découler de l'exclusion et de la disqualification sociale ou d'un environnement appauvri. »

- Labo de l'économie sociale et solidaire (ESS), Agir contre la précarité alimentaire en favorisant l'accès de tou·te·s à une alimentation de qualité, octobre 2021.



L'Agence nouvelle des solidarités actives (Ansa) et Cop1, avec le soutien de l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP) et l'association Emplettes et Cagettes, se sont associés pour **mieux comprendre les réalités de la précarité des étudiant·es recourant à l'aide alimentaire en France.** Cette recherche-action place l'alimentation comme point de départ pour caractériser la précarité étudiante. Il ne s'agit pas d'isoler cette variable mais, bien au contraire, de montrer la place centrale et structurante de l'alimentation dans le quotidien des étudiant·es.

Comment rendre compte des conditions de vie des étudiant·es précaires ?

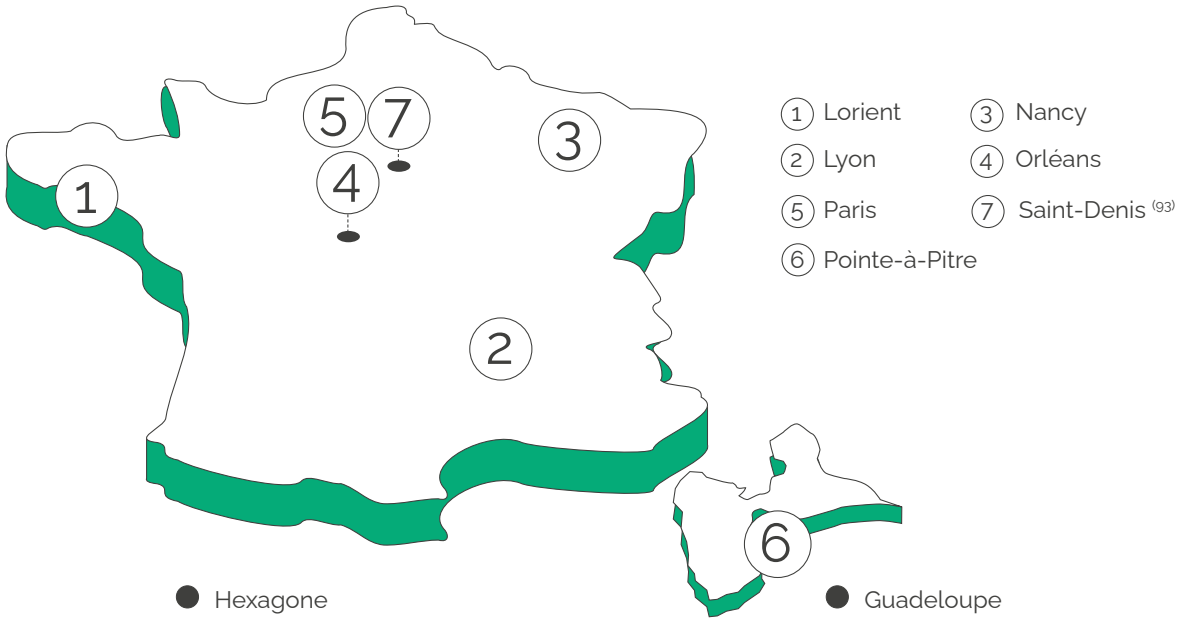
Entre octobre 2025 et mai 2026,

897 étudiant·es rencontré·es dans des associations d'aide et de solidarité alimentaire ont répondu à un **questionnaire** quantitatif, **37** ont été interrogé·es dans le cadre d'un entretien qualitatif, ainsi que **55** associations et acteurs institutionnels.

Un atelier participatif réunissant étudiant·es concerné·es et professionnel·les du sujet a également été organisé dans chacun des territoires d'étude.

Cette recherche-action est portée par l'Agence nouvelle des solidarités actives et Cop1, avec le soutien de l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP) et l'association Emplettes et Cagettes. Elle a été conduite dans sept territoires, répartis sur six régions françaises, au sein d'associations d'aide alimentaire accueillant des étudiant·es – les antennes locales de Cop1 et des associations partenaires.

Villes retenues pour le déploiement de la recherche-action et les critères associés



1 Lorient
2 Lyon
3 Nancy
4 Orléans
5 Paris
6 Pointe-à-Pitre
7 Saint-Denis (93)

Les objectifs

1. **Réaliser un portrait des conditions de vie** des étudiant·es se rendant à l'aide alimentaire en France, en prenant comme point d'entrée les difficultés que rencontrent les étudiant·es pour accéder à une alimentation de qualité et choisie.

2. **Élaborer des propositions** pour améliorer la situation des étudiant·es.

3. **Outiller les acteurs** qui souhaitent s'impliquer auprès des étudiant·es en situation de précarité.

4. **Croiser les regards et les points de vue** entre étudiant·es concerné·es, professionnelles, bénévoles d'associations, chercheur·ses et acteurs décisionnaires pour construire ensemble un état des lieux, l'analyser et être force de proposition.







La méthodologie

La recherche-action emprunte des méthodes mixtes, articulées autour de trois sources de données :

questionnaire

897 étudiant·es répondant·es

entretiens

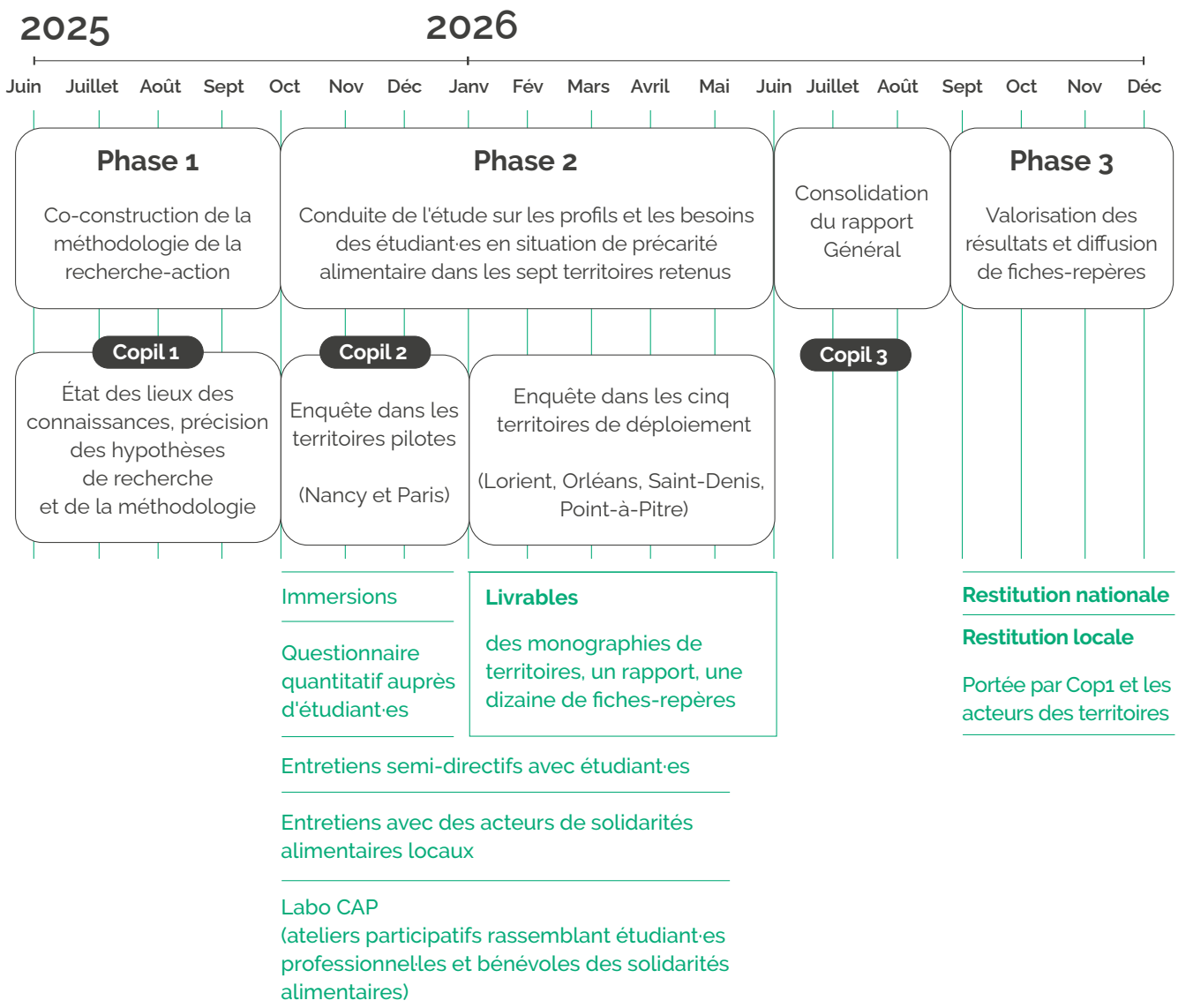
37 étudiant·es

55 associations et acteurs institutionnels

ateliers participatifs

7 au total, 1 par ville

Le calendrier



La recherche s'est confrontée à quelques limites, particulièrement la variabilité du nombre de répondant·es au questionnaire selon les lieux d'enquête, dépendamment du nombre de dispositifs partenaires de chaque territoire, et de leurs capacités et ressources à diffuser les outils d'enquête. En conséquence de cela, les résultats quantitatifs pour les étudiant·es de Pointe-à-Pitre sont faiblement représentatifs au sein de l'échantillon final, du fait de la distance et d'une mobilisation plus difficile. Pour cette raison, les données quantitatives obtenues en Guadeloupe ne sont pas incluses dans les statistiques présentées ci-dessous. Enfin, il faut également noter que la participation à l'enquête se faisait sur la base du volontariat et que les données collectées reposent sur des éléments déclaratifs.

Les résultats présentés sont des analyses et interprétations aux réponses collectées par questionnaire, complétées par les entretiens et les observations réalisées par l'équipe de recherche. Combinées, ces différentes approches permettent d'apporter un éclairage détaillé sur les situations des étudiant·es qui fréquentent une aide alimentaire, à partir d'un échantillon rencontré sur les distributions de Cop1 et d'autres associations d'aide aux étudiant·es. Cette recherche-action propose ainsi **une définition renouvelée de la précarité alimentaire étudiante, et des effets de celle-ci sur les diverses dimensions de la vie des étudiant·es les plus vulnérables.**

L'aide alimentaire pour les étudiant·es

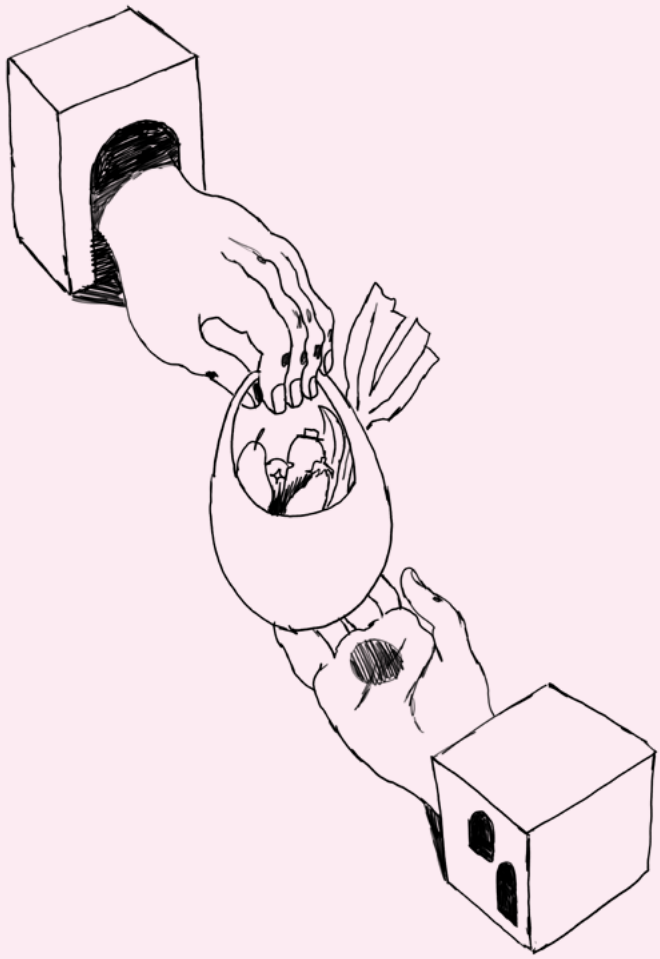
Il existe une diversité de dispositifs d'aide alimentaire à destination des étudiant·es, observée à l'échelle des territoires étudiés :

- Distribution de paniers alimentaires
- Epiceries sociales et solidaires
- Restauration gratuite ou à prix très réduit
- Dispositifs de parrainage / marrainage
- Transferts monétaires à dépenser dans des commerces alimentaires
- Groupements d'achat

La diversité de l'offre est variable selon les territoires: l'on retrouve à Paris et Lyon, les deux villes de l'échantillon les plus denses en termes de population étudiante, la plus grande variété de dispositifs ; tandis que les autres villes étudiées disposent principalement de dispositifs de distribution alimentaire, et - plus à la marge - d'épiceries sociales et solidaires.

L'offre d'aide alimentaire à destination des étudiant·es s'est notamment développée suite à la crise du Covid-19.
Certaines associations ont été créées en réaction à la crise sanitaire, souvent portées par des étudiant·es en solidarité avec leurs pair·es. D'autres structures ont adapté leurs actions pendant et après la pandémie, afin de mieux accueillir le public étudiant – notamment les têtes de réseau de l'aide alimentaire.

L'ensemble des structures d'aide rencontrées sur les sept territoires témoigne d'une augmentation de la demande de la part des étudiant·es, liée à des conditions de vie de plus en plus dégradées et une paupérisation continue qui caractérise ce public. Les associations peinent à répondre à ces besoins, dans un contexte de financements en baisse, d'une diminution de la qualité et des quantités de denrées ramassées et proposées en distribution, ou encore de difficultés logistiques et de recrutement de bénévoles accrues.
Toutefois, ces structures veillent à proposer aux étudiant·es – dans la limite de leurs moyens, de plus en plus réduits –, un accompagnement au-delà de l'aide alimentaire. Cela peut notamment prendre la forme de l'organisation de moments conviviaux, ou d'espaces d'échanges sur des questions administratives et d'accès aux droits.



Qui sont les étudiant·es qui fréquentent une aide alimentaire ?

Les profils socio-démographiques des étudiant·es rencontré·es sont globalement cohérents avec les entretiens qualitatifs menés auprès des professionnel·les, les apports de la littérature, et la composition du public de Cop1. Parmi les étudiant·es interrogé·es, on distingue ainsi plusieurs profils : les personnes de nationalité française, plus jeunes que la moyenne, et composées principalement de femmes, et les personnes de nationalité étrangère, plus âgées et cumulant de multiples difficultés.

→ 66% **des étudiant·es rencontré·es sont de nationalité étrangère,**

composé presque entièrement de personnes de nationalité extracommunautaire (95,1 %)

Le logement

La question du logement est une problématique centrale de la vie quotidienne des étudiant·es, et représente le premier poste de dépense dans leur budget.

Les étudiant·es décohabitant·es – qui ne vivent pas avec leur famille –, sont largement sur-représenté·es parmi les personnes rencontrées (83,4 %). Cette décohabitation peut être vectrice de vulnérabilité pour les étudiant·es : quitter le foyer familial et accéder à un logement dans le parc privé ou en résidence étudiante se révèle parfois particulièrement difficile. En effet, accéder à un logement dans le parc privé implique d'avoir des garant·es avec des revenus suffisants, la garantie Visale n'étant que peu souvent acceptée par les agences immobilières, et induit ainsi une concurrence entre les étudiant·es les plus favorisé·es et celles et ceux d'origine sociale plus modeste. Concernant les résidences étudiantes, pourtant vues par les étudiant·es comme une solution très adaptée et abordable pour la conduite de leurs études, le nombre de places disponibles est relativement faible par rapport aux besoins sur le terrain.

Une fois le logement obtenu, les étudiant·es les plus vulnérables font face à des difficultés pour payer leur loyer, qui représente la part la plus importante de leur budget :

→ 36,9% **des étudiant·es rencontré·es logé·es dans le parc privé déclarent ne pas toucher d'APL**

Parmi elles et eux, la majorité sont de nationalité étrangère. Diverses raisons sont mentionnées, notamment la longueur des délais de traitement des dossiers, et un découragement vis-à-vis de refus multiples.

NB : le questionnaire a été diffusé avant l'application de la suppression des APL pour les étudiant·es étranger.es.

Les revenus

Pour gérer leurs dépenses quotidiennes, les étudiant·es rencontré·es composent avec une multitude de ressources, desquelles ils et elles sont inégalement doté·es.

La possibilité de pouvoir compter sur le soutien de sa famille joue un rôle majeur dans la sécurisation du parcours étudiant, alors que l'accès aux aides sociales et à un travail est plus difficile pour les étudiant·es de nationalité étrangère. Par exemple, seulement 53,5 % des étudiant·es interrogé·es déclarent bénéficier d'une aide financière de leurs proches.

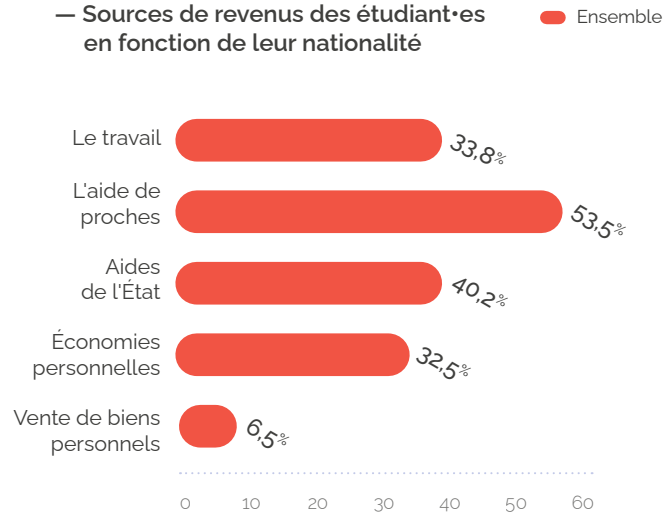
Le soutien financier familial est **loin d'être garanti** : la précarité rencontrée par les familles et les situations de ruptures familiales sont en effet monnaie courante, et souvent une cause de précarité pour les étudiant·es les plus vulnérables.

Enfin, le travail représente aussi une source de revenus pour ces étudiant·es : 32 % exercent un job en parallèle de leurs études. Toutefois, ce job n'est que rarement en lien avec leur domaine d'études, et représente un investissement en temps très important, qui a des répercussions sur leurs capacités à étudier dans de bonnes conditions.

Ainsi 41,9 % des étudiant·es qui travaillent estiment que leur job n'est que « moyennement » compatible avec leurs études, et les amène «quelquefois [...] à louper quelques cours et / ou limiter parfois [s] es révisions». Près d'un dixième (9,5 %) considèrent même que leur travail n'est « pas du tout » compatible avec leurs études.

Pour les étudiant·es qui ne travaillent pas à côté de leurs études, cela n'est pas lié à une absence de besoin, mais plutôt à une incapacité à trouver un travail qui soit compatible avec ses études ou son lieu de vie (pour 76 %). Les étudiant·es étranger·es sont une nouvelle fois les plus vulnérables sur ce volet : ils et elles sont moins nombreux·es à avoir un job étudiant, et quand ils et elles en ont un, celui-ci est plus souvent exercé dans des conditions plus précaires : travail non déclaré, intérim, charge horaire plus importante..

— **Sources de revenus des étudiant•es en fonction de leur nationalité**





> Soit il faut **travailler le week-end**, soit il faut **sacrifier la nuit pour travailler**.

Medhy, 25 ans, Saint-Denis

Qu'est-ce que représente l'aide alimentaire pour les étudiant·es ?



Tous·tes les étudiant·es rencontré·es dans le cadre de l'étude fréquentent une aide alimentaire. Toutefois, tous·tes ne la mobilisent pas de la même manière. Certain·es en sont totalement dépendant·es (19,8 %), tandis que d'autres jonglent entre une ou plusieurs distribution(s) et des achats réalisés avec les quelques ressources financières dont ils et elles disposent (73,6 %).

Les facteurs favorisant la dépendance à l'aide alimentaire

- Être de nationalité étrangère
- Ne pas toucher les APL lorsque l'on vit dans le parc locatif privé
- Être logé·e dans une résidence étudiante lorsque l'on y est éligible
- Ne pas avoir de travail en parallèle de ses études
- Ne pas toucher de bourses ou autres aides financières, et dépendre plutôt de ses économies personnelles et de l'aide de proches pour gérer ses dépenses quotidiennes

L'aide alimentaire est toujours structurante dans les parcours d'approvisionnement des étudiant·es qui la fréquentent. Qu'elle représente l'unique source de nourriture, ou qu'elle intervienne en compléments d'achats, elle répond toujours à un besoin, et apporte un répit aux étudiant·es qui la mobilisent. Les raisons qui motivent un recours à l'aide alimentaire sont liées à des difficultés financières, dont le degré définit la manière dont les étudiant·es la mobilisent. Pour certain·es, l'aide alimentaire permet de répondre à un besoin vital, pour d'autres, elle est utilisée comme un levier pour équilibrer un budget, et enfin, elle peut être un moyen de diversifier et de mieux gérer son approvisionnement alimentaire.

Lorsqu'ils et elles choisissent de fréquenter une association, les étudiant·es sont d'abord attentif·ves à leur organisation logistique, et recherchent le dispositif qui sera le plus rentable pour elles et eux – en temps de transport pour s'y rendre, et selon les denrées qui leur sont proposées.
Toutefois, selon l'environnement dans lequel ils et elles évoluent, les étudiant·es préfèrent, quand elles existent, les distributions de colis alimentaires ou les épiceries sociales et solidaires organisées dans leur établissement scolaire ou à proximité directe de leur lieu de vie. L'appréciation de l'aide apportée et de l'association organisatrice n'apparaît que dans un second temps.

Ces arbitrages s'observent également dans le nombre d'associations fréquentées par les étudiant·es :

35% déclarent se rendre dans au moins deux associations différentes

Ce multi-recours traduit une certaine dépendance à l'aide alimentaire, et intervient pour combler une absence de nourriture. Il doit cependant s'inscrire dans des emplois du temps contraints, induit des temps de déplacements, l'acquisition d'un titre de transport, et n'est alors réalisé que si le besoin alimentaire ne peut pas être couvert d'une autre manière.

Ainsi, le fait de ne fréquenter qu'une seule association n'est pas nécessairement significatif d'une absence de besoins : de nombreux·es étudiant·es ne peuvent pas s'y rendre, faute de temps disponible, d'horaires adaptés, ou alors s'auto-censurent dans leur fréquentation des dispositifs, ne s'estimant pas suffisamment légitimes à solliciter régulièrement une ou plusieurs associations. Des expériences culpabilisantes ou violentes vécues à leur entrée sur un dispositif peuvent également être désincitatives, et les décourager dans leur recours à l'aide, renforçant alors l'isolement des étudiant·es les plus vulnérables.

> Mais les premières fois où j'allais chez Linkee, quand on attendait dans le froid, si je racontais que ma journée s'était bien passée, je ne me **sentais pas légitime**, je me disais que ma vie devait être un enfer parce que je venais à l'aide alimentaire. Alors que c'est pas ça que propose l'asso, quoi !
>
> Jeanne, 24 ans, Paris

- De manière générale, les étudiant·es sont satisfait.es de l'aide qui leur est apportée, et apprécient largement les dispositifs pensés pour et par les étudiant·es – distributions entre pair·es, activités parallèles proposées. Des nuances apparaissent lorsque les étudiant·es sont interrogé·es sur la qualité des produits distribués, et l'organisation des dispositifs, avec des modalités non adaptées à leurs contraintes – en termes de localisation, des horaires, du temps d'attente etc.

- Enfin, les étudiant·es ont conscience du caractère temporaire de l'aide alimentaire, et placent beaucoup d'espoir dans le futur proche, où ils et elles auront la capacité de s'en affranchir et de devenir autonomes dans leurs approvisionnements et choix alimentaires.



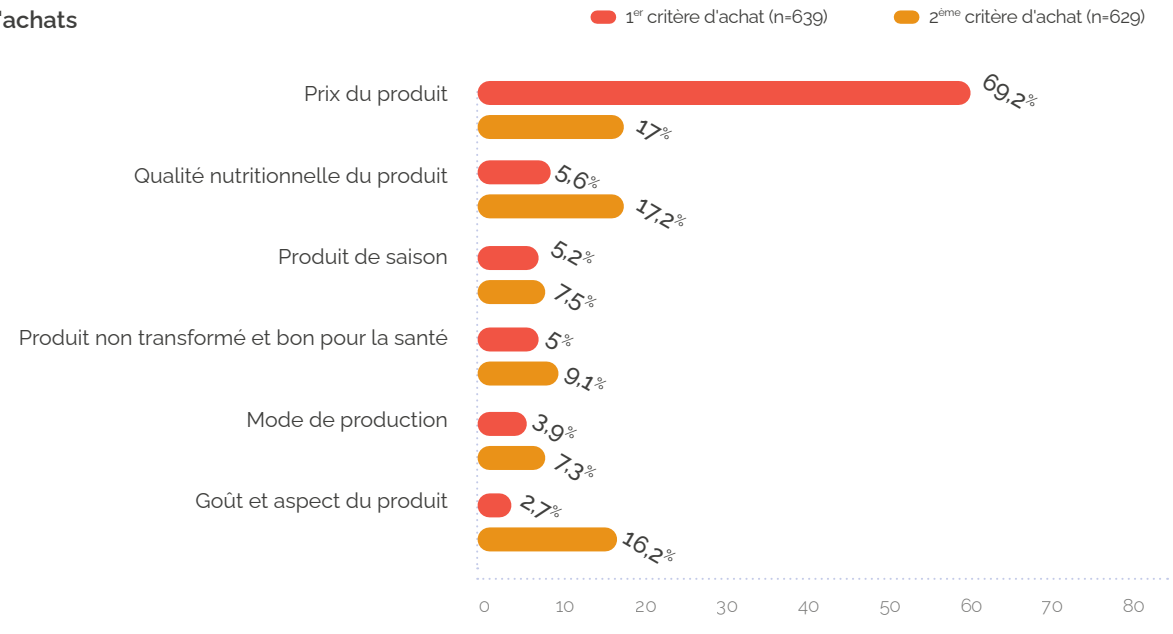
Qu'est ce que les étudiant·es achètent pour se nourrir ?

73,6% des étudiant·es rencontré·es réalisent des achats en parallèle de l'aide alimentaire.

Toutefois, ils et elles restent contraint·es par les prix pratiqués et leur environnement alimentaire, et ne peuvent s'affranchir totalement de l'aide que leur apportent les associations. Ainsi, les étudiant·es se tournent principalement vers des enseignes de soft ou de hard discount, étant à la recherche de l'offre la moins chère. Très peu fréquentent des enseignes spécialisées en produits bio / locaux – par manque de moyens mais également d'offre près de leur lieu de vie ou d'études. La répartition de l'offre alimentaire autour des lieux de vie et d'études participe ainsi à définir les choix alimentaires des étudiant·es.

Lorsqu'ils et elles font leurs courses, les étudiant·es se tournent vers des produits qui ne sont pas distribués par les dispositifs d'aide alimentaire, le passage au supermarché intervenant souvent après la distribution d'aide alimentaire, en complément.

— Critères d'achats

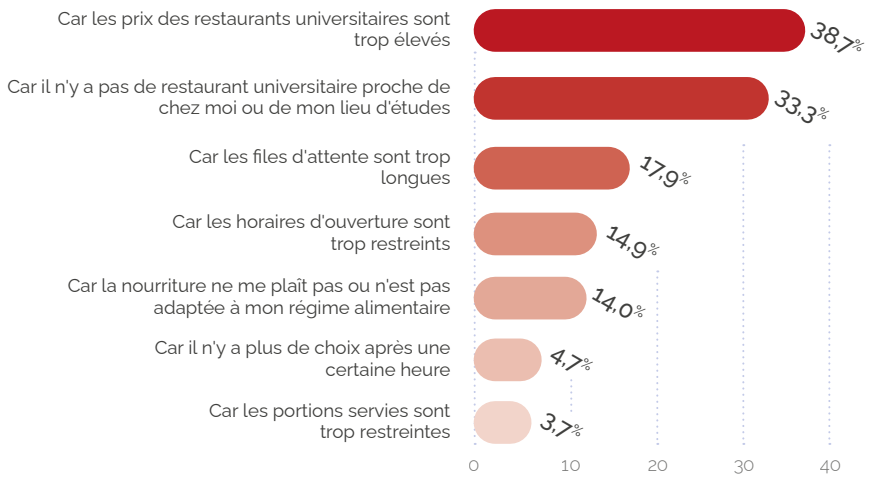


Les critères d'achats des étudiant·es ne traduisent pas un non-intérêt pour les aspects nutritionnels de leur alimentation, mais plutôt leur **incapacité financière à faire primer leurs convictions et leur santé dans leurs pratiques d'achats.**

Le rôle des restaurants Crous

Parmi les étudiant·es rencontré·es, 48,9 % fréquentent régulièrement un restaurant Crous. Les dispositifs de restauration du Crous apportent une solution alimentaire équilibrée et de qualité aux étudiant·es sur leur pause déjeuner le midi.
Toutefois, de nombreux·es étudiant·es n'y ont pas accès, pour des raisons financières, géographiques, ou encore logistiques.

— Raisons de la non-fréquentation du Crous (n=430)





> Il faut **payer le transport pour aller au resto U**, faire la queue pour manger équilibré. Ou alors tu rentres chez toi direct et tu grignotes en révisant. Forcément y a un choix à faire, et ce choix **il se tourne plutôt vers les économies, et pas l'accès à un repas équilibré**.

Témoignage d'un·e professionnelle, LaboCAP Nancy

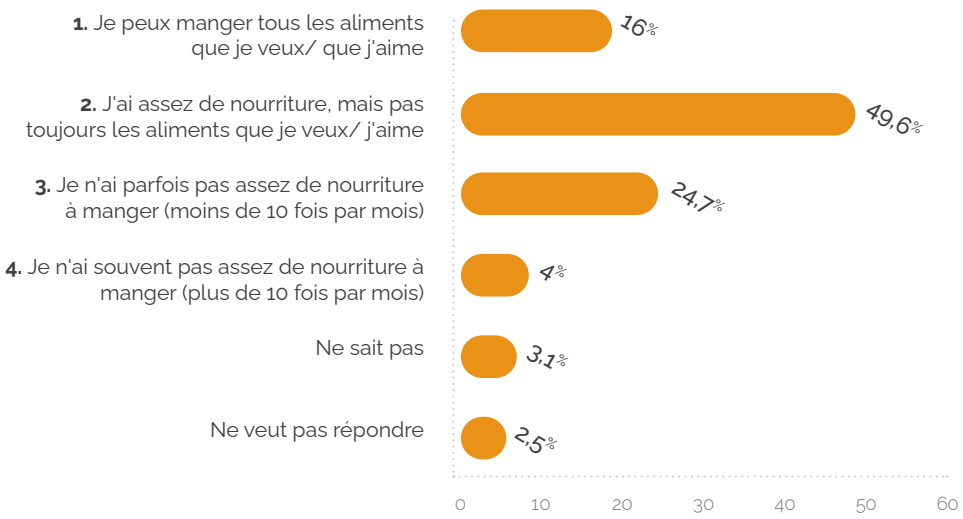
Pour celles et ceux qui le fréquentent, le Crous semble protéger les étudiant·es d'une dépendance totale à l'aide alimentaire. A l'inverse, le fait de ne pas y accéder peut renforcer certaines vulnérabilités, et notamment chez les étudiant·es étranger·es et les étudiant·es les plus précaires financièrement. Parmi les étudiant·es qui ne vont pas au Crous, 28,8 % reposent uniquement sur l'aide alimentaire pour leur approvisionnement, contre 11 % pour les étudiant·es qui s'y rendent.

Qu'est-ce que mangent les étudiant·es en situation de précarité ?



Alors que 65,6 % des étudiant·es qui fréquentent une aide alimentaire se sentent confronté·es à une forme de précarité alimentaire, plus de trois quarts se trouvent dans une situation d'insécurité alimentaire – en considérant le manque de choix dans l'alimentation comme marqueur de précarité.

— **Suffisance alimentaire** (n = 869)



Les représentations de la précarité alimentaire chez les étudiant·es rencontré·es varient, entre impossibilité de se nourrir, dépendance aux aides, et manque de choix, de qualité ou encore de plaisir dans leur alimentation. Les étudiant·es font preuve d'une compréhension complexe et plurielle de la précarité alimentaire, qu'ils et elles ne restreignent pas à une insécurité uniquement quantitative. Il existe toutefois des écarts entre la précarité déclarée par les répondant·es, et les situations de précarité qu'ils et elles vivent réellement : 23,7 % partagent ne jamais être confronté·es à la précarité alimentaire.

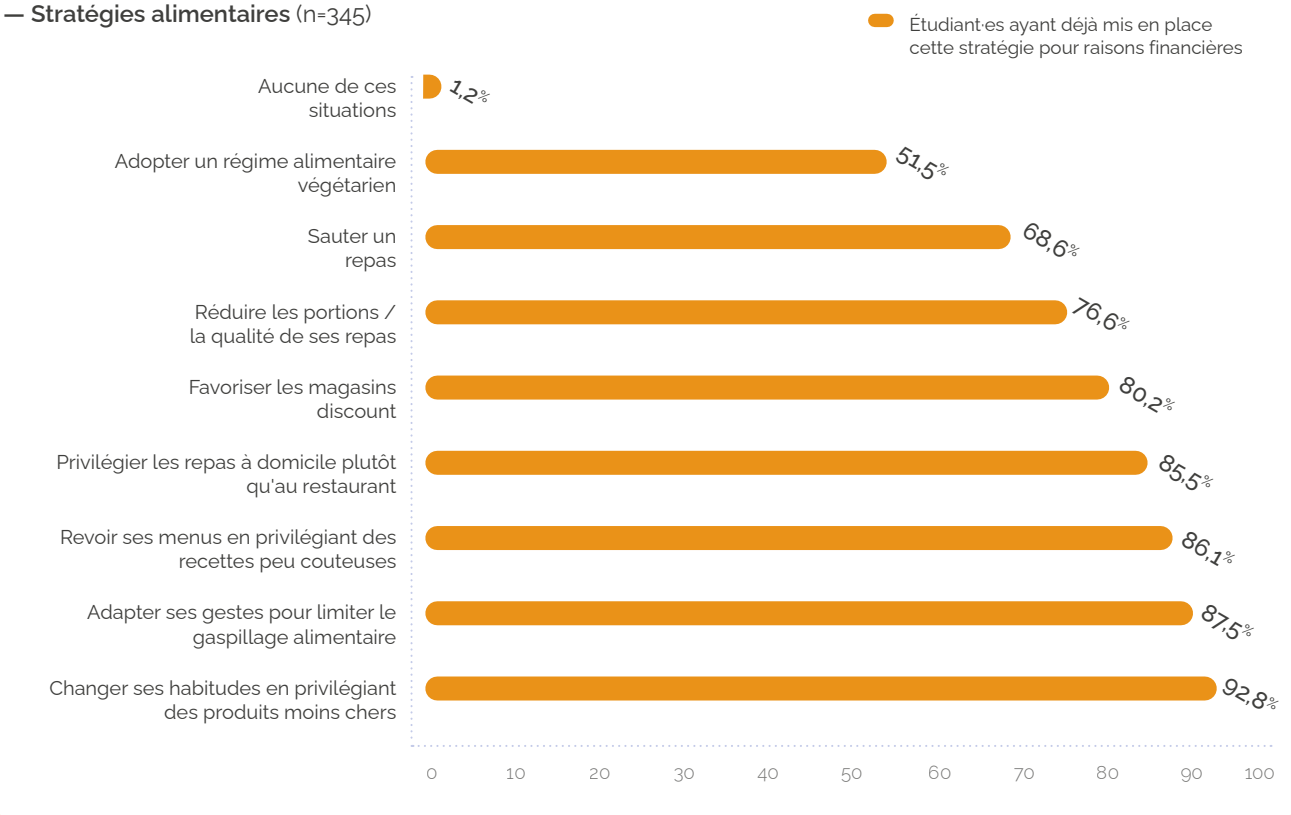
Pour elles et eux, la définition de précarité alimentaire reste cantonnée à l'absence de nourriture, comblée par le recours à l'aide, et n'inclut pas les dimensions de choix, d'appréciation de ce que l'on mange, ou encore de dignité dans l'accès à son alimentation. Le statut de l'étudiant·e « en galère », souvent normalisé dans l'imaginaire collectif, renforce également ce ressenti.

Des fois, **je n'arrive pas à acheter des légumes** et je dois manger seulement des pâtes, ou alors **je ne mange rien pour avoir plus à manger le lendemain.** Mais globalement, je ne trouve pas que je suis en situation de précarité alimentaire.

Joseph, 18 ans, Nancy

L'alimentation représente l'un des premiers domaines d'arbitrage pour les étudiant·es, qui adoptent des stratégies pour faire face à la précarité comme se priver de certains produits (90,5 %), réduire la qualité de son alimentation (71,6 %) ou encore sauter des repas (62 %). Près d'un quart de celles et ceux interrogé·es adoptent les 8 stratégies de privation qui leur ont été présentées. Lors d'une journée typique, 17 % des étudiant·es rencontré·es ne consomment qu'un seul repas, parce qu'ils et elles n'ont pas les moyens de manger 3 repas par jour, parce qu'ils et elles n'ont pas le temps, ou encore parce qu'ils et elles n'ont plus la volonté, en fin de journée, de se préparer à manger. Les étudiant·es ont une vision plutôt dégradée de leur alimentation : seulement 25,7 % déclarent avoir une alimentation équilibrée, et 16,9 % ne pas subir leur alimentation.
D'autre part, les étudiant·es renoncent à des dépenses dans les loisirs et la vie sociale, la santé, ou encore le chauffage, notamment pour faire face aux dépenses incompressibles comme le loyer et parfois les transports.

— **Stratégies alimentaires** (n=345)



Aujourd'hui il fait 0° et dans mon appart 18°. Mais tant que c'est pas en dessous, j'allume pas le chauffage, **l'électricité ça coute super cher.**

Lucie, 22 ans, Nancy



Le manque de temps des étudiant·es

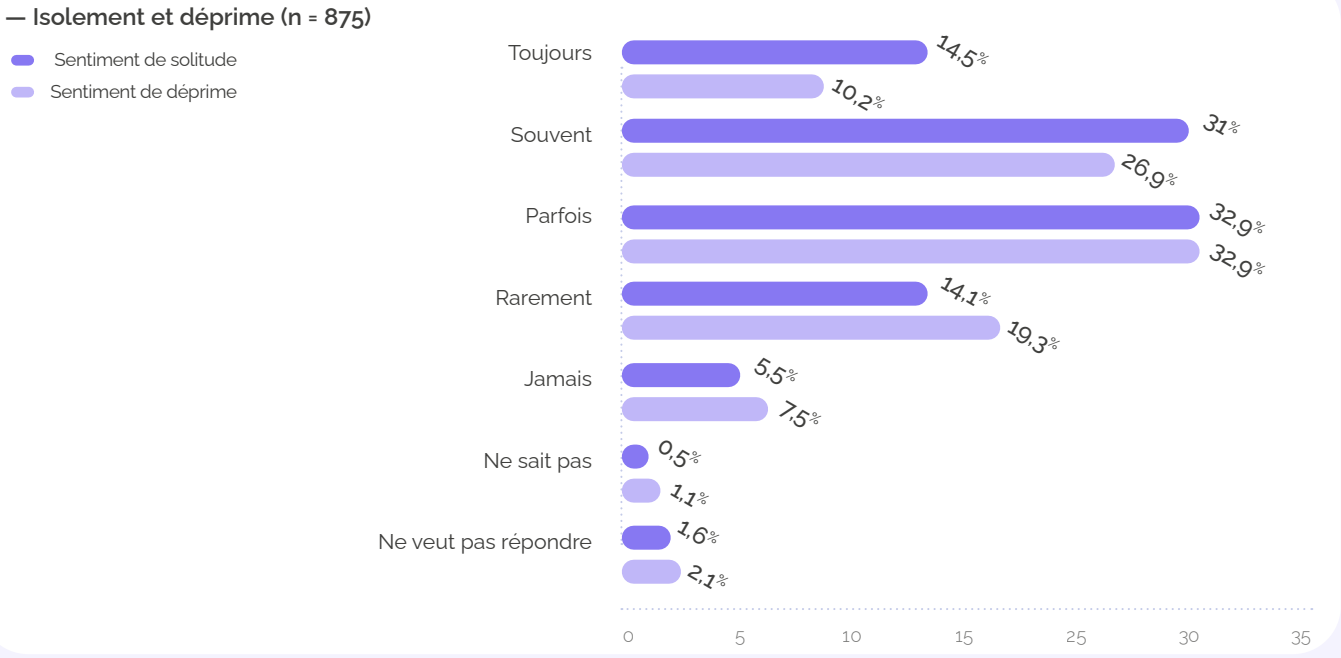


Lorsqu'il est question d'alimentation, les étudiant·es les plus précaires sont doublement contraint·es : d'une part, ils et elles rencontrent des difficultés à accéder à une alimentation variée, de qualité et en quantités suffisantes ; d'autre part, ils et elles n'ont pas assez de temps. Ils et elles cumulent un ou plusieurs emplois, un logement éloigné de leur lieu d'études, des files d'attente devant les distributions d'aide alimentaire, des révisions parfois tard le soir en rentrant du travail. L'alimentation passe alors au second plan, entre repas sur le pouce, saut de repas, plats préparés ou junk food peu nourrissante…

la Santé mentale, grande cause nationale



Une majorité des étudiant·es interrogé·es déclarent se sentir seul·es ou déprimé·es. Les personnes de nationalité étrangère se sentent particulièrement isolées. Un lien se dessine entre précarité – alimentaire – et santé mentale, notamment dû au manque d'accès à un soutien psychologique, des anxiétés par rapport à l'avenir, et une vie sociale et des loisirs limités.



> Vous savez, quand on vient à Paris, **on se sent parfois vraiment isolé**. On s'éloigne de ses amis, de sa famille et de ses proches. Et puis, ne pas sortir, ça peut parfois être isolant et solitaire.

Neela, 25 ans, Paris

Enfin, 26,3 % des étudiant·es interrogé·es associent alimentation et problèmes de santé comme la fatigue, les carences, ou encore les troubles du comportement alimentaire. Certain·es renoncent à des soins de santé pour des raisons financières, d'autres n'y recourent pas par méconnaissance des aides ou à cause de lenteurs administratives qui retardent l'obtention de la carte vitale. Les problèmes rapportés par les étudiant·es peuvent avoir des effets inquiétants sur la santé à court et long terme, mais aussi se répercuter sur la réussite scolaire.



> En soi, quand je vois mes résultats, **je n'en suis pas particulièrement fier**. Mais tu te dis, malheureusement, c'est tout ce que je peux faire.

Adama, 23 ans, Pointe-à-Pitre

Recommandations

Les recommandations proposées sont inspirées des propositions des acteurs rencontrés tout au long de la démarche : préconisations formulées par les étudiant·es et les professionnel·les lors des LaboCAP, entretiens avec les professionnel·les, bénévoles et étudiant·es rencontré·es. Ces propositions ont été retravaillées par les équipes de Cop1 et de l'Ansa, et discutées au sein des comités locaux et du comité de suivi, afin qu'elles soient cohérentes avec les réalités du terrain, et les conclusions de la recherche.

Axe 1

Lutter contre les violences alimentaires et renforcer l'accès à une alimentation digne, de qualité et favorable à la santé pour les étudiant·es

- **Adapter l'organisation de l'aide alimentaire** aux contraintes des étudiant·es afin de lutter contre le non-recours pour des raisons logistiques
- **Simplifier l'accès à l'aide alimentaire**, en proposant un accès inconditionnel pour les étudiant·es qui la sollicitent
- **Repenser les modes d'approvisionnement des associations d'aide alimentaire**, pour aller vers des produits adaptés aux régimes alimentaires des étudiant·es ; des produits frais issus de l'agriculture biologique et locaux ; et des aides matérielles, notamment des produits d'hygiène, des vêtements et des équipements pour cuisiner.
- **Mieux cibler les étudiant·es dans les publics à accueillir** par les dispositifs généralistes de l'aide alimentaire
- **Développer une offre de restauration solidaire** en proximité des lieux d'études, sourcée en produits locaux et issus de l'agriculture biologique
- **Accompagner les acteurs locaux** dans le développement de dispositifs de solidarité qui favorisent le choix et l'accessibilité à une alimentation digne pour les étudiant·es
- **Proposer en enseigne alimentaire des tarifs réduits** pour les étudiant·es sur les produits alimentaires
- **Assurer à chaque étudiant·e une pause méridienne** lui permettant de se rendre dans un établissement Crous de proximité
- **Évaluer les effets de l'aide** à la restauration étudiante sur l'accessibilité alimentaire des étudiant·es éloigné·es des établissements Crous
- **Renforcer les capacités d'accueil** des établissements de restauration Crous
- **Généraliser** l'ouverture des établissements Crous le soir à 1 euro
- **Proposer une offre de restauration** à emporter pour les étudiant·es le midi et le soir

Axe 2

Renforcer la lisibilité et la cohérence des aides existantes pour les étudiant·es afin de favoriser l'accès aux droits

- **Créer et diffuser un guide pratique** pour les étudiant·es, récapitulant l'ensemble des droits et dispositifs auxquels ils et elles peuvent recourir
- **Renforcer l'accompagnement des étudiant·es** en termes d'accès aux droits, d'accès aux soins, aux loisirs, à la culture etc. en parallèle des activités d'aide alimentaire proposées
- **Renforcer la coordination interacteurs** au sujet de la lutte contre la précarité étudiante, et notamment alimentaire
- **Renforcer la remontée d'indicateurs** sur la précarité étudiante au niveau local et national



Axe 3

Améliorer les conditions de vie des étudiant·es

- **Reconnaître un statut étudiant** décorrélé de l'âge de l'étudiant·e
- **Définir les conditions de faisabilité d'un revenu jeune**
- **Entamer une réflexion systémique** sur le système des bourses pour aller vers de nouveaux critères d'attribution et une revalorisation des montants
- **Augmenter les APL** en lien avec la réalité des prix des logements
- **Rendre l'université gratuite** pour tous et toutes
- **Rendre les transports en commun gratuits** pour les étudiant·es, sans limite d'âge ou de nationalité
- **Augmenter l'offre de logements Crous** dans les villes étudiantes, répondant à des critères environnementaux et de qualité
- **Généraliser l'application de l'encadrement des loyers à l'échelle nationale**, la rendre effective, et réviser les plafonds à la baisse pour permettre aux étudiant·es d'accéder à un logement dans le parc privé
- **Davantage réglementer la location privée** afin de faciliter l'accès à un logement pour les étudiant·es
  Permettre une meilleure prise en charge des étudiant·es en médecine spécialisée
- **Favoriser l'accès à des activités sportives et socio-culturelles** via des réductions ou des chèques culture

Axe 4

Garantir des conditions de vie dignes pour les étudiant·es étranger·es

- **Rétablir les APL pour les étudiant·es de nationalité étrangère**
- **Faciliter l'accès à l'emploi** pour les étudiant·es étranger·es en supprimant les restrictions horaires liées aux visas
- **Délivrer un titre de séjour aux étudiant·es étranger·es** dont la durée correspond **à minima** au temps d'études



En conclusion...

L'aide alimentaire ne permet pas toujours aux étudiant·es de sortir d'une situation d'insuffisance alimentaire qualitative, notamment en raison de la nature de l'aide alimentaire classique qui ne garantit pas l'accès à une alimentation choisie. Par ailleurs, une grande diversité d'acteurs associatifs, institutionnels, et les étudiant·es rencontré·es identifient des leviers d'action concrets afin de lutter contre la précarité étudiante. Leurs recommandations offrent des pistes tangibles pour les acteurs des politiques et services destinés aux étudiant·es, afin de renforcer leur accès aux droits économiques, culturels et sociaux. Dans le contexte actuel, alors que les politiques publiques nationales tendent à davantage fragiliser ce public, il est plus que jamais nécessaire d'être à son écoute et de répondre à ses aspirations, en activant tous les leviers possibles afin de renforcer la lutte contre la précarité étudiante en France.

Cette synthèse a été produite sans recours à l'intelligence artificielle.

Contact :

Agence nouvelle des solidarités actives

Julie Erceau
↘ julie.erceau@solidarites-actives.com

Cécile Robinault
↘ cecile.robinault@solidarites-actives.com

Cop1

Thomas Demazières
↘ thomas.demazieres@cop1.fr

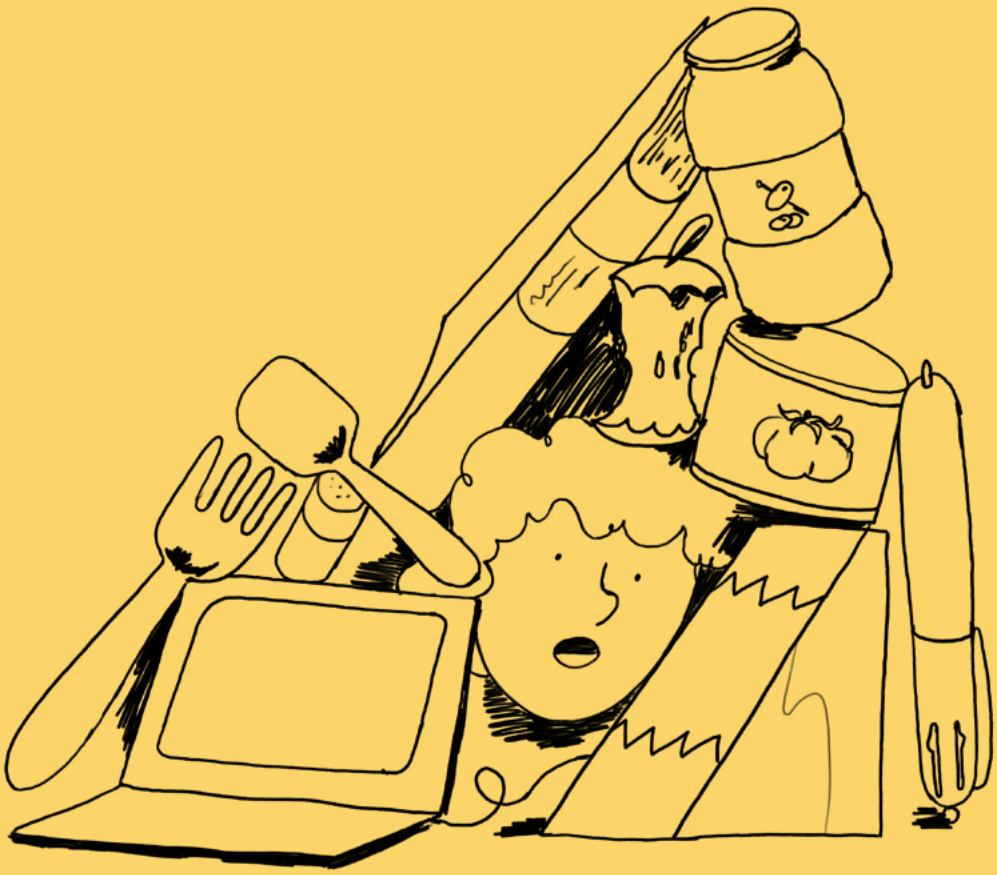
Jeanne Pellen
↘ jeanne.pellen@cop1.fr.

Graphisme

Rafaelle Fillastre

Ce document est la synthèse du rapport de recherche « *De l'amphi à l'aide alimentaire, une recherche-action participative pour mieux lutter contre la précarité étudiante* », portée par l'Agence nouvelle des solidarités actives et Cop1 solidarités étudiantes. Elle a été financée dans le cadre du Programme National pour l'Alimentation 2025, ainsi que par la DREETS Grand Est, dans le cadre du programme "Mieux Manger Pour Tous", et par la ville de Paris.

Nous remercions tous·tes les étudiant·es, l'ensemble des partenaires associatifs et institutionnels, et les bénévolesde Cop1 qui ont contribué à cette recherche. Nous remercions également les partenaires du projet, et notamment Anne-Cécile Caseau de l'INJEP et Huguette Boissonnat d'Emplettes et Cagettes pour leurs conseils, relectures, et accompagnement tout au long de la recherche-action.



SOLIDARITÉS COP1 ÉTUDIANTES

Agence nouvelle des solidarités actives

Ce projet de recherche a été financé par

MINISTÈRE DU TRAVAIL, DE LA SANTÉ, DES SOLIDARITÉS ET DES FAMILLES

MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE, DE L'AGRO-ALIMENTAIRE ET DE LA SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE

PROGRAMME NATIONAL POUR L'ALIMENTATION TERRITOIRES EN ACTION

PRÉFET DE LA RÉGION GRAND EST

MIEUX MANGER POUR TOUS

VILLE DE PARIS