



Faculté de
Philosophie et
Sciences sociales

Département des Sciences Sociales et des Sciences du Travail

Mémoire présenté en vue de l'obtention du grade de
Master en Sociologie
Finalité spécialisée

De la précarité à la violence alimentaire

*Étude de cas de deux associations d'aide alimentaire en
Région bruxelloise*

Juliette OZER

Sous la direction de : Professeur Daniel ZAMORA VARGAS

Assesseure : Professeure Francine BOLLE

Année académique 2024-2025



Déclaration Plagiat

Considérant que le plagiat est une faute inacceptable sur les plans juridique, éthique et intellectuel ;

Conscient que tolérer le plagiat porterait atteinte à l'ensemble des corps étudiants, scientifiques et académiques en minant la réputation de l'institution et en mettant en péril le maintien de certaines approches pédagogiques ;

Notant que les étudiants sont sensibilisés aux questions d'intégrité intellectuelle dès leur première année d'étude universitaire et que le site web des Bibliothèques de l'ULB indique clairement comment éviter le plagiat :

<https://bib.ulb.be/version-francaise/navigation/support/boite-a-outils/evitez-le-plagiat>

Rappelant que le plagiat ne se limite pas à l'emprunt d'un texte dans son intégralité sans emploi des guillemets ou sans mention de la référence bibliographique complète, mais se rapporte également à l'emprunt de données brutes, de texte traduit librement, ou d'idées paraphrasées sans que la référence complète ne soit clairement indiquée ;

Rappelant l'article 83 du Règlement Général des Etudes 2024-25 :

<https://www.ulb.be/fr/documents-officiels/reglement-general-des-etudes>

Convenant qu'aucune justification, telle que des considérations médicales, l'absence d'antécédents disciplinaires ou le niveau d'étude, ne peut constituer un facteur atténuant.

La Faculté de Philosophie et Sciences sociales rappelle que la sanction minimale pour un plagiat avéré est l'attribution de la note de 0 pour l'ensemble du cours en question. Ce rappel ne présage pas de la sanction finalement proposée au jury par le Doyen en fonction des détails relatifs au cas de plagiat qui lui a été transmis.

Je soussignée Juliette Ozer, confirme avoir lu cette déclaration et certifie ne pas avoir commis de plagiat pour ma recherche.

Fait à Bruxelles, à la date du 12-08-2025.

Signature de l'étudiante :

Remerciements

La réalisation de ce mémoire a été possible grâce à la contribution de plusieurs personnes à qui je souhaiterais témoigner toute ma reconnaissance.

Je tiens à exprimer avant tout ma gratitude à mon directeur de mémoire, Monsieur le Professeur Daniel ZAMORA VARGAS pour son encadrement, sa disponibilité et ses judicieux conseils. Ces derniers furent essentiels et m'ont notamment permis de recentrer mon sujet de recherche. Un grand merci également à Madame la Professeure Francine BOLLE pour la lecture de ce mémoire.

L'enseignement dispensé par le Master en Sociologie de l'Université Libre de Bruxelles a nourri mes réflexions et m'a apporté une véritable félicité intellectuelle, merci donc aux enseignantes et enseignants pour leurs cours passionnants.

Je remercie Madame Brigitte GRISAR pour sa connaissance du terrain, sa perspicacité et son accueil, mais également toute l'équipe de la Fédération des Services Sociaux pour m'avoir ouvert leurs portes. En effet, les travailleuses passionnées qui composent la Fédération m'ont donné goût à mon sujet d'étude, ainsi que l'occasion de réaliser mes terrains. J'aimerais également exprimer ma reconnaissance à tous les acteurs et actrices des deux associations qui ont permis à cette étude d'être menée. À cet égard, je suis particulièrement reconnaissante auprès de toutes les personnes avec qui j'ai réalisé des entretiens, qui m'ont offert de leur temps et de leur « soi ».

Je tiens encore à remercier mes proches pour leur soutien. Papa et Céline pour vos vastes connaissances, votre enthousiasme et surtout, pour me faire garder à l'esprit que « partout où il y a pouvoir, il y a résistance ». Maman pour son soutien et son orthographe, connue pour être infaillible (du moins, je l'espère). Baptiste, Justine et Lucien pour vos encouragements, votre amour et vos relectures bienveillantes, bien qu'incessantes. Ainsi que mon amie Jeanne, avec qui j'ai traversé cette tranche de vie.

Enfin, je remercie Grappa et Granny, dont la détermination, le perfectionnisme, mais aussi la folie et l'amour m'ont constituée. Vous rendre fiers fait partie de mon bonheur, aussi je vous souhaite une excellente lecture à ce qui n'aurait été possible sans vous.

Table des matières

En ouverture : penser l'aide alimentaire	1
Première partie.....	3
État des lieux et immersion dans l'univers de l'aide alimentaire	3
1. Quand la faim questionne : vers une problématique sociologique.....	3
2. Planter le décor : comprendre les rouages de l'aide alimentaire	5
2.1. Contexte et évolution de l'aide alimentaire	5
2.2. Fonctionnement de l'aide alimentaire	6
<i>Hétérogénéité des structures et fonctionnement.....</i>	<i>6</i>
<i>Financements et approvisionnements</i>	<i>7</i>
2.3. Aide alimentaire : une constante croissance	10
3. Regards croisés sur l'aide alimentaire : une revue de la littérature	11
3.1. Une sociologie de l'alimentation ?.....	11
3.2. Sécurité et insécurité alimentaire sous le prisme de la multidimensionnalité	12
3.3. Face au droit à l'alimentation : aide alimentaire « traditionnelle » ou « alternative » ?	14
<i>Aide alimentaire « traditionnelle ».....</i>	<i>16</i>
<i>Alors, aide alimentaire « alternative » ?</i>	<i>19</i>
3.4. Les violences alimentaires, un concept aux multiples facettes	21
<i>Les violences alimentaires étatiques.....</i>	<i>22</i>
<i>Les violences alimentaires physiques : les atteintes visibles</i>	<i>23</i>
<i>Les violences alimentaires psychologiques : les atteintes invisibles</i>	<i>24</i>
4. Une lecture conceptuelle : en deçà et au-delà des violences alimentaires	25
4.1. Analyser les violences alimentaires au travers de la théorie du don.....	25
<i>Le don ne circule pas que par la chose donnée.....</i>	<i>27</i>
<i>Quelles conséquences pour l'impossibilité de rendre ?.....</i>	<i>28</i>
4.2. Face à l'absence de contre-don : résistances ?	30

5. Présentation des acteurs : deux associations, deux formes d'aide.....	34
5.1. Le centre de distribution de colis alimentaires	34
5.2. Le restaurant participatif.....	35
6. Faire terrain dans l'aide alimentaire : une approche qualitative.....	38
6.1. Accès et choix du terrain	38
6.2. Méthodes et démarches de recherche	39
<i>Les entretiens</i>	39
<i>L'observation participante</i>	44
Deuxième partie.....	47
Contre-dons, violences alimentaires et stratégies de résistance : une analyse de l'aide alimentaire en trois séquences.....	47
7. Chapitre 1. Les ambivalences du don dans les dispositifs d'aide alimentaire	47
7.1. L'importance du contre-don et, pourtant, son impossibilité.....	47
7.2. Un contre-don via le paiement ?	52
7.3. Un contre-don non monétaire ?.....	58
7.4. En quelques mots : le don, une violence alimentaire ?	64
8. Chapitre 2. Vivre des violences alimentaires : quelles variations selon les types de structures ?	66
8.1. À des violences alimentaires structurelles,	66
8.2. ... des réponses non structurelles, et toutes les <i>violences</i> qui en découlent	77
a) <i>Intimidations</i>	78
b) <i>Isolement</i>	83
c) <i>Frustration</i>	87
d) <i>Contrôle, harcèlement et menaces</i>	90
e) <i>Inversion de la faute et culpabilité</i>	93
f) <i>Attente de reconnaissance</i>	94
8.3. En quelques mots : les violences alimentaires, symptômes d'un système violent ..	
.....	95

9. Chapitre 3. Les visages de la résistance	97
9.1. Crozier et Friedberg, Goffman, Scott... : pluralité de <i>résistances</i> pour une pluralité de points de vue.....	97
9.2. Stratégies de résistance : entre solidarité, distanciation, soumission et non adéquation à la figure du « bon pauvre ».....	99
a) <i>Résister à travers le lien social et la solidarité</i>	<i>99</i>
b) <i>Valoriser le système et s'y soumettre pour résister ?.....</i>	<i>102</i>
c) <i>Contre la figure du « bon pauvre »</i>	<i>105</i>
d) <i>Le « retournement du discrédit » par la distanciation d'autrui</i>	<i>110</i>
9.3. En quelques mots : résister, un enjeu identitaire ou matériel ?.....	112
Troisième partie.....	114
Aide alimentaire : quelles conclusions, quelles perspectives ?	114
<i>Conclusion générale</i>	<i>114</i>
<i>Réflexivité de la démarche d'enquête et du rapport à l'objet</i>	<i>116</i>
<i>Quelles perspectives de recherches sur l'aide alimentaire ?.....</i>	<i>118</i>
Bibliographie	11919

En ouverture : penser l'aide alimentaire

Nous avons toutes et tous déjà entendu parler de l'aide alimentaire : les Restos du Cœur, la Croix-Rouge, Saint-Vincent de Paul... Ces organisations nous sont sans doute familières, nous touchent de plus ou moins près. J'étais sur le campus de l'ULB, participant à un atelier sur la Sécurité Sociale de l'Alimentation (SSA), quand cela m'a frappée. La conférencière, Brigitte Grisar – coordinatrice de la Concertation Aide Alimentaire (CAA¹) au sein de la Fédération des Services Sociaux (FdSS²) –, demanda à la salle remplie d'étudiants : « *Combien pensez-vous qu'il y a de personnes recourant à l'aide alimentaire, en Belgique ?* ». Quatre propositions. La dernière : 600.000 personnes. Personne ne vote pour celle-là, pas même moi qui ai pourtant commencé mon stage à la FdSS. « C'est bien trop, on est dans un pays riche, la nourriture y est abondante... Et on a une Sécurité sociale ! », pensais-je, probablement à l'instar de mes camarades. Pourtant, ce fut la bonne réponse. Pas moins de 600.000 personnes sont recensées comme ayant eu recours, au moins une fois, à une quelconque forme d'aide alimentaire sur une année. La stupéfaction, la honte, le sentiment d'injustice planaient. D'autant plus que Brigitte Grisar continua : « *Certes, on a compté 600.000 personnes cette année, mais en Belgique, c'est plus d'une personne sur dix qui vit sous le seuil de pauvreté.* ». Il fallait que je comprenne : comment est-ce possible que tant de personnes aient recours à l'aide alimentaire ? De quelle manière fonctionne l'aide alimentaire en Belgique ? Cette forme d'aide est-elle uniforme, ou plusieurs modèles sont-ils construits autour de celle-ci ? Comment le vivent les « bénéficiaires »³, les bénévoles, les praticiens ? Qui sont-ils ?

Ainsi, mon choix de travailler sur la précarité alimentaire⁴ fut assez évident. Au départ, c'était par le prisme de la SSA que je pensais analyser ce sujet. Il faut dire qu'une huitième branche de la Sécurité sociale, c'est séduisant ! Mais celle-ci relevant davantage du champ prospectif, il s'est avéré que ce n'était pas sociologiquement pertinent, du moins dans le cadre d'un mémoire. Quoiqu'il en soit, pour comprendre la SSA, il est essentiel de saisir à la fois les enjeux qui entourent les systèmes de production, l'agro-industrie et les mécanismes de transition alimentaire. Mais aussi, et cela semblait plus proche de ce qui m'interpellait : les enjeux actuels autour de l'aide alimentaire et de la précarité dont elle découle. C'est alors là-dessus que j'ai pensé porter mon enquête. En lisant ce qui avait été écrit sur ce sujet, j'ai découvert le livre de

¹ Lien internet de la CAA : <https://www.fdss.be/fr/caa/>

² Lien internet de la FdSS : <https://www.fdss.be/fr/>

³ Le terme de « bénéficiaire » est mis entre guillemets dès lors que cette appellation est remise en question, au vu de son potentiel péjoratif. Voir *infra*.

⁴ Par *précarité alimentaire*, nous entendons la précarité du nonaccès à une alimentation souhaitée, le manque de nourriture, ainsi que la précarité de son contenu en terme qualitatif et quantitatif. Une personne en situation de précarité alimentaire sera en insécurité alimentaire, ce qui sera défini dans la revue de la littérature.

l'anthropologue Bénédicte Bonzi : *La France qui a faim. Le don à l'épreuve des violences alimentaires* (2023a). Les « violences alimentaires »⁵. Que cela pouvait-il bien signifier ? La lecture de cet ouvrage a nourri ma question de recherche :

« *De quelles manières les « violences alimentaires » vécues et les stratégies de résistance mises en place par les « bénéficiaires » de l'aide alimentaire se manifestent-elles dans les associations dites « traditionnelles » et « alternatives » ?* »

Pour y répondre, ce travail sera construit sur une analyse comparative entre deux associations relevant de deux types d'aide alimentaire. Celui-ci s'organisera en trois parties. La première, intitulée *État des lieux et immersion dans l'univers de l'aide alimentaire*, posera les fondements de l'analyse. Elle comprendra la problématique, suivie d'une contextualisation, d'une revue de la littérature, d'un cadre conceptuel, de la présentation des acteurs faisant l'objet de cette recherche et, enfin, de la méthodologie adoptée. L'objectif y est de fournir les outils nécessaires pour appréhender les analyses qui suivront, et ainsi répondre à la question de recherche.

La deuxième partie, nommée *Contre-dons, violences alimentaires et stratégies de résistance : une analyse de l'aide alimentaire en trois séquences*, sera composée de trois chapitres. Le premier examinera l'aide alimentaire à travers le prisme de l'échange maussien, à savoir le don et le « contre-don »⁶. Le deuxième sera consacré à l'étude des différentes formes de violences alimentaires, un concept pluriel et riche en clefs de compréhension. Au sein du troisième chapitre, les stratégies de résistance des « bénéficiaires » de l'aide alimentaire seront développées. Ainsi, cette partie proposera une lecture progressive, articulée autour de plusieurs thématiques complémentaires.

Enfin, la dernière partie, appelée *Aide alimentaire : quelles conclusions, quelles perspectives ?* proposera une synthèse des éléments mis en lumière au fil de l'analyse, un exercice de réflexivité, ainsi que des pistes de réflexion.

⁵ Ce concept appartient à la sociologue Bénédicte Bonzi (2023a). Cela étant dit, par souci de lisibilité, nous ne mettrons plus ce terme et ses déclinaisons entre guillemets.

⁶ Tout comme la note de bas de page précédente, le concept de « contre-don », pensé par l'anthropologue Marcel Mauss (2012 [1925]), ne sera plus mis entre guillemets dans la suite de ce document, par souci de lisibilité.

Première partie

État des lieux et immersion dans l'univers de l'aide alimentaire

1. Quand la faim questionne : vers une problématique sociologique

Le fonctionnement de l'aide alimentaire en Région bruxelloise est un sujet d'actualité engageant. En effet, d'une part, on constate un nombre croissant de « bénéficiaires » des structures d'aide qui, pourtant, suit la courbe inverse des financements qui leur sont octroyés (Dejace *et al.*, 2025). D'autre part, la précarité alimentaire qui pousse les individus à recourir à une aide alimentaire découle d'autres formes de précarités et d'un contexte politique qui ouvre la voie à des analyses multidisciplinaires. Ainsi, cette recherche s'inscrit dans une perspective sociologique, fondée sur la mobilisation de concepts et de théories propres à cette branche scientifique, à l'instar de la théorie du don (Mauss, 2012 [1925] ; Godbout, 2009), bien connue en sciences sociales, mais également de notions plus récentes telles que les violences alimentaires (Bonzi, 2023a). En mobilisant ces concepts, nous investiguerons les façons dont les « bénéficiaires » issus de deux associations distinctes d'aide alimentaire vivent, perçoivent et résistent au fonctionnement des deux structures. Cette investigation ouvrira différentes questions et hypothèses :

Existe-t-il diverses formes d'aide alimentaire, qui se distinguent tant par leurs effets que dans leurs sources, leurs modes de construction, l'idéologie de leurs fondateurs ? Que signifient les violences alimentaires et comment se matérialisent-elles dans deux structures relevant chacune d'une forme d'aide alimentaire distincte ? Comment la théorie du don et du contre-don s'avère-t-elle essentielle pour saisir le fonctionnement de l'aide alimentaire et les violences alimentaires qui y prennent place ? Face à ces violences, comment réagissent les « bénéficiaires » ? Développent-ils des stratégies de résistance ?

À ces sous-questions qui guideront notre recherche, nous proposons les hypothèses suivantes : les deux formes d'aide alimentaire que nous allons analyser, à savoir l'aide alimentaire « traditionnelle » et l'aide alimentaire « alternative », sont bien différentes autant dans les façons dont elles ont été mises en place que dans leurs effets en ce qui concerne les violences alimentaires. Analyser ces violences alimentaires sous la théorie du don et du contre-don pourrait s'avérer essentiel et pourrait être une clef à la fois pour la compréhension de celles-ci, et pour leur résolution. En effet, le concept proposé par Marcel Mauss (2012 [1925]) a toute sa place dans notre recherche et dans l'analyse du fonctionnement de l'aide alimentaire : que se passe-t-il lorsque les « bénéficiaires » ne savent ou ne peuvent pas effectuer de contre-don lors du don de nourriture ? À qui et par qui se fait le contre-don ? L'État a-t-il une place dans cet

échange maussien ? Posons comme hypothèse que le contre-don peut être réalisé de plusieurs manières au sein des associations, mais qu'il se concrétise mieux dans les formes d'aide alimentaire « alternatives » que dans les « traditionnelles ». Pour finir, notre dernière hypothèse est que les « bénéficiaires » développent des stratégies de résistance différentes en fonction des associations et des violences alimentaires auxquelles ils sont confrontés.

Enfin, à l'instar de Bonzi (2023a), nous posons comme hypothèse de départ que se nourrir avec les restes d'une société induit la souffrance d'un déclassement (p. 285). Comment les « bénéficiaires » font-ils face à cette violence ? Cette question fera donc l'objet d'une analyse comparative entre deux formes d'aide, lesquelles seront définies dans la revue de la littérature.

2. Planter le décor : comprendre les rouages de l'aide alimentaire

2.1. Contexte et évolution de l'aide alimentaire

Nous n'entrerons pas dans une analyse exhaustive de l'histoire de l'aide alimentaire, comme analysée par l'historien Jean-Pierre Le Crom et le sociologue Jean-Noël Retière dans leur ouvrage *Une solidarité en miettes : Socio-histoire de l'aide alimentaire des années 1930 à nos jours* (2018), car ce n'est pas l'objet de cette recherche. En revanche, nous allons tout de même expliciter les importantes évolutions qui en expliquent le fonctionnement en 2025.

Bien que l'aide alimentaire ait toujours fait partie du paysage social (Reman et Defeyt, 2019, p. 108), c'est pendant la Seconde Guerre mondiale que les demandes d'aide ont connu un premier essor : de nouveaux profils sont apparus dans les lieux d'aide. La pauvreté touchait alors aussi les « heureux » – à savoir des petits rentiers ou des personnes issues de « classes moyennes » alors paupérisées – qu'on appelait déjà à l'époque les « nouveaux pauvres » ou les « misères cachées » (Le Crom et Retière, 2018, p. 41). C'est ensuite à partir des années 1980 et précisément des hivers rigoureux des années 1986 et 1987 (allant jusqu'à -20°C) qu'une transformation fut marquée par une reconnaissance médiatique d'un paupérisme massif (Le Crom et Retière, 2018, p. 54). C'est ainsi que de nouvelles structures telles que les banques alimentaires et le Plan Européen d'Aide aux plus Démunis (PEAD) ont vu le jour (voir *infra*). Ce plan, qui visait la lutte contre les formes les plus graves de pauvreté, ne fut rapidement plus suffisamment conséquent pour rivaliser avec les conséquences des politiques économiques et sociales néolibérales. Nous pouvons par exemple citer les politiques phares des gouvernements « Martens-Gol » (les V, VI, et VII... de 1981 à 1988) qui optaient notamment pour des mesures réduisant les impôts des entreprises, tout en mettant en place des sauts d'indexation des salaires et des réductions importantes des « dépenses » sociales (Evrard et Piron, 2023, p. 29).

Ces politiques ont engendré une prolifération de l'aide alimentaire « d'urgence » dans les années 1990, avec une augmentation de petites associations et des façons de distribuer des denrées (Le Crom et Retière, 2018, p. 67). Depuis les années 2010, les structures de distribution et le nombre de « bénéficiaires » de l'aide est en croissance constante. Ce sont de nouveaux « nouveaux pauvres »⁷ qui émergent alors avec des profils tels que des familles monoparentales, des jeunes et des travailleurs précaires (Le Crom et Retière, 2018, p. 159 ; Duvoux, 2011).

Force est de constater que dans l'histoire de la protection sociale, peu de place a été consacrée à l'aide alimentaire. Selon les économistes Pierre Reman et Philippe Defeyt (2019), cela serait

⁷ Puisque cette appellation concerne de plus en plus de profils différents, nous constatons que la précarité ne cesse de croître dans un système structurellement créateur d'inégalités.

dû à la faible institutionnalisation des formes d'aide, mais surtout à l'importance portée, au 19^{ème} siècle, à la séparation entre les politiques d'assurances et d'assistances (p. 89). Les secondes, à l'instar de l'aide alimentaire, n'avaient pas vocation à perdurer et étaient alors portées, dans une optique complémentaire, par des associations caritatives, notamment religieuses, et les Centres Publics d'Action Sociale (CPAS) (Reman et Defeyt, 2019, p. 94). En effet, dans l'important Projet d'accord de solidarité sociale de 1944, le concept d'aide alimentaire n'est nullement retrouvé, la précarité alimentaire étant pourtant centrale à cette époque (Reman et Defeyt, 2019, p. 91). Il est clair à présent que les politiques d'assurances n'ont pas réussi à rendre inutile l'assistance et que l'espoir d'un rôle résiduaire de l'aide alimentaire est désormais bien loin (Reman et Defeyt, 2019, p. 108).

2.2. Fonctionnement de l'aide alimentaire

Hétérogénéité des structures et fonctionnement

Le secteur de l'aide alimentaire, marqué par son hétérogénéité, se caractérise par plusieurs formes de distribution (Myaux, 2019b, p. 18). La forme la plus répandue est celle des colis alimentaires. En effet, une septantaine de centres de distribution de colis sont répartis en Région bruxelloise (CAA, s. d.). Généralement, la rétribution contre un colis est de quelques euros pour couvrir certaines dépenses engendrées par l'activité ou comme « contre-don symbolique » (Myaux, 2019b, p. 23), mais dans de rares associations, l'obtention d'un colis est gratuite. La deuxième forme correspond aux restaurants sociaux, qui se répartissent en une soixantaine d'associations étendues dans la Région bruxelloise (CAA, s. d.). Le repas s'accompagne bien souvent de travail social afin de favoriser la rencontre et la réinsertion sociale (Myaux, 2019b, p. 20). Les épiceries sociales représentent le dernier acteur majeur de l'aide alimentaire. Leur objectif est de correspondre à un format de vente classique, en laissant les usagers choisir leurs produits qui sont entre 50% et 70% moins chers que sur le marché. Elles sont une quinzaine en Région bruxelloise (CAA, s. d.). Ces trois formes sont les plus connues et s'imposent comme structures hégémoniques dans ce secteur. Néanmoins, d'autres configurations émergent telles que les frigos solidaires, les jardins collectifs ou les restaurants participatifs, qui constituent une part plus anecdotique.

Notons que c'est essentiellement sur le bénévolat que repose l'aide alimentaire. En effet, en 2016, 70,7% des membres investis étaient bénévoles, et le secteur associatif constituait environ 80% des structures, le reste étant généralement organisé par les CPAS. Seules 7,3% des personnes impliquées ont un contrat de travail ordinaire et 19% sont engagées dans le cadre de

contrats subventionnés (Myaux, 2019b, p. 24), principalement par Actiris⁸. McAll *et al.* (2015) ont constaté que ces emplois sont majoritairement précaires, au sein de structures précaires (p. 30). En effet, les auteurs nous expliquent que les réponses à l'insécurité alimentaire sont principalement des « *initiatives communautaires décentralisées* », non coordonnées, et qui opèrent à des niveaux régionaux et provinciaux dans une approche caritative (McAll *et al.*, 2015, p. 29). Selon le sociologue Serge Paugam (1994), les associations remplissent des fonctions qui pourraient incomber au service public (p. 907). Précisons néanmoins que, comme nous l'explicitons dans le point suivant, le rôle des pouvoirs publics reste important, bien qu'indirect, en termes de défiscalisations avantageuses, d'emplois subventionnés, ou encore d'aides logistiques (Le Crom et Retière, 2018, p. 12). C'est ce que le sociologue Pierre Bourdieu (1993) analyse comme étant le passage d'une « *politique d'État visant à agir sur les structures mêmes de la distribution, à une politique visant à corriger les effets de la distribution inégale des ressources [...]* » (p. 223) ; ou encore le sociologue Daniel Zamora Vargas (2017) comme le remplacement des « *politiques de lutte contre l'inégalité* » par des nouvelles « *politiques de lutte contre la pauvreté* » (p. 174), dont l'objectif est de gérer les effets des inégalités plus que de les limiter (Zamora Vargas, 2017, p. 274).

Financements et approvisionnements

L'énorme majorité des structures d'aide alimentaire reposent principalement sur des financements privés issus à la fois de dons de particuliers ou de fondations telles que la Fondation 4WINGS⁹ qui soutient l'innovation sociétale. Ces structures peuvent également s'appuyer sur des financements publics – que ce soit de la COCOM¹⁰, de la COCOF¹¹ ou des financements locaux –, comme on l'observe pour 38% d'entre elles (Myaux, 2019b, p. 26).

Concernant l'approvisionnement d'alimentation des structures, plusieurs sources peuvent être distinguées. Premièrement, les associations qui souscrivent financièrement à hauteur de quatre euros par an par « bénéficiaire » à la banque alimentaire de Bruxelles-Brabant reçoivent de la nourriture récupérée et stockée par celle-ci. En Belgique, il y a neuf banques alimentaires réparties sur le territoire, auxquelles 698 associations étaient affiliées en 2024, selon les recensements de la Fédération Belge des Banques Alimentaires (FBBA, 2025). La même année, 25.900 tonnes de nourriture ont été collectées et distribuées aux associations membres. Cette nourriture est récupérée d'inventaires de la grande distribution, des industries agroalimentaires et des surplus agricoles. Depuis peu, les « banques » sont contraintes d'acheter de la nourriture en

⁸ Office Régional Bruxellois de l'Emploi : <https://www.actiris.brussels/fr/a-propos-d-actiris/>

⁹ Lien internet de 4WINGS : <https://4wings.org/>

¹⁰ Signifie Commission communautaire commune : <https://www.ccc-ggc.brussels/fr>

¹¹ Signifie Commission communautaire française : <https://ccf.brussels/>

raison de la demande croissante de « bénéficiaires ». Pourtant, c'est uniquement avec des dons et des legs que ces « banques » subviennent à leurs besoins matériels et financiers, le tout étant géré par des bénévoles et quelques employés sous contrat avec Actiris pour le travail de secrétariat et de logistique de livraison. C'est en 1985 que ce modèle de « banque » d'origine états-unienne – qui est un réseau de plateformes logistiques, ou « grossistes », faisant le relais entre les entreprises et les associations – fut importé en Belgique. Celui-ci s'est également diffusé dans trente et un pays européens regroupés au sein de la Fédération Européenne des Banques Alimentaires (FEBA). Les « banques » stockent également les produits commandés par les associations au Fonds Social Européen Plus (FSE+).

Le FSE+ constitue la deuxième source d'approvisionnement. Il est réparti entre les pays membres pour proposer des aides alimentaires ou matérielles aux individus sous le « seuil de pauvreté ». Ce seuil est un indicateur de pauvreté monétaire qui signifie – en Belgique, en 2024 – de disposer de moins de 1.520 euros net par mois pour une personne isolée, ou 3.191 euros net pour un ménage composé de deux adultes et deux enfants. Notons que 11,5 % de la population belge vit sous ce seuil de pauvreté et que 18,2 % des Belges sont exposés à ce risque (Statbel, 2025).

Il est intéressant de revenir aux origines de ce fonds qui vise à compléter les programmes nationaux d'élimination de la pauvreté. Auparavant nommé le Plan Européen d'Aide aux plus Démunis (PEAD), ce programme mis en place en 1987 se constituait en une aide alimentaire pour « nourrir les plus pauvres ». L'objectif était de distribuer des surplus de nourriture produits par les agriculteurs et rachetés lors d'interventions de la Politique Agricole Commune (PAC) (Bonzi, 2023a, p. 42). Ces « stocks d'intervention » étaient alors destinés à différentes associations, chaque État étant responsable de l'organisation de leur distribution. Quand le PEAD fut transformé en Fonds Européen d'Aide aux plus Démunis (FEAD)¹² en mars 2014, c'était pour élargir l'aide à d'autres causes, l'alimentation n'étant pas la seule insécurité à laquelle les personnes précaires faisaient (et font encore) face (Le Crom et Retière, 2018, p. 57). La Belgique avait alors décidé de consacrer ce fonds essentiellement à l'aide alimentaire, à l'instar de onze autres pays de l'Union européenne. La source financière fournie par le FEAD devint rapidement essentielle à la survie des associations, étant le seul fonds « structurel » dont celles-ci disposaient pour la période 2014-2020. Au vu de l'ampleur des besoins et afin d'avoir plus de produits à moindre coût, les pays ont respectivement mis en place un dispositif d'appel

¹² Lien internet du règlement du FEAD :
https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/?uri=LEGISSUM:171201_1

d'offres pour lister une vingtaine (SPP Intégration Sociale, 2024)¹³ de produits à distribuer dans les associations (Bonzi, 2023a, p. 363). Les procédures réglementées qui encadrent ces marchés publics rendent très difficile l'insertion de critères d'origine ou de préférences pour des produits locaux dans les cahiers des charges (Rousseau et Damhuis, 2019, p. 179). Une des conséquences du FEAD fut de « *renforcer plus encore les positions occupées par les associations dans l'espace de l'aide alimentaire d'urgence* » (Le Crom et Retière, 2018, p. 59).

En 2022, le FEAD, qui était un fonds distinct, fut intégré dans l'enveloppe budgétaire du FSE+. Cette enveloppe s'élève à un peu plus d'un milliard d'euros pour la Belgique sur une période allant de 2022 à 2027. Dans cette somme, seuls 8.600.000 euros annuels sont consacrés précisément au FEAD, donc à l'aide alimentaire, selon les estimations de la Fédération des Services Sociaux (FdSS, 2021). Cela représente une diminution d'un peu plus de 30% par rapport à 2020, où le budget était de 12.645.195 euros (Myaux, 2019b, p. 28).

Comme il a été susmentionné, les invendus de l'agro-industrie et des supermarchés se retrouvent au sein des banques alimentaires. Ces entreprises constituent ainsi le troisième acteur participant à l'approvisionnement des associations. Depuis 2013, les entreprises peuvent récupérer la TVA¹⁴ sur les produits alimentaires donnés « gratuitement » aux associations s'ils respectent les règles liées à la traçabilité des aliments¹⁵ (Rousseau et Damhuis, 2019, p. 183). Leurs dons d'excédents alimentaires leur permettent alors de recevoir une reconnaissance morale et éthique en plus d'une réduction de leurs coûts grâce à la TVA récupérée sur les denrées, et grâce à la diminution de leurs coûts de gestion des déchets organiques (Rousseau et Damhuis, 2019, p. 185). Au regard d'un tel fonctionnement, les personnes ayant recours à l'aide alimentaire sont perçues par bon nombre d'auteurs comme une « variable d'ajustement », permettant d'ingérer les surplus des productions (Bonzi, 2023a, p. 367). Nous y reviendrons.

Les dons privés englobent la quatrième source d'approvisionnement dès lors qu'ils permettent à une importante partie des associations de faire des achats et de supporter leurs coûts de fonctionnement. En Belgique, les dons sont fiscalement déductibles de 45% à partir de 40 euros de don. Cet avantage fiscal conforme aux dispositions de l'article 145/33 du CIR 1992¹⁶ est une des premières informations que l'on voit sur les différents sites d'associations d'aide alimentaire, chacune étant maintenant entrée dans la course aux dons. Notons que cet instrument est actuellement remis en question par le gouvernement Arizona (Galloy, 2025).

¹³ En 2024, en Belgique, c'est parmi vingt-cinq produits que les associations ont pu passer leurs commandes, dont voici la liste : <https://www.mi-is.be/fr/themes/fead-fse-aidealimentaire/campagne-2024>

¹⁴ Signifie Taxe sur la valeur ajoutée. C'est un impôt sur la consommation.

¹⁵ Décision TVA, n° E.T. 124.417, dd. 31.07.2013 ; Décision TVA n° E.T.127.958, dd. 21.05.2015.

¹⁶ Législation sur les dons et les legs en Belgique : <https://www.dons-legs.be/v2/les-dons-deductibles/>

2.3. Aide alimentaire : une constante croissance

Malgré les avantages fiscaux pour inciter les entreprises à donner leurs denrées ayant presque atteint la date limite de consommation (DLC), les dons diminuent depuis que de nouvelles plateformes telles que Happy Hours Market¹⁷ rachètent les invendus des supermarchés. Celles-ci les revendent à prix cassés, à destination de personnes qui ne sont pas identifiées comme étant en-dessous du « seuil de pauvreté » et pour qui la plupart des structures d'aide alimentaire leurs sont fermées (voir *infra*). En parallèle à cette diminution de dons, les demandes d'aide alimentaire augmentent, ce qui mène le Président de la FBBA, Piet Vanthemsche, à plaider « *en faveur d'incitants fiscaux supplémentaires afin d'encourager les entreprises alimentaires et les détaillants à donner davantage de denrées* » (FBBA, 2022, s. p.).

En 2023, 208.925 personnes étaient recensées par la FBBA comme bénéficiant d'une aide alimentaire mensuelle. Seules les personnes recourant à l'aide de structures affiliées à l'une des neuf banques alimentaires sont recensées par la FBBA. En réalité, selon les chiffres de la Fédération des Services Sociaux, ce sont 600.000 personnes qui ont eu recours à l'aide alimentaire la même année, dont 90.000 personnes en Région bruxelloise (CAA, s. d.). Ce nombre représente une hausse de 27% en seulement quatre ans (de 2019 à 2023) (FBBA, s. d.). Cette croissance est expliquée majoritairement par la « *dégradation de l'accès aux droits fondamentaux* » (Damhuis, 2019b, p. 136) due à des choix politiques d'austérité et de responsabilisation individuelle, naturalisant la pauvreté structurelle (Violette-Bajard, 2000, p. 132).

À la vue du nombre de personnes bénéficiant de l'aide alimentaire et de son fonctionnement (défiscalisation des dons alimentaires et monétaires, fonds européen, nombre conséquent d'associations), nous pouvons constater que l'aide alimentaire est rentrée dans la coutume et, s'imposant comme une évidence, semble difficilement changeable (Bonzi, 2023a, p. 69). Cela, d'autant plus que le don alimentaire est « merveilleusement » avancé comme permettant de lutter à la fois contre le gaspillage alimentaire et la pauvreté (Myaux, 2019a, p. 9). Mais cela est-il si simple ? Quelles sont les conséquences de ce système sur les associations et leurs publics cibles ? Ce fonctionnement est-il souhaitable et si non, comment est-il possible d'y faire face ? Voici un certain nombre d'interrogations dont nous allons discuter dans ce travail.

¹⁷ Lien internet de Happy Hours Market : <https://www.happyhours.be/>

3. Regards croisés sur l'aide alimentaire : une revue de la littérature

3.1. Une sociologie de l'alimentation ?

Dans un contexte de recherches sur les inégalités sociales et la précarité, plusieurs auteurs s'accordent à dire que l'alimentation est une part importante à prendre en compte. En effet, la pratique alimentaire serait liée autant dans sa source que dans ses effets à des inégalités. C'est ce que montre le sociologue Christopher McAll (2020) en estimant que l'alimentation permet de reproduire des rapports sociaux injustes, ou bien au contraire de produire l'égalité (p. 4). Les chercheuses Magali Ramel et Huguette Boissonnat (2018) rejoignent ce propos en postulant que se nourrir est lié à « *l'affirmation des rapports de pouvoirs* » et est un marqueur de position sociale (p. 56). De plus, le sociologue Thibaut de Saint Pol (2017) estime que c'est « *le reflet et la source de nombreuses inégalités sociales* » (p. 11), qu'elles soient économiques, physiques ou sanitaires. Enfin, la sociologue Marta Llobet Estany et ses coauteurs (2020a) conçoivent l'alimentation comme « *une fenêtre à travers laquelle on peut voir la réalité d'une société* » (p. 3).

En outre, pour cette recherche, nous partirons du consensus existant entre tous les auteurs mobilisés dans cet état de l'art : l'alimentation est un acte partagé avec une dimension symbolique et est, *de facto*, porteur de sens au-delà de la question des nutriments (Estany *et al.*, 2020a, p. 3). Cet acte semble alors être une pratique sociale totale en ce qu'il est lié à des facteurs biologiques, à différents capitaux culturels, sociaux et économiques, ainsi qu'au pays et au contexte social dans lequel il prend part. L'alimentation est également liée à la construction de l'identité et de la culture des individus et permet « *la création et l'entretien de rapports sociaux* » (Ramel et Boissonnat, 2018, p. 56). Par conséquent, dans la suite de cette revue de la littérature, nous étayerons l'idée que l'alimentation est multidimensionnelle.

Nous constatons la prédominance de l'alimentation dans la vie des acteurs, et sa capacité à renforcer la précarité ou à s'en distancer. Ce faisant, le champ de la sociologie de l'alimentation a passionné bien des auteurs se questionnant sur la reproduction de classes sociales ou des genres via cette pratique vitale (Bourdieu, 1979 ; Halbwachs, 1938 ; Paturel et Ndiaye, 2020). C'est à partir du 19^{ème} siècle que l'alimentation a commencé à être analysée sous le prisme de la précarité et des inégalités, avec notamment les travaux de Frédéric Le Play datant de 1855 (de Saint Pol, 2017, p. 11). Pourtant, c'est principalement l'accès géographique et financier à la nourriture, ainsi que les caractéristiques nutritionnelles ou de goûts qui ont été analysés, au détriment des aspects politiques et sociaux, dont l'aide alimentaire (McAll *et al.*, 2015, p. 29).

Toutefois, nous nous questionnons : si ce travail devait être placé dans une bibliothèque sociologique, serait-il dans le rayon de la sociologie de l'alimentation ? La réponse est non puisque nous nous intéressons ici particulièrement à la façon dont cette alimentation se concrétise via l'aide alimentaire et aux effets sur les « bénéficiaires » qui en découlent. Cependant, lorsque l'on cherche « sociologie de l'aide alimentaire » dans différents moteurs de recherche, nous ne débordons pas de résultats concluants. Il semblerait alors que cette recherche s'ancre dans une forme de sociologie de la précarité ou des inégalités sociales, analysée dans le cas particulier de l'aide alimentaire. D'ailleurs, différents auteurs qui appartiennent à ces champs seront mobilisés dans cet écrit, à l'instar de Nicolas Duvoux, Didier Fassin, Christopher McAll, ou encore Serge Paugam.

Pour analyser le fonctionnement de l'aide alimentaire, une revue de la littérature a été effectuée dans l'objectif de recenser les travaux et les idées centrales de différents auteurs en lien avec notre sujet d'étude. Dans la première partie de cet état de l'art, nous étayerons la multidimensionnalité de l'alimentation sous le prisme de la sécurité et de l'insécurité alimentaire grâce, notamment, aux études de Damhuis *et al.* (2020), de McAll (2020) et de Ramel et Boissonnat (2018). Ensuite, la deuxième partie portera sur la différence entre les aides alimentaires « traditionnelles » et « alternatives ». Celle-ci sera analysée en lien avec la question du droit à l'alimentation. Ce sont principalement les travaux de Bonzi (2023a), Chiffolleau *et al.* (2023), Estany *et al.* (2020a ; 2020b) et McAll *et al.* (2015) qui seront discutés. Enfin, une dernière partie ciblera un concept aux multiples facettes : les *violences alimentaires*, proposé par Bonzi (2023a). Étant donné que notre question de recherche, rappelons-le, se pose ainsi : « *De quelles manières les « violences alimentaires » vécues et les stratégies de résistance mises en place par les « bénéficiaires » de l'aide alimentaire se manifestent-elles dans les associations dites « traditionnelles » et « alternatives » ?* », c'est dans le cadre conceptuel que nous discuterons des stratégies de résistance et des théories avec lesquelles nous mènerons cette étude.

3.2. Sécurité et insécurité alimentaire sous le prisme de la multidimensionnalité

En Région bruxelloise, en 2024, un peu plus d'une personne sur cinq était en situation de « privation matérielle et sociale » (Statbel, 2025). En situation de difficulté financière, c'est sur l'alimentation que les individus rognent en premier. Ce faisant, ils ne mangent plus suffisamment ou font le « choix » de produits moins chers et moins qualitatifs (Ramel et Boissonnat, 2018, p. 55). Cela a des incidences sur la santé physique (voir *infra*), mais aussi mentale car l'effet de la pauvreté peut amener du stress, de la culpabilité, des difficultés à

construire une identité individuelle, l'impossibilité d'envisager le futur ou encore de l'isolement. Selon les anthropologues Egbe Manfred Egbe et Maria Antònia Montserrat-Mas (2014), ces individus sont alors en situation d'*insécurité alimentaire* qui prend forme lorsqu'il y a une « *incapacité (à certains moments ou à tout moment) des personnes – un individu, une famille (ménage), une communauté ou un groupe dans la société – à accéder à une nourriture suffisante, saine et nutritive pour répondre à leurs besoins et préférences alimentaires pour une vie active et saine en raison de facteurs physiques ou économiques (la crise économique)* » (p. 1704). Selon les auteurs, l'insécurité alimentaire est constituée de quatre composantes : « *qualitative, quantitative, sociale et psychologique* », et crée ce qu'ils appellent de l'« *anxiété alimentaire* » due à l'angoisse de ne pas pouvoir répondre à ce besoin de base (Egbe et Montserrat-Mas, 2014, pp. 1713-1714). Complétons cette définition avec les mots de McAll *et al.* (2015) qui appuient sur l'importance de la « *capacité d'acquérir ces aliments par des moyens socialement acceptables* » (p. 29).

Dès lors, cela met en évidence que l'alimentation ne se limite pas à la dimension nutritive ou à ce qui se trouve dans l'assiette. En effet, la sociologue Lotte Damhuis et ses collègues (2020) l'ont démontré en menant des exercices collectifs durant leur recherche sur les enjeux du système de l'aide alimentaire. Les participants à cette étude – des « *bénéficiaires* » de l'aide alimentaire, des travailleurs sociaux, des acteurs de seconde ligne et des sociologues – ont exprimé que l'alimentation regroupait le fait de manger avec des proches, d'avoir les ressources, les informations, le matériel et le temps pour cuisiner à son goût, selon son régime alimentaire et sa culture (p. 7). Effectivement, la nourriture est également liée à la construction identitaire et culturelle de chacun, comme le soulignent Ramel et Boissonnat (2018) en écrivant que « *lors des repas s'opèrent des mécanismes d'individualisation, de sociologisation et d'identification culturelle* » (p. 56). Les auteurs estiment que le rôle social de l'alimentation – qui permet de positionner un individu dans un groupe social, culturel et familial – est au moins aussi important que son rôle nutritif. Cela est partagé par les sociologues Cathy Bousquet et Malia Calvet (2021) qui écrivent que l'alimentation est un vecteur fort d'appartenance sociale, faisant de l'alimentation un « *acte social* » (p. 72).

Ainsi, partant du constat que l'alimentation est un acte multidimensionnel, le terme *sécurité alimentaire* est apparu en 1974 lors du premier Sommet mondial de l'alimentation, et a été défini en 1996, durant le deuxième Sommet, comme suit : « *La sécurité alimentaire est assurée quand toutes les personnes, en tout temps, ont économiquement, socialement et physiquement accès à une alimentation suffisante, sûre et nutritive qui satisfait leurs besoins nutritionnels et leurs préférences alimentaires pour leur permettre de mener une vie active et saine.* » (Bonzi,

2019, p. 68). À la suite de cette définition, McAll (2020) a composé une typologie reprenant cinq dimensions essentielles à remplir pour être en situation de sécurité alimentaire. Les dimensions sont les suivantes : 1) la dimension *matérielle de vie* qui concerne les ressources financières et matérielles ; 2) la dimension des *relations sociales*, à savoir le lien social qui se tisse autour de pratiques alimentaires ; 3) la dimension du *corps et de l'esprit* incluant la santé physique et mentale ; 4) la dimension de *la liberté de prendre ses propres décisions* qui est liée à des questions culturelles, de goûts et de régimes alimentaires ; et 5) la dimension du *temps et de l'espace* par rapport à la possibilité, pour les individus, d'avoir leurs propres routines (McAll, 2020, pp. 6-7). L'auteur estime que la pratique alimentaire est une partie intégrante de la vie sociale, et est importante pour la prise en charge de la propre vie des individus (McAll, 2020, p. 11). Bien qu'elle semble être l'idéal à atteindre pour satisfaire une sécurité alimentaire, cette typologie paraît paradoxalement inatteignable en passant par l'aide alimentaire. En effet, faut-il rappeler que l'aide alimentaire existe car le système sociétal est inégal et que cette aide, selon Christine Mahy (2020)¹⁸, reste un circuit parallèle d'accès à l'alimentation pour les plus démunis à partir des déchets des plus riches et des surplus de la production agroalimentaire et industrielle, comme évoqué en contextualisation de cette recherche.

Cela étant, la sociologue Christelle Violette-Bajard (2000) nous explique que « *la nourriture pour le pauvre perd de ses vertus symboliques intrinsèques* » (p. 158) et qu'à cet égard, l'alimentation est un « *révélateur de la position sociale* » permettant de maintenir des écarts entre les personnes (Violette-Bajard, 2000, p. 158). Mais concrètement, comment la constitution de l'aide alimentaire est-elle problématique et en quoi ne saurait-elle pas répondre à une sécurité alimentaire ? En quoi subvenir uniquement à une dimension matérielle via ce type d'aide, en ne concevant pas l'alimentation comme une pratique multidimensionnelle, constitue-t-il un problème pour les « bénéficiaires » ? De plus, la situation est-elle homogène dans toutes les formes d'aide alimentaire ? Pour répondre à ces questions, nous distinguerons l'aide alimentaire « traditionnelle » de l'aide alimentaire « alternative ».

3.3. Face au droit à l'alimentation : aide alimentaire « traditionnelle » ou « alternative » ?

Bien que l'aide alimentaire en tant qu'objet d'étude soit récente, nous allons mettre en avant les différents travaux qui l'entourent. Ainsi, cette troisième sous-partie nous amène à développer la différence entre les diverses formes d'aide alimentaire existantes et à saisir les controverses autour de chacune d'elles. En effet, l'expérience de l'aide alimentaire est à la fois singulière –

¹⁸ Secrétaire générale et politique du Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté : <https://rwlp.be/>

du fait des disparités en fonction des associations et du parcours individuel des personnes – et universelle – par les référentiels de la peur de la stigmatisation, de la non-liberté de choix et de la honte d’être « nécessiteux » (Myaux, 2019b, pp. 42-43). À cet égard, Estany *et al.* (2020b) ont proposé une typologie de trois formes d’aides à partir d’entretiens individuels et de *focus groups* : « traditionnelles », « nouvelles » et « alternatives » (p. 6). Les auteurs ont établi cette classification en considérant les conceptions de différents acteurs de l’aide alimentaire et en se basant sur la prise en compte ou non, par les associations, des cinq dimensions décrivant une sécurité alimentaire, qu’ils reprennent à McAll (2020).

Selon les auteurs, les pratiques « traditionnelles » ont comme avantage de nourrir une grande partie des « bénéficiaires », mais s’inscrivent dans une perspective assistancialiste dans laquelle le don de nourriture n’implique aucune réciprocité du fait de l’asymétrie de la relation. Ce postulat sera amplement développé dans notre cadre conceptuel et fera l’objet de notre premier chapitre. De plus, les associations issues de ces pratiques ne conçoivent pas l’alimentation comme un acte multidimensionnel : celle-ci ne serait qu’une nécessité biologique (Estany *et al.*, 2020b, p. 7). C’est dans ce type d’aide que la première association étudiée, la *structure A*, s’inscrit (voir présentation des acteurs, point 5, p. 34).

Ensuite, les pratiques « nouvelles » cherchent à prendre en compte le point de vue des individus et conçoivent l’alimentation comme un acte biologique, social et culturel. Au sein des projets s’inscrivant dans cette catégorie, se retrouve une vraie volonté d’agir sur plusieurs dimensions permettant d’atteindre une sécurité alimentaire, même s’il y persiste un contrôle social sur les « bénéficiaires » et une distribution hiérarchique des positions (Estany *et al.*, 2020b, p. 10).

Enfin, les pratiques « alternatives » sont souvent issues de projets communautaires et d’autogestion. Les acteurs de celles-ci essayent de renforcer l’autonomie et les droits, tout en reconnaissant les capacités des individus. Dans cette optique, l’insécurité alimentaire est considérée comme étant politique et devant être discutée dans le débat public. Néanmoins, ces types de pratiques sont souvent peu accessibles aux individus ciblés (Estany *et al.*, 2020b, p. 11). Étant donné que la seconde association étudiée, la *structure B* (voir présentation des acteurs, point 5, p. 34), s’inscrit plus globalement dans la catégorie de l’aide « alternative », c’est cette conception que nous allons développer, au regard de plusieurs auteurs, et ainsi la comparer à l’aide « traditionnelle », dominante dans le champ de l’aide alimentaire.

Pour ce faire, partons de la définition du droit à l’alimentation, droit qui devrait être rempli par l’État belge. En effet, la Belgique a adhéré à la Déclaration universelle des droits de l’Homme (article 25) ainsi qu’au Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels

(article 11) dans lesquels se trouve l'obligation de respecter le droit à l'alimentation. Celui-ci fait foi en Belgique même s'il n'est pas garanti dans la Constitution et dans les lois belges (FIAN Belgium, s. d.). Ce droit fut défini par Olivier De Schutter en 2014 – alors rapporteur spécial de l'ONU sur le droit à l'alimentation – comme suit : « *Le droit de toute personne, seule ou en communauté avec d'autres, d'avoir physiquement et économiquement accès à tout moment à une nourriture suffisante, adéquate et culturellement acceptable, qui soit produite et consommée de façon durable, afin de préserver l'accès des générations futures à la nourriture.* » (De Schutter, 2014, p. 3). Cette définition rejoint la vision des auteurs susmentionnés, avec l'idée que ce droit va au-delà de l'unique question de la faim et ainsi, prône une considération « globale » de l'alimentation (Estany *et al.*, 2020a, p. 3).

Aide alimentaire « traditionnelle »

À partir de cette définition, nous pouvons constater que l'aide alimentaire « traditionnelle » ne répond pas à ce droit. Elle tente – sans pour autant réussir – de remplir le « *droit fondamental qu'a toute personne d'être à l'abri de la faim* » (Damhuis *et al.*, 2020, p. 3). L'objectif est de répondre à la dimension matérielle de la nourriture, sans questionner les causes de la pauvreté. Cette forme d'aide, aussi nommée modèle « *bénéficio-assistantiel* » (Estany *et al.*, 2020a, p. 6), est confrontée à de nombreuses critiques, faisant globalement consensus parmi les auteurs.

Pour ce faire, faisons le parcours de ce à quoi un « bénéficiaire » – appelons-le José – est confronté. Mentionnons alors premièrement le manque de diversité et de qualité des produits. La nourriture qui lui est proposée est de tellement mauvaise qualité qu'elle engendre des maladies telles que le diabète (Bonzi, 2023a, p. 55) : « *En Belgique, on ne meurt pas de faim. Par contre, on meurt de malnutrition.* » (Hadji, 2017, p. 15). En effet, selon l'anthropologue Christine César (2009), le surpoids et l'obésité sont deux à trois fois plus fréquents chez les personnes recourant à l'aide alimentaire. Des carences dues à l'absence de fruits et de légumes sont également visibles, comme la vitamine C, pourtant généralement inexistante dans les populations de pays riches (César, 2009, p. 32). De plus, il arrive que la date limite de consommation (DLC) soit dépassée. Le philosophe Olivier Assouly (2013) nous explique que les « anormaux » doivent se satisfaire de restes, de déchets et d'aliments de pitoyable qualité à bas prix (p. 145). Ce que confirme Violette-Bajard (2000) qui explique que, bien que la famine ait laissé place à un système de surproduction, pour les moins aisés, c'est la malnutrition et la sous-alimentation qui lui ont succédé (p. 133). Assouly (2013) affirme que la qualité des aliments n'est pas une question anodine, dès lors que celle-ci tend à « *coïncider avec le statut de l'individu, elle reflète sa position sociale et l'état de ses revenus* » (p. 144).

Deuxièmement, selon McAll *et al.* (2015), la structure de l'aide consistant à stigmatiser l'individu qui en bénéficie et à l'ancrer dans une dépendance au système, va à l'encontre de ce qui est valorisé dans les sociétés libérales et capitalistes, à savoir l'indépendance, l'autonomie et le mérite individuel (p. 29). De plus, il est demandé à José d'être autonome sans pour autant que lui soit laissée une quelconque marge d'autonomie, allant jusqu'à l'impossibilité pour lui de choisir sa nourriture. Cette généralisation de l'interdépendance se serait accentuée depuis la Seconde Guerre mondiale, puis perpétuée (Le Crom et Retière, 2018, p. 42). À cela s'ajoute un mérite important accordé aux bénévoles de ces organisations, leur conférant une supériorité morale (Estany *et al.*, 2020b, p. 7).

Troisièmement, l'accès à l'aide alimentaire « traditionnelle » est presque exclusivement conditionnel, pour autant qu'un tel droit soit à la fois conditionnel et considéré comme une chance... (Leclair *et al.*, 2023, p. 329). Ainsi, José doit prouver en permanence qu'il rencontre tous les critères de pauvreté exigés par les institutions et est alors tenu de « *justifier les raisons de sa chute, expliquer pourquoi il reste dans cette situation, montrer les papiers qui viennent prouver que vraiment, il est miséreux* » (Bonzi, 2023b, p. 91). Après avoir franchi une première fois le « labyrinthe administratif » auquel il est confronté (Bonzi, 2023a, p. 166), José reste constamment sujet à des contrôles sous forme d'« enquêtes sociales ». Ces enquêtes, dont le rôle est de « *vérifier si la personne correspond aux critères d'octroi de l'aide alimentaire* » (Damhuis, 2019b, pp. 121-122), ne respectent pas sa vie privée et peuvent déboucher sur des jugements de la part des services et des institutions (ATD Quart Monde *et al.*, 2019, p. 23). De cette situation peut naître un sentiment de honte, d'exclusion et de culpabilisation pour José qui est alors moins susceptible de faire les démarches nécessaires pour recourir à ses droits (Estany *et al.*, 2020b, p. 7). De fait, il semblerait qu'environ un tiers de la population n'accède pas à l'aide pour laquelle elle rentre pourtant dans les barèmes (Eurofound, 2015). D'ailleurs, selon une enquête de l'Observatoire de la Santé et du Social de Bruxelles (2016), le non-recours pourrait s'expliquer par 1) la non-connaissance ; 2) la non-demande ; 3) le non-accès ; 4) la non-proposition ; et 5) l'exclusion.

Cela peut également être renforcé par le fait que le pouvoir de déterminer les conditions d'accès à l'aide est majoritairement détenu par les praticiens des associations, créant ainsi une relation de supériorité (ATD Quart Monde *et al.*, 2019, pp. 31-32). Ces conditions tournent principalement autour de critères de pauvreté ou des lieux de résidence, prédéfinis en amont par un travailleur social (Alberghini *et al.*, 2017, p. 10). Étant donné que les conséquences de la précarité s'insèrent dans plusieurs aspects de la vie de José, ses journées finissent par être rythmées par des obligations de justifications incessantes (Violette-Bajard, 2000, p. 14). Mais

il est important de remettre cette conditionnalité dans une perspective plus large : les praticiens et bénévoles font face à une quantité de demandes qui outrepassent ce qu'ils sont en capacité d'accueillir (Leclair *et al.*, 2023, p. 332). Ainsi, ce n'est certainement pas par choix qu'ils mettent des limites. D'une part, cela est imposé par le FEAD (seules les personnes les plus précaires peuvent y avoir accès). D'autre part, les associations agissent selon de multiples contraintes (temps, nombre de bénévoles, nourriture reçue, financements, espace disponible, etc.). À titre d'exemple, les acteurs de l'association d'aide alimentaire dite « traditionnelle » que nous étudions dans cette recherche (voir présentation des acteurs, point 5, p. 34) renforcent encore les critères d'accès au-delà de ceux imposés par le FEAD, en raison d'un trop grand nombre de demandes d'aide.

Quatrièmement, on retrouve également un climat de violence et de tension, autant physique que morale, en réduisant José à une « *bouche à nourrir* » (McAll *et al.*, 2015, p. 31). Bonzi (2023a) explique que dans ces situations, lorsque les « bénéficiaires » sont rassemblés sous des termes communs tels que « bénéficiaires, nécessiteux, pauvres », ils n'existent plus en tant que sujets de droits égaux et sont alors désobjectivisés d'une vie propre et d'une intimité (p. 105). C'est ce que McAll *et al.* (2015) conceptualisent comme étant la « *réduction identitaire* ». Cette réduction se produit lorsque les membres d'une minorité stigmatisée n'existent plus en tant que personnes à part entière avec leurs propres caractéristiques, compétences et histoires. Ils sont réduits à « *un trait (connoté négativement) censé les caractériser* » (McAll *et al.*, 2015, p. 31) : ils disparaissent, en quelque sorte, derrière le stigmate. Dès lors, José et les 600.000 autres « bénéficiaires » de l'aide alimentaire répartis dans le pays subissent cette forme de *réduction* lors de leurs démarches pour accéder à un droit. Du point de vue de Bonzi (2023a) et de McAll *et al.* (2015), c'est l'association elle-même qui peut réduire la personne à son seul besoin alimentaire en la voyant comme un « corps inutile » que l'aide alimentaire doit porter comme un « fardeau » (McAll *et al.*, 2015, pp. 31-32). En effet, la mise en identité stigmatisante implique une relation asymétrique entre les personnes recevant l'aide de manière subordonnée et celles qui la distribuent (Estany *et al.*, 2020a, p. 7). Cette « réduction identitaire » est renforcée par les demandes de justifications incessantes, décrites ultérieurement, qui contribuent à « *cristalliser l'identité de l'individu autour de ce seul critère de pauvre* » (Violette-Bajard, 2000, p. 13).

Ce processus identitaire est accompagné d'une invalidation de la logique de droit pour la remplacer par celle de charité (McAll *et al.*, 2015, p. 31). D'ailleurs, nier que l'alimentation est un droit permet de dépolitiser la précarité alimentaire en imputant la faute aux individus qui se trouvent dans cette situation, induisant ainsi une déresponsabilisation des pouvoirs publics face

à leur obligation à garantir ce droit (Estany *et al.*, 2020a, p. 7). En effet, un des aspects néfastes de l'aide alimentaire « traditionnelle » – ou plutôt du système politique dans laquelle elle prend part – est de tenir la personne aidée responsable de son échec (Bonzi, 2023a, p. 60).

Alors, aide alimentaire « alternative » ?

C'est face à ces constats que l'aide alimentaire dite « alternative » a commencé à être pensée. En effet, dans la littérature, nous retrouvons une volonté d'aller à l'encontre de ce qui est reproché à l'aide alimentaire « traditionnelle » en permettant à quiconque le souhaite un accès à de la nourriture ; en mettant sur un pied d'égalité les praticiens et les « bénéficiaires » via des cogestions prenant en compte la parole de tous ; en rompant avec une conception caritative ; en insistant sur le lien social comme étant central ; ou encore en soutenant le pouvoir décisionnel des individus. Tout cela est généralement accompagné d'une volonté de justice sociale (Estany *et al.*, 2020a, p. 9). Selon Bonzi (2023a), le fait que certains individus préfèrent créer des nouvelles associations plutôt que d'en rejoindre est un message fort : le fonctionnement et l'efficacité des structures « traditionnelles » sont remis en question (p. 396).

Néanmoins, il y a également des controverses concernant les associations d'aide « alternative ». En effet, les chercheurs Yuna Chiffolleau *et al.* (2023) estiment que les initiatives « alternatives » ne permettront pas à tous d'accéder à une alimentation de qualité à cause notamment des prix trop élevés de ces organismes qui, même lorsqu'ils sont réduits, restent trop onéreux pour les individus en situation de précarité, à l'instar de José. Dès lors, ces structures ne seraient pas pensées pour les individus les plus insécurisés sur le plan alimentaire (McAll *et al.*, 2015, p. 29) et pousseraient ces personnes à n'avoir accès de manière précaire qu'à l'aide alimentaire « traditionnelle ». À cet effet, Damhuis (2019b) précise que certaines initiatives, bien que perçues comme ne faisant pas « vraiment » partie de l'aide alimentaire dès lors qu'elles ne sont pas accessibles à tous et pas gratuites ou presque, sont néanmoins bien ancrées localement. Elles s'adressent en particulier à des personnes qui ne peuvent ou ne veulent pas recourir à une forme d'aide alimentaire classique (pp. 134-135). Elle évoque ainsi de « nouvelles initiatives » – incluant notamment les potagers collectifs et les ateliers de cuisines collectives – qui souhaitent favoriser un accès à une meilleure alimentation pour tous, bien qu'il y ait un faible accès réel pour les publics précarisés (Damhuis, 2019b, pp. 133-134).

Par ailleurs, pour réduire les prix dans le cadre de l'aide alimentaire « alternative », un modèle très répandu est de faire payer à certains individus leurs produits plus chers afin que ceux-ci soient davantage abordables pour José et ses compères. Mais alors, est retrouvée une logique de « donateurs » et de « receveurs », habituellement propre à l'aide « traditionnelle » qui ne

permet pas une indépendance des individus les plus précaires, toujours étiquetés comme tels. Une autre solution courante pour réduire les prix est de faire contribuer bénévolement José à certaines tâches afin qu'il ait des aliments moins chers sans menacer l'équilibre économique, ce qui pose des questions éthiques quant au travail gratuit (Chiffolleau *et al.*, 2023, p. 320).

De plus, l'autonomie et l'autogestion des associations sont, bien que caractéristiques de l'aide « alternative » selon Estany *et al.* (2020b, p. 11), très compliquées à atteindre. En effet, dès que l'association a pour volonté de nourrir un plus grand nombre de personnes, et surtout gratuitement ou presque, elle doit dépendre de financements extérieurs ou d'inventus de grandes surfaces. Mais Bonzi (2023a) déplore cette dépendance en expliquant que les supermarchés abusent des associations en leur livrant, par exemple, des aliments dont la date limite de consommation est dépassée (p. 66), ce qui constitue une violence alimentaire pour la personne qui reçoit le produit périmé (voir *infra*). Selon Bonzi (2023a), les associations « alternatives » qui ne recourent pas aux inventus de supermarchés ou au FEAD ont tendance à s'essouffler plus rapidement, ce qui rajoute paradoxalement de la précarité au système (p. 396).

Aussi, ce champ de l'aide alimentaire peine à s'affranchir d'une reproduction des inégalités. En effet, certains systèmes alimentaires « alternatifs » sont également générateurs d'exclusion et d'inégalités en ne luttant pas contre les inégalités de race, de classe ou de genre, comme il a été démontré par le *food movement* aux États-Unis qui, par exemple, prône son inclusivité, mais qui se caractérise par sa « blancheur » (Damhuis *et al.*, 2020, p. 11). De fait, bien que les porteurs de ces projets expriment souvent la volonté de ne pas oublier « les pauvres », leurs initiatives restent particulièrement inaccessibles aux personnes « bénéficiaires » de l'aide alimentaire (Rousseau et Damhuis, 2019, p. 187). Rousseau et Damhuis (2019) estiment alors que ces structures renforcent l'exclusion des personnes éloignées des espaces d'expression, qui ne partagent pas une culture hégémonique, ou qui ne peuvent pas payer des coûts souvent élevés, faisant ainsi persister – malgré eux ou non – un « *entrisme social* » (pp. 190-191). Cela démontre l'existence d'une frontière symbolique, bien souvent accompagnée d'un mépris de classe, qui empêche certaines personnes d'accéder à de la « bonne alimentation », pour l'instant réservée aux plus aisés. C'est d'ailleurs pour cela que Damhuis *et al.* (2020) estiment que les systèmes alimentaires « alternatifs » sont trop élitistes et n'ont pas encore rencontré ceux de l'aide alimentaire.

Précisons que cette présence ou non d'élitisme est liée à la façon dont les projets « alternatifs » d'aide alimentaire ont été créés. Chiffolleau et ses collègues (2023) expliquent que les projets s'inscrivant dans une « justice alimentaire » se focalisent sur l'accès à une alimentation de

qualité pour tous, accessible également pour les personnes en situation de précarité. Ce dans quoi semble s'inscrire la *structure B* étudiée (voir présentation des acteurs, point 5, p. 34). En revanche, les projets qui centrent leurs objectifs autour de la participation citoyenne en ce qui concerne les prises de décisions, s'inscrivent dans ce que les auteurs appellent une volonté de « démocratie alimentaire » (p. 312). La géographe Rachel Slocum et ses coautrices (2016) vont plus loin en expliquant que la « justice alimentaire » doit s'accompagner d'une position contre « le capitalisme, le néolibéralisme, le colonialisme, le racisme systémique et le patriarcat » (p. 4). Ces autrices postulent également que la « justice alimentaire » rejoint la « démocratie alimentaire » bien que leurs champs soient distincts.

Enfin, l'aspect conditionnel de l'accès à la nourriture est remis en question dans ces types de structures « alternatives ». La plupart prônent une inconditionnalité : pas besoin de justifier sa pauvreté pour se nourrir. Toutefois, bien que l'inconditionnalité permette de supprimer deux raisons du non-recours à l'aide – le nonaccès et l'exclusion –, l'inconditionnalité peut aussi être vectrice d'auto-exclusion des personnes qui ne se retrouvent pas dans le public aidé (Leclair *et al.*, 2023, p. 331). En effet, nous avons vu que Damhuis *et al.* (2020) expliquent que l'aide alimentaire « alternative » encourt le risque de n'avoir des adhérents qu'à haut capital social et culturel, en proposant une vision de l'alimentation qui n'inclut pas les significations culturelles d'autres groupes sociaux (p. 11). Aussi, l'inconditionnalité qui se matérialise par une « *stratégie de la porte ouverte* » (Leclair *et al.*, 2023, p. 333) peut obliger les membres de l'association à fermer la porte à des personnes en cas de trop forte affluence, ou à faire attendre très longuement José et les autres « bénéficiaires », ce qui crée des frustrations pour ceux qui se déplacent sans être certains de pouvoir avoir accès à des denrées.

3.4. Les violences alimentaires, un concept aux multiples facettes

« Dans une société opulente où il faut lutter contre le gaspillage, les restes ne vont plus à la poubelle : on lui préfère la bouche des pauvres » (Violette-Bajard, 2000, p. 188). Si nous avons tant insisté sur le fait que l'alimentation est multidimensionnelle, c'est parce que les violences alimentaires qui l'entourent dans le cadre de l'aide alimentaire le sont tout autant. En effet, Bonzi (2023a) identifie trois catégories de violences alimentaires : étatiques, physiques et psychologiques. Elle les définit comme étant « *la force, intentionnelle ou non, qui empêche une personne d'accéder à son droit à l'alimentation, cela donnant lieu à des atteintes physiques et/ou morales. Elles se situent dans un contexte particulier : dans un pays où la nourriture circule en abondance et où ce droit, défini comme un droit d'accès à l'alimentation dans des conditions « acceptables », est consacré par la loi.* » (p. 305). Selon Bonzi (2023a), ces violences alimentaires constituent un phénomène multiple lié à la fois 1) au non-respect du

droit – précédemment mis en lumière – ; 2) au fait que la nourriture abonde dans un pays riche, sauf pour certains ; et 3) au décalage entre, d’une part, un système de valeurs induisant qu’on ne laisse personne avoir faim et, d’autre part, la réalité des personnes en situation d’insécurité alimentaire (p. 17).

Les violences alimentaires s’ancrent dans une « *violence structurelle* », un concept que Bonzi (2023a) reprend au médecin et anthropologue Paul Farmer (2003). Elle nous explique que cette violence structurelle se matérialise par deux faits principaux. Le premier est de faire peser sur les « bénéficiaires » la responsabilité de leur position, justifiant ainsi leur obligation à manger ce qu’on leur donne, dans un espace-temps non choisi. Le second consiste à vouloir changer les conséquences plutôt que les causes des effets de l’aide alimentaire (Bonzi, 2023a, p. 313). L’auteur exemplifie cela en démontrant que des ateliers de cuisine pour « bien se nourrir » dans l’optique de réduire le surpoids sont inutiles, infantilisants et culpabilisants dès lors qu’une personne ne peut pas choisir ce qu’elle va manger. Damhuis *et al.* (2020) confirment cela en démontrant que l’accès au « bien manger » dépend bien plus des ressources financières et matérielles ou des espaces et rythmes de vie que d’une « sensibilisation » à celle-ci (p. 9). De plus, le manque de nourriture est bien lié à des causes structurelles telles que la spéculation financière ou le libre-échange, et non à des causes naturelles (Bonzi, 2023a, p. 194).

Les violences alimentaires étatiques

C’est ainsi en partant de la « structure » que Bonzi (2023a) nous met en garde : son concept n’est avant tout pas une critique des bénévoles et des associations, mais bien du système étatique dans lequel ils se trouvent. C’est ce qu’elle a nommé : « *violences alimentaires étatiques* » (p. 11). Dans la partie précédente mettant en avant le contexte de l’aide alimentaire, nous avons décrit la place de l’État qui, conscient de l’ampleur de l’insécurité alimentaire, intervient de manière indirecte dans le fonctionnement des associations, notamment via le FEAD. Bonzi (2023b) signale également que le FEAD engendre la création de produits à moindre coût et favorise l’agro-industrie, ce qui a comme conséquence la diminution du nombre d’agriculteurs locaux (p. 89). Ne pas laisser le choix à des individus de consommer cette nourriture qui, peut-être, va à l’encontre de l’idéologie du mangeur, est ce qui représente, pour l’auteur, une violence alimentaire étatique (Bonzi, 2023b, p. 89). Nous avons également mis en lumière que l’État incite, via une défiscalisation, le « don » d’invendus aux personnes pauvres, ce qui mène à une institutionnalisation et une normalisation d’un « *manque organisé* » (ATD Quart Monde *et al.*, 2019, p. 33). Selon Bonzi (2023a), les lois attribuant de la valeur fiscale à des aliments n’ayant plus leur valeur marchande en orientant le « don » des denrées dont personne n’a voulu vers les personnes pauvres, constituent un « *marché de la faim* » (p. 355). Cette

défiscalisation a un autre impact qui va être central dans cette recherche, dès lors que celle-ci constitue le contre-don que l'État fait aux entreprises. Mais si l'État réalise le contre-don, quand les « bénéficiaires » reçoivent des denrées gratuites ou presque, que rendent-ils ? Peuvent-ils ou veulent-ils rendre quelque chose ? Attendons l'espace du cadre conceptuel pour étendre ces questionnements. Au regard de Bonzi (2023a), une chose est claire : l'intervention indirecte de l'État constitue un abandon de son devoir et ainsi, d'une certaine manière, une non-assistance à personne en danger (p. 339).

Les violences alimentaires physiques : les atteintes visibles

Partant du constat que les corps ne sont pas une priorité dans l'aide alimentaire, Bonzi (2023a) propose la déclinaison de « *violences alimentaires physiques* ». Elle explique que la carence alimentaire subie par les « bénéficiaires » reflète la carence de leurs droits (Bonzi, 2023a, p. 250). Ainsi, l'adage « nous sommes ce que nous mangeons » est d'autant plus porteur de violence quand ce qui est ingéré est de médiocre qualité. Cela se matérialise concrètement : les personnes recourant à l'aide alimentaire sont touchées par une surreprésentation de maladies, comme nous l'avons présenté antérieurement. Ainsi, lorsque des personnes reçoivent et mangent ensuite des fruits et légumes avariés, qu'est-ce que cela dit d'elles ? Qu'elles sont des consommatrices insolubles ingérant des rebuts du marché (Le Crom et Retière, 2018, p. 196). Violette-Bajard (2000) va plus loin en avançant que dans une économie d'abondance, ce sont les corps minces qui sont valorisés comme un « *signe suprême de la domestication de ses pulsions* » (p. 179). Étant donné que les personnes pauvres ont une probabilité plus élevée d'être en surpoids, elles portent sur elles le stigmate d'une incompétence culinaire (Violette-Bajard, 2000, p. 180). C'est donc une double peine, physique et symbolique, qui attend les « bénéficiaires » de cette aide.

À cet égard, le médecin et anthropologue Didier Fassin (2002) précise que les problèmes de santé ne sont pas « *une réalité de nature, [mais bien qu'ils] correspondent à des réalités sociales* » (p. 677). Nous pouvons relier cette affirmation à ce qu'il décrit dans l'ouvrage consacré au « *gouvernement des corps* », défini comme « *l'intervention de la société et l'emprise de l'État sur les corps* » (Fassin et Memmi, 2004, p. 10), ainsi qu'à un autre de ses écrits où il évoque la notion d'« *évaluation des vies* » (Fassin, 2010a). L'auteur postule que les effets des politiques économiques, sociales, ou sanitaires ne sont pas neutres et reflètent même de fortes inégalités : ils touchent différemment les individus (Fassin, 2010a, pp. 111-114). Si l'on calque cela à l'aide alimentaire, on remarque que les produits donnés aux « bénéficiaires » mènent à un écourtement de leur durée de vie (Boucher *et al.*, 2024). Ne nous méprenons pas,

cela est un choix politique et ces personnes semblent ainsi avoir échoué au test gouvernemental de l'« évaluation des vies ».

Les violences alimentaires psychologiques : les atteintes invisibles

Ce ne sont pas que les impacts corporels qui ont questionné Bonzi (2023a) puisque celle-ci s'est rendu compte de « *la honte et de l'humiliation qui sont constitutives des liens générés par les dispositifs d'aide* » (p. 252). Elle propose alors une troisième déclinaison de son concept : les « *violences alimentaires psychologiques* ». Pour faire une typologie de ces violences, l'anthropologue s'est basée sur la théorie de la psychiatre Marie-France Hirigoyen (1998). Cette dernière a développé neuf caractéristiques de la violence psychologique qu'elle définit comme telle : « *La violence psychologique est constituée de paroles ou de gestes qui ont pour but de déstabiliser ou de blesser l'autre mais aussi de le soumettre, de le contrôler de façon à garder une position de supériorité.* » (Hirigoyen, 1998 ; citée par Bonzi, 2023a, p. 325). Bonzi (2023a) reprend huit des neuf caractéristiques et façonne ainsi sa typologie dans le cadre des violences alimentaires : 1) *l'isolement* qui serait généré par la mise à l'écart de la société et par le non-choix ; 2) *la frustration* issue de la dépendance et de la vulnérabilité du « bénéficiaire » ; 3) *les intimidations* qui s'installent dans une relation de domination ; 4) *le contrôle* qui est lié à la conditionnalité de l'aide ; 5) *le harcèlement* qui se matérialise par l'injonction incessante à prouver sa pauvreté ; 6) *les menaces* plongeant le « bénéficiaire » dans l'angoisse permanente ; 7) *l'inversion de la faute* qui s'ancre dans des politiques néolibérales d'auto-responsabilisation des personnes pauvres, se matérialisant sur le terrain par des violences alimentaires étatiques ; et 8) *la culpabilité* qui découle de cette dernière (pp. 327-337).

Nous développerons la déclinaison de ces concepts dans le deuxième chapitre de ce mémoire en les mettant en parallèle avec nos deux terrains d'étude (voir présentation des acteurs, point 5, p. 34). L'intérêt sera de saisir si ces violences se concrétisent pareillement dans les deux structures d'aide alimentaire étudiées et, le cas échéant, de comprendre la source et les effets de leurs disparités. Afin d'être en possession d'une connaissance globale des concepts utilisés dans notre recherche, continuons à présent avec le cadre conceptuel. Celui-ci est divisé en deux parties représentant deux chapitres de notre analyse. D'abord, c'est sous le prisme de la théorie du don que nous investiguerons les violences alimentaires. Ensuite, ce sont les stratégies de résistance des « bénéficiaires » que nous présenterons.

4. Une lecture conceptuelle : en deçà et au-delà des violences alimentaires

4.1. Analyser les violences alimentaires au travers de la théorie du don

Comment le concept de l'anthropologue Marcel Mauss (2012 [1925]), datant maintenant d'un siècle et conçu à partir d'une analyse de « sociétés archaïques » selon les mots du chercheur, s'avère essentiel pour analyser les violences alimentaires ? Afin de comprendre cela, commençons par définir le don au regard de Jacques T. Godbout (2009), un des plus grands spécialistes du don en sociologie. Celui-ci apporte un point de vue économique en reprenant la définition de Oded Stark et Ita Falk (1998) : « *Un don est un bien qui n'est pas l'objet d'un contrat.* » (p. 272) ; ainsi que juridique en citant Melvin Aron Eisenberg (1997) : le don ne doit pas « *être explicitement conditionnel à une garantie de retour* » (p. 823). Godbout (2009) insiste sur l'idée que le don n'est pas linéaire. Au contraire, de celui-ci peut découler de l'excès, du déséquilibre ou de la surprise (p. 106). C'est en partant de ce postulat dans lequel nous nous inscrivons que commence l'analyse de ce concept, ayant mobilisé bien des générations de chercheurs.

La particularité du don décelée par Mauss (2012 [1925]) est que, de celui-ci, découle une « *obligation de rendre* » (p. 151). C'est ce qu'il nomme le *contre-don*. La valeur de celui-ci doit normalement être supérieure à celle du don initial. Ainsi, à travers la triade « *donner, recevoir, rendre* » (Mauss, 2012 [1925]), lorsque le donateur a donné, celui-ci génère une dette envers le receveur qui est en mesure de « *dominer, endetter ou au contraire permettre un équilibre* » (Bonzi, 2023a, p. 78). Effectivement, le don devient contraignant dès lors que le donateur fait de son donataire un débiteur, en l'engageant dans une relation de dette : cet échange n'est pas gratuit (Perriot, 2021, p. 59). Dans le cas de l'aide alimentaire « traditionnelle », le « don » réalisé par les entreprises de l'industrie agroalimentaire est « rendu » par l'État qui défiscalise celles-ci. Constatons que selon la définition de Stark et Falk (1998), cet échange contractuel entre l'État et les entreprises mine ce qui constitue le fondement du don via des politiques amputant les « bénéficiaires » d'un potentiel contre-don. Le système du don serait en effet pensé comme étant à distance du marché, du contrat ou de la loi, ce qui crée un paradoxe dans le cas de l'aide alimentaire, principalement « traditionnelle » (Godbout, 2009, p. 121). Toutefois, l'aide alimentaire s'inscrit bien dans une relation de don : le don de nourriture est fait *in fine* aux « bénéficiaires ». Nous éclaircirons cette affirmation dans le premier chapitre d'analyse.

Les associations ont un rôle dans le fait de « rendre » dès lors qu'elles signent des accords avec ces entreprises, qu'elles trient à leur place les bons et les mauvais (dates dépassées, etc.)

aliments, et qu'elles évitent aux entreprises de payer une taxe par tonne de produits non vendus et donc jetés (Bonzi, 2023a, pp. 54-58). Dans cette organisation, les personnes qui reçoivent mais ne rendent pas, ce sont les « bénéficiaires » qui semblent n'avoir droit qu'à une place passive. Cela ne représente-t-il pas une forme de violence alimentaire, dans la mesure où la manière dont le don est orienté institutionnalise le fait de donner aux personnes pauvres ce dont personne n'a voulu auparavant, les considérant ainsi comme une « variable d'ajustement » ?

Du point de vue du philosophe Feriel Kandil (2024) qui retrace la pensée du philosophe Paul Ricœur (2004), le don relève de l'échange et donc s'inscrit à la fois dans une relation de réciprocité entre les échangeurs, et dans une équivalence de ce qui est échangé, qui devrait être comparable, voire calculable (p. 267). Mais ce point de vue n'est pas hégémonique dans l'approche socio-anthropologique du don. Par exemple, Godbout (2009) avance que la « réciprocité » pensée comme une équivalence symétrique, est étrangère au don et parle alors de « réversibilité » (p. 151). Dans cette perspective, l'aide alimentaire et bien d'autres pratiques ne sauraient être analysées dans cette approche ricœurienne puisque, si la réciprocité est évidente dans le don lorsque celui-ci permet un contre-don, ce n'est pas le cas du principe d'équivalence. Cependant, ce point de vue est intéressant pour comprendre comment le don peut être porteur de violence. Comme l'explique Bonzi (2023a), « *c'est précisément ce qui est dangereux avec le don, qu'il puisse être brisé, chargé d'amertume, de rancœur* » (p. 86). En effet, lorsque ce qui est rendu par les « bénéficiaires » n'est pas équivalent à ce qui est donné, aux yeux des bénévoles ou des praticiens, ceux-ci peuvent ne pas réceptionner le contre-don, et l'échange prendrait alors fin. Cela démontre que la valeur de ce qui est échangé a une incidence sur la relation entre le donneur et le receveur. Cette idée est partagée par Kandil (2024) qui estime que si une différence de valeur est trop importante entre le don d'une personne A et le contre-don d'une personne B, ce dernier peut être perçu comme une humiliation (p. 278). Cela semble être le fondement même du problème de l'aide alimentaire dès lors que les « bénéficiaires » rendent moins que ce qu'ils reçoivent en termes de valeur marchande. Mais sont-ils en mesure « rendre » par autre chose ?

Revenons au fondateur de la triade qui nous guide : lorsque Mauss étudie le potlatch¹⁹ dans les sociétés indiennes du Nord-Ouest américain, il se rend compte que quand l'équivalence n'est plus possible du fait de la valeur démesurée d'un cadeau, cela peut rendre impuissant le receveur qui ne peut pas rendre à son tour, ce qui l'humilie. En revanche, quand la logique d'équivalence est respectée, l'échange de dons permettrait de renforcer les liens sociaux (Kandil, 2024, p.

¹⁹ Potlatch signifie : « *Lutte de prestige de type agonistique (relatif aux compétitions, qui se déroule au moyen d'une lutte) : il consiste en une immense fête qui rassemble une ou plusieurs tribus pour des échanges de cadeaux qui vont jusqu'à la destruction de richesses.* » (Olivier, 2008, p. 2).

268). Voici la particularité du don : cet acte peut établir un rapport de solidarité, et ainsi créer du « lien social », mais également un rapport de supériorité, et alors de la « distinction » (Dupuy, 2008, p. 97). Étant donné que, dans le cas de l'aide alimentaire « traditionnelle », le contre-don est rarement équivalent en raison de la structure des associations, les « bénéficiaires » se trouvent dans une relation de subordination, de laquelle peuvent découler des formes de violences alimentaires. Cela signifie-t-il que les liens sociaux ne peuvent pas être renforcés ? Formulons l'hypothèse suivante : dans cette relation asymétrique, les liens entre les bénévoles et les « bénéficiaires » ne peuvent effectivement pas être consolidés. Mais qu'en est-il des liens entre les « bénéficiaires » eux-mêmes ? Ce questionnement nous emmène dans ce qui sera analysé dans le troisième chapitre : les stratégies de résistance des « bénéficiaires ». Posons également comme hypothèse que des techniques pour rendre un contre-don sont diverses et potentiellement plus présentes dans les structures « alternatives », également du fait de la structure des associations, comme nous l'avons exposé dans l'état de la littérature.

Le don ne circule pas que par la chose donnée

Selon Godbout (2009), le don ne se limite pas à la chose donnée. C'est ainsi qu'il fait une distinction entre la « *valeur d'usage* » du don qui, dans le cadre de l'aide alimentaire, va nourrir, et la « *valeur de lien* » (p. 117). Celle-ci exprime l'importance de la relation, ainsi que des personnes impliquées, qu'importe ce qui circule. Mauss (1985 [1950]) le disait déjà : « *Les choses ont encore une valeur de sentiment en plus de leur valeur vénale.* » (p. 258). Cela est partagé par plusieurs auteurs. En effet, Le Crom et Retière (2018) nous expliquent que le don acquiert une signification qui se forge au cours d'une interaction (p. 12). Bonzi (2023a) postule également que le don, dans l'aide alimentaire, est porteur d'une valeur jointe aux aliments, qui est plus importante que ceux-ci (p. 73). L'anthropologue explique que les « bénéficiaires » repartent avec plus que de la nourriture, mais cela n'est pas forcément réjouissant. Pour cause, le sociologue Alain Caillé (2000) écrit que « *ce qu'on donne, ce ne sont pas seulement des biens mais aussi des maux, des mots, des paroles, des injures, des blessures [...]. Pas seulement l'amour ou l'amitié, mais aussi de la haine et du ressentiment.* » (p. 263). Le don étant consubstantiel du sens qui lui est attribué, l'enjeu qui se trouve dans les violences alimentaires est de saisir comment la nourriture est donnée et ce que les « bénéficiaires » en retirent comme effets.

En distinguant les deux formes de valeurs, Godbout (2009) estime que plus le lien est fort, plus la réciprocité en termes d'équivalence de la chose rendue est lointaine, et inversement (p. 151). En suivant cette logique, il postule que « *ce qui circule entre étrangers prendra la forme de l'équivalence marchande alors que l'intime correspond à l'univers du don* » (Godbout, 2009,

p. 151). En effet, la « valeur de lien » distinguerait le don de la vente. Ce faisant, un nouveau paradoxe entourant l'aide alimentaire est remarqué, mais celui-ci est étendu par le sociologue à tout le champ du « don humanitaire » : le « don aux inconnus » repose sur un lien très faible, voire inexistant, alors que l'écart de réciprocité est au maximum (Godbout, 2009, p. 151). Pourtant, c'est le principe même du don alimentaire : la valeur de ce qui est rendu par les « bénéficiaires » est inférieure à ce qu'ils reçoivent. Alors, dans ces relations, c'est la « valeur d'usage » qui domine. Mais cela ne veut pas dire que la « valeur de lien » est absente de l'échange (Godbout, 2009, p. 191). Au contraire, elle peut être présente et avoir un impact négatif ou positif. Nous revenons alors à notre questionnement central : que se passe-t-il lorsqu'il n'y a pas de place laissée à la relation, à la réciprocité, au contre-don ? Lorsque les échanges sont dépersonnalisés, que le don se fait à distance²⁰ ou qu'il n'engage pas de contre-don, la circulation de valeurs immatérielles est limitée. Cela peut être le cas pour la non-reconnaissance d'une identité, ce qui mènerait à des formes de déshumanisation (Bonzi, 2023a, pp. 79-84). À cela, nous posons comme hypothèse que, dans une association « traditionnelle », ce qui circule de manière immatérielle mène à une « réduction identitaire » et ainsi, à une dépersonnalisation. Cela serait moins le cas dans une association « alternative » qui, à la vue de ce qui fut annoncé dans la revue de la littérature, prône une importance de la « valeur de lien ».

Quelles conséquences pour l'impossibilité de rendre ?

Dans l'approche maussienne décrite ci-dessus, lorsque l'échange de dons est incomplet, il sera le lieu de dominations et de dépendances (Bonzi, 2023a, p. 98). En effet, Godbout (2009) estime que les effets les plus critiques du don se manifesteraient au moment de recevoir (p. 196), principalement lorsqu'il y a une impossibilité de rendre, ce qui se solde en une violence. Cela est renforcé par le type de don que nous analysons, le « don aux inconnus », qui serait le plus dangereux car il se situe entre le droit et le don (Godbout, 2009, p. 214). De fait, c'est surtout l'« unilatéralité » de ce « don aux inconnus » qui concrétise cette impossibilité de rendre. La problématique de l'unilatéralité peut néanmoins être nuancée. Un don unilatéral peut ne pas affecter la capacité de rendre du receveur lorsque son besoin de recevoir est conçu comme étant temporaire et circonstanciel (Godbout, 2009, p. 196). La personne n'est alors pas vue comme un acteur en incapacité permanente de donner, comme c'est le cas par exemple pour une personne recevant un don de sang : cela n'a rien d'humiliant (Godbout, 2009, p. 197). Il

²⁰ La question du don à distance a suscité beaucoup d'intérêt du fait de sa modernité et de sa place dans les sociétés occidentales actuelles. Il s'agit d'un don indirect qui transite par les organisations et qui, ce faisant, ne fait pas rencontrer le donateur et le donataire. Ne faisant pas l'objet de cette recherche, nous n'en parlerons pas, mais non par manque d'intérêt. Citons d'ailleurs Luc Boltanski (2007 [1993]) qui en a écrit un livre intitulé *La souffrance à distance*.

semblerait alors que le problème ne se situe pas dans l'unilatéralité même, mais bien dans le « *sens de ce qui circule, tel que perçu par le receveur* » (Godbout, 2009, p. 197). Si ce dernier estime que le don qu'il reçoit l'empêche de rendre alors que cela lui est souhaitable, cela constituerait ce que nous pourrions potentiellement qualifier de violence alimentaire psychologique, bien que non énumérée comme telle par Bonzi (2023a) dans sa typologie. Alors, si une personne reçoit quelque chose parce que c'est son droit, elle ne se sentira probablement pas lésée face à son incapacité de rendre. Retenons cette constatation qui résonnera de clarté dans notre analyse. En effet, selon Godbout (2009), il est nécessaire que l'individu puisse répliquer, et si cela n'est pas possible, c'est le système du droit, via notamment la Sécurité sociale, qui doit primer (p. 196). Cette idée est également envisagée par Ricœur (2004) qui estime que le don réalisé dans le cadre d'organisations caritatives ou de bienfaisance est corrompu : il vise à remplir une fonction étatique de redistribution (p. 353). À cela, Kandil (2024) ajoute que dans un État néolibéral, la charité privée est d'autant plus sollicitée pour remplir ses responsabilités publiques (p. 286), telle que l'aide alimentaire.

Mauss, dès 1925, avant l'existence de la Sécurité sociale telle que nous la connaissons actuellement (du moins, pour l'instant), expliquait déjà que la charité était offensante (Mauss, 2012 [1925], p. 214). Dans *l'Essai sur le don* (2012 [1925]), il proposa ainsi une critique politique de l'aumône, qui serait l'exemple même du don sans retour, *de facto* blessant pour les personnes ne pouvant rendre. Pour éviter une situation d'humiliation, il suggéra de comprendre cette forme de don charitable comme la rétribution d'une dette sociale : l'État rembourse sa dette auprès des « bénéficiaires » qui auraient contribué au développement de sa richesse (Mauss, 2012 [1925], p. 216). C'est ainsi que l'anthropologue propose de remplacer un modèle charitable par une politique sociale satisfaisante (Mauss, 2012 [1925]). Cela n'a pas échappé à la sociologue et anthropologue Florence Weber qui, en 2012, a préfacé *l'Essai*, et pour qui cet écrit est un « *chaînon essentiel dans l'invention d'une Sécurité sociale à la française* » (Weber, 2012, p. 4).

À ce stade, précisons que cette recherche s'inscrit dans la lignée de Mauss, Godbout et Bonzi, en postulant que le don le plus « moral » ou « altruiste » (Godbout, 2009, p. 364) est celui qui rend possible un contre-don, en reconnaissant cette capacité et l'identité du receveur. Ce postulat ne fait pas l'unanimité en sciences sociales. Certains auteurs, tels qu'Emmanuel Lévinas ou Jacques Derrida (cités par Godbout, 2009, p. 362), estiment que le seul « vrai don » est celui qui se veut sans retour, non-voulu par le donneur (Godbout, 2009, p. 363). Ce don sans retour est perçu par Godbout (2009) comme étant à la fois dangereux, narcissique et incomplet (p. 364). Alors, lequel retrouvons-nous dans les deux associations étudiées ? Maintenant,

imaginons que d'un don incomplet ou bien de la violence liée à l'impossibilité de rendre – plaçant l'individu dans un statut de « quémandeur » – se dégagent des *résistances*. Cette possibilité nous amènera à étudier, dans le troisième chapitre, les stratégies de résistance que les « bénéficiaires » mettent en place pour se situer dans le « jeu » (Crozier et Friedberg, 1977) (voir *infra*). De ce fait, la théorie du don constituera un fil conducteur de cette recherche, dans la mesure où nous posons comme hypothèse que l'impossibilité de rendre constitue une forme de violence alimentaire, et que de cette impossibilité découlent certaines formes de *résistance*.

4.2. Face à l'absence de contre-don : *résistances* ?

Les *résistances* de personnes assujetties par d'autres ont été amplement étudiées par plusieurs auteurs, dont l'une des figures phares est le philosophe Michel Foucault. Selon lui, « *il n'y a pas de relation de pouvoir sans résistance, sans retournement éventuel : toute relation de pouvoir implique au moins une stratégie de lutte* » (Foucault, 1994, p. 242). C'est ainsi que nous ouvrons nos questionnements : y a-t-il une relation de pouvoir asymétrique entre les bénévoles et les « bénéficiaires », comme il a été démontré dans la revue de la littérature ? Dès lors, comment se matérialisent les *résistances* des « bénéficiaires » ? Les bénévoles résistent-ils, eux-aussi, au système dans lequel ils sont pris ? La justice peut-elle être pensée et concrétisée dans l'instabilité de la précarité, comme le pense Bonzi (2023a, p. 419) ?

Immergeons-nous dans les concepts que nous mobiliserons en discutant des mots utilisés : « *stratégies* » et « *résistances* ». Ce dernier pourrait être remplacé par d'autres synonymes, tels que « *mécanismes* » ou « *réactions* » puisque « *toute pratique qui ne se conforme pas aux injonctions du pouvoir n'exprime pas nécessairement une résistance* » (Fassin et Memmi, 2004, p. 28). Néanmoins, l'anthropologue James C. Scott (1985) parle en termes de *résistance* lorsqu'il propose l'étude des « *formes quotidiennes de résistance* ». En effet, dans son ouvrage *Weapons of the Weak: Everyday Forms of Peasant Resistance* (1985), l'auteur étudie la nature des *résistances* de paysans en Asie du Sud-Est. Il s'interroge : les actes individuels qui n'ont pas d'impacts structurels sur la répartition des ressources, tels que le vol, la dissimulation, l'ignorance feinte, le boycott ou la diffamation, peuvent-ils être considérés comme tels (Scott, 1985, p. 289) ? Il finira par conclure qu'effectivement, ce sont des formes de *résistance* et définit ce concept comme suit : « *Toute action menée par un ou plusieurs membres d'une classe subordonnée dans le but d'atténuer ou de nier les revendications (par exemple, les loyers, les impôts, le prestige) formulées à l'encontre de cette classe par des classes supérieures (par exemple, les propriétaires fonciers, les grands agriculteurs, l'État) ou de faire valoir ses propres revendications (par exemple, le travail, la terre, la charité, le respect) vis-à-vis de ces classes supérieures.* » (p. 290). Cette définition permet alors de lier à la fois les actes de

résistance collectifs et individuels, ainsi que de mettre l'accent sur les intentions plutôt que sur les effets concrets de ceux-ci. Ainsi, une *résistance* ne devrait pas aboutir à un renversement de la domination établie pour en être. Selon Scott (1985), les intentions de *résistance* peuvent être obtenues directement des personnes, mais il estime que pour les « actes de parole » comme des ragots ou des moqueries, l'acte et l'intention ne feraient qu'un. Les personnes pourraient donc « dire » par leurs actions (Scott, 1985, p. 301).

Ainsi, selon l'auteur, il ne suffit pas de comprendre, dans les actes de *résistance*, uniquement des « actions qui impliquent au moins un sacrifice individuel ou collectif à court terme afin d'atteindre un objectif bénéfique à plus long terme » (Scott, 1985, p. 291). Par exemple, il fait référence aux vols qui sont liés à des gains individuels et qui seraient également des formes de *résistance*. De fait, il a remarqué sur son terrain que « l'objectif de la grande majorité de la *résistance paysanne* n'est pas directement de renverser ou de transformer un système de domination, mais plutôt de survivre – aujourd'hui, cette semaine, cette saison – au sein de ce système » (Scott, 1985, p. 301). La vision de Scott (2014) est ainsi la suivante : si l'on s'intéresse uniquement aux formes de *résistance* ouvertes et collectives, coordonnées et planifiées, on risque de passer à côté des actions quotidiennes des subalternes, pourtant tout aussi importantes (p. 87). Elles se concrétiseraient principalement par de l'auto-assistance individuelle et une désobéissance passive, sans confrontation directe avec ceux qui représentent l'autorité (Scott, 2014, p. 87). Mais ces actes individuels s'inscrivent aussi dans une perspective collective : les valeurs communes, la conscience de leur condition ainsi que les « conversations en coulisse » sont autant de pratiques qui induisent par la suite des actes de *résistance* (Scott, 2014, p. 95). C'est ce que Scott (2019 [1990]) conceptualise sous le terme d'« *infrapolitique* »²¹, qu'il définit comme « une grande variété de formes discrètes de *résistance* qui n'osent dire leur nom » (p. 61). Cette *résistance* dissimulée, cette lutte politique discrète, regroupe à la fois des « formes quotidiennes de *résistance* », et des formes occasionnelles d'insurrection (Mauger, 2021, p. 105). Pour ce faire, le groupe dominé créerait des espaces cachés, alternatifs, où la parole dissidente et les émotions des subalternes sont possibles. Ainsi, une lutte dissimulée et discrète aurait comme objectif « d'améliorer sa condition matérielle » (Scott, 2019 [1990], p. 25) et serait principalement prégnante lorsque la situation de pouvoir rendrait impossible les attaques directes des subalternes (Scott, 2019 [1990], p. 208). Mais cette « *insubordination silencieuse* » (Scott, 2019 [1990], p. 170) constitue-t-elle uniquement une lutte matérielle ou serait-elle aussi symbolique, identitaire ?

²¹ Le préfixe « infra » est à comprendre au sens d'invisible, et non comme inférieur (Scott, 2019 [1990], p. 317).

La vision de Scott peut être mise en parallèle avec celle des sociologues Michel Crozier et Erhard Friedberg (1977) qu'ils présentent dans leur ouvrage – fondateur de l'analyse stratégique – *L'acteur et le système : Les contraintes de l'action collective*. En effet, selon les trois auteurs, pour que les acteurs améliorent leurs conditions, ceux-ci doivent être rationnels et stratégiques. De fait, Scott (2019 [1990]) estime que les subalternes peuvent réaliser des calculs coûts/bénéfices pour faire leurs choix et défendre leurs intérêts. À cet égard, Lazzeri (2021) estime que Scott (2019 [1990]) se rapproche de la théorie du « choix rationnel », à l'instar de Crozier et Friedberg (1977) (p. 393). Les deux sociologues expliquent leur théorie en partant du postulat que chaque situation comporte une part d'« *incertitude* » (Crozier et Friedberg, 1977, p. 23). Celle-ci découle du fait qu'il n'y a pas de « *systèmes sociaux entièrement réglés ou contrôlés* » (Crozier et Friedberg, 1977, p. 29), et donc que les acteurs disposent d'une « *marge de liberté* » à utiliser de façon stratégique pour outrepasser les contraintes du système dans lequel ils se trouvent (Crozier et Friedberg, 1977, p. 30). Ainsi, nous arrivons à l'explication de notre second vocable : la *stratégie*. Pour Crozier et Friedberg (1977), bien que les comportements d'un acteur ne soient pas toujours réfléchis, son comportement est actif et aura toujours du sens. Les actions d'un individu ne seront pas forcément rationnelles selon des objectifs clairs, mais bien selon des opportunités, et des relations spécifiques qui s'inscrivent dans un contexte (Crozier et Friedberg, 1977, pp. 55-57).

Ce contexte est important à définir car il détermine la relation de pouvoir. Selon les sociologues, le pouvoir se précise comme une relation d'échange, donc réciproque, mais pas équilibrée : « *Les termes de l'échange sont plus favorables à l'une des parties en présence.* » (Crozier et Friedberg, 1977, p. 69). Comme nous l'avons présenté, les auteurs ne pensent pas ce déséquilibre comme une fatalité. Ils expliquent : si le pouvoir est qu'une personne A obtienne quelque chose d'une personne B, la personne B a deux façons d'exercer sa « *marge de liberté* » pour ne pas être soumise à A. Elle peut rendre imprévisible son comportement, ou au contraire le rendre parfaitement prévisible, ce qui se concrétise par la menace (Crozier et Friedberg, 1977, p. 70). L'objectif alors pour chaque acteur dans une relation est d'étendre sa « *marge de liberté* » pour rendre imprévisible son comportement et ainsi restreindre la « *marge de liberté* » de son partenaire. Ce faisant, dans une interaction, les acteurs sont inégaux face aux « *incertitudes* » : plus la « *marge de liberté* » de l'acteur A est grande, plus il saura prédire le comportement de B qui est restreint dans ses choix d'action. Alors, A sera celui qui pourra contrôler B et sera en mesure de dominer (Crozier et Friedberg, 1977, p. 24). La façon dont les parties prenantes structurent leurs relations de pouvoir est comprise par les auteurs sous forme de « *jeu* ». Le « *jeu* » lie la liberté et la contrainte : « *Le joueur reste libre mais s'il veut gagner, il doit adopter une stratégie rationnelle en fonction de la nature du jeu et respecter les règles de celui-ci : il*

doit donc accepter les contraintes. » (Crozier et Friedberg, 1977, p. 113). En conséquence, nous constatons que les auteurs ont une vision relationnelle du pouvoir (Martin, 2012, p. 98).

Ce qui nous intéresse précisément dans l'analyse de Crozier et Friedberg (1977), c'est l'idée qu'en fonction de la « marge de liberté » des individus, ceux-ci « *choisiront leurs conduites en tenant compte des caractéristiques du jeu telles qu'eux les perçoivent avec leurs capacités affectives, cognitives et culturelles* » (p. 119). Ainsi, l'analyse stratégique s'oppose à une conception déterministe et une liberté est reconnue aux acteurs. Ceux-ci mobilisent des moyens (entendons ici, des *stratégies*) pour arriver à leur fin en tenant compte des autres acteurs et en s'adaptant à leurs réactions (Godbout, 2008, p. 70). Ainsi, demandons-nous : Quelle(s) *stratégie(s)* mettent en place les « bénéficiaires » ? Quelle est l'étendue de leur « marge de liberté », et quelles sont les ressources dont ils disposent pour élargir celle-ci ? Précisons notre propos : lorsque nous parlons de *stratégie*, il ne s'agit pas d'un plan parfaitement défini ou consciemment élaboré. Nous pensons également que les *stratégies* peuvent être inconscientes, ou aller à l'encontre d'un choix rationnel permettant un gain au « bénéficiaire ». Cela nous différenciera quelque peu de ce que proposent Crozier et Friedberg et sera expliqué dans le troisième chapitre. De fait, Godbout (2008) estime que les auteurs s'inscrivent dans une « sociologie des intérêts » puisqu'ils ne prennent pas en compte les valeurs des acteurs pour saisir le sens de leurs actions (p. 80). Ainsi, nous pourrions passer à côté des « *bonnes raisons de la résistance* » en pensant que les acteurs n'agissent que pour leurs propres intérêts (Godbout, 2008, p. 81). À cet effet, nous formulons l'hypothèse que les « bénéficiaires » n'agissent pas toujours en fonction de leurs seuls intérêts, et que leurs actions peuvent aussi être motivées par des sentiments ou une dynamique de reconnaissance (Sainsaulieu, 1977), pouvant conduire à des formes de solidarité.

5. Présentation des acteurs : deux associations, deux formes d'aide

Tel que précédemment explicité, cette recherche s'appuie sur deux associations bruxelloises d'aide alimentaire. L'une relève de l'aide alimentaire « traditionnelle » et consiste en un centre de distribution de colis alimentaires, que l'on nommera aussi *structure A*. L'autre association s'inscrit dans une forme d'aide alimentaire « alternative » et prend la forme d'un restaurant participatif. Nous la nommerons également *structure B*. C'est ainsi qu'avant d'expliquer la méthodologie utilisée pour ce travail, nous présenterons les deux associations. Par souci d'anonymisation, il conviendra de ne pas préciser le nom ou l'adresse des deux associations. Retenons uniquement que ces dernières se situent toutes deux en Région bruxelloise.

D'emblée, précisons qu'à partir de maintenant, les « bénéficiaires » du restaurant participatif seront nommés « participants » ; et les « bénéficiaires » du centre de distribution, « bénéficiaires »²². En effet, c'est ainsi qu'ils sont dénommés dans leurs associations respectives et il semble alors préférable de s'y accommoder. Ce choix s'inscrit dans la réflexion sur l'importance du vocabulaire et des enjeux d'identité, que nous avons évoqués précédemment et que nous développerons plus en détail dans le deuxième chapitre de l'analyse.

5.1. Le centre de distribution de colis alimentaires

La *structure A* ouvre ses portes aux « bénéficiaires » de colis alimentaires le mercredi et le jeudi, de 10h00 à 13h00. Les premières personnes arrivent dès 8h00 sur le lieu de la distribution dans l'espoir d'être servies en premier. Tout comme les suivantes, elles attendent dans la rue. La première personne place son chariot, qu'elle remplira de nourriture plusieurs heures après, à gauche de la porte du centre de distribution, alors fermée. Les individus attendent debout sur le trottoir, quel que soit leur état de santé ou les conditions météorologiques. Les « bénéficiaires » doivent choisir un des deux jours auquel ils se rendront à la distribution, une semaine sur deux. Ceux-ci doivent s'être procuré préalablement une carte auprès de l'assistante sociale – que l'on prénommera Cécile²³ – dont le bureau se trouve sur le lieu de la distribution. Celle-ci demande plusieurs papiers personnels tels que les charges locatives et le revenu²⁴, afin de déterminer si le futur « bénéficiaire » a droit à un colis. Elle donne alors une carte avec le nom et le prénom du « bénéficiaire » et un numéro permettant d'identifier celui-ci, ainsi que les six dates auxquelles l'individu pourra venir chercher des denrées. Les six dates passées, l'individu devra retourner auprès de l'assistante sociale, renouveler le processus prouvant sa

²² Nous laisserons entre guillemets les appellations qui relèvent des associations, à savoir « participants », « animatrices » (voir *infra*), « participants bénévoles » (voir *infra*) et « bénéficiaires », mais pas bénévole qui est un mot plus générique.

²³ Tous les prénoms sont modifiés afin de garantir un anonymat.

²⁴ Cela sera développé dans le deuxième chapitre.

précarité, et récupérer six nouvelles dates qui lui donneront un accès aux colis pour trois mois. Les permanences au bureau de l'assistante sociale auxquelles les « bénéficiaires » doivent se rendre pour renouveler leur accès sont les lundis, mardis et vendredis, de 10h00 à 12h00, sans rendez-vous.

Cécile est à moitié rémunérée par le centre de distribution, l'autre moitié de son salaire étant prise en charge par Actiris. Le reste des personnes faisant fonctionner la *structure A* sont des bénévoles. Ils sont au nombre de seize. Onze d'entre eux viennent le mercredi et le jeudi, et les cinq autres uniquement un des deux jours. Concernant leur situation professionnelle, cinq d'entre eux sont retraités, trois sont en situation d'invalidité, sept sont au chômage, et une travaille en tant que technicienne de surface. Parmi ces seize bénévoles, quatre sont des hommes, dont Victor, le Président du centre de distribution. Les autres bénévoles l'appellent « le chef ». Son rôle en tant que Président est notamment de commander les produits du FEAD, de faire l'horaire des bénévoles, d'en recruter quand cela est nécessaire, et de participer aux réunions du Conseil de la *structure A*. Ce Conseil – dont les financements sont issus de dons et de legs – emploie également, avec l'aide d'Actiris, une secrétaire et trois chauffeurs. Quant aux approvisionnements en nourriture, ils sont issus à parts égales du FEAD et de la banque alimentaire.

En moyenne, 122 colis sont distribués par jour d'ouverture, ce qui équivaut à nourrir 431 personnes pendant, à priori, deux semaines. En 2024, ce sont au total 10.982 colis qui ont été distribués. Selon les informations collectées par Cécile, la même année, 2.913 personnes (et pas familles) ont bénéficié de l'aide alimentaire distribuée par la *structure A*, dont 1.164 enfants de quinze ans ou moins. Cela fait de la *structure A* une des plus importantes de la Région bruxelloise. Notons enfin que les « bénéficiaires » payent deux euros par colis s'ils sont seuls, et trois euros à partir de deux personnes dans la famille.

5.2. Le restaurant participatif

La *structure B* est un restaurant participatif ouvert du mardi au vendredi ainsi que le dimanche : les cuistots sont attendus entre 9h00 et 9h30 afin de partager un petit déjeuner ensemble et puis cuisiner pour le dîner, servi à 12h30. Le jeudi soir, le restaurant est également ouvert et les cuistots sont attendus à 17h30 pour souper à 19h30. Les membres de la *structure B* prône l'inclusion économique et sociale, le lien relationnel ainsi qu'une alimentation durable. En effet, lors des repas, les « participants » se servent eux-mêmes en fonction de l'offre cuisinée, ainsi que mangent, lavent et rangent ensemble. De plus, les repas sont végétariens, les légumes et les produits secs sont achetés auprès des maraîchers d'une ferme et d'une coopérative locale, tandis

que trois bénévoles vont chercher les mardis soir des invendus dans un magasin bio bruxellois. La proportion de nourriture achetée est de l'ordre de 90%, le reste étant des invendus (environ 200 kg par mois).

L'association ne peut s'autofinancer qu'à hauteur de 50%, en s'inscrivant notamment dans le fonctionnement d'un prix libre. Ce fonctionnement permet à l'association de payer une partie de ses coûts de fonctionnement. En 2024, le chiffre d'affaires des repas a permis de couvrir 32,8% des dépenses de l'année²⁵. Le fonctionnement est le suivant : un prix de revient, c'est-à-dire le prix que l'association devrait recevoir pour être en autonomie financière, est affiché à quinze euros. À côté de ce prix est expliqué que le prix est libre et que les « participants » peuvent payer ce qu'ils souhaitent, en fonction de leur situation économique. En cela, l'association se distingue du fonctionnement traditionnel des restaurants sociaux dans lequel la pratique des tarifs différenciés, moyennant des conditions d'accès, est populaire.

Pour l'autre moitié de ses financements, l'association a reçu, en 2024, des subsides de la COCOF – qu'elle n'aura plus en 2025 à la suite de décisions gouvernementales –, de la Fondation 4WINGS et de la Coopérative Cera²⁶. Les membres de l'association encouragent aussi les dons privés qui sont déductibles à 45%, via la Fondation Roi Baudouin²⁷. Avec une partie de ces fonds, trois personnes sont rémunérées. Elles s'auto-nomment : « animatrices »²⁸ et – bien que l'appellation pourrait laisser penser le contraire – insistent sur le fait qu'elles ne sont pas là pour donner des cours de cuisine. L'idée est que les recettes émergent des cuistots. Les « animatrices » ont respectivement des formations en journalisme, en anthropologie et en gestion hôtelière. Parallèlement à celles-ci, un collectif fut créé avec une dizaine de citoyens engagés dans le projet. Ils sont ainsi considérés comme des bénévoles et la plupart ne sont présents qu'à la réunion mensuelle du collectif. La majorité d'entre eux travaille et une personne est retraitée. En 2023, 4.100 repas ont été servis, avec une moyenne de vingt « participants » par repas en 2024, vingt-quatre en comptant ceux qui ne venaient qu'au petit déjeuner gratuit²⁹. Selon les estimations de l'association, 70% des « participants » vivent seuls ; 68% sont des femmes ; 36% payent moins de cinq euros par repas ; et environ 27% vivaient sous le seuil de pauvreté.

Insistons sur le fait que la *structure A*, se rattachant à l'aide alimentaire « traditionnelle », perçoit une large partie de la nourriture distribuée via le FEAD. Quant à la *structure B*, celle-ci

²⁵ Données produites par l'association.

²⁶ Lien internet de la Coopérative Cera : <https://www.cera.coop/fr/particuliers>

²⁷ Lien internet de la Fondation Roi Baudouin : <https://kbs-frb.be/fr>

²⁸ Nous parlerons d'« animatrices », de « praticiennes », de « travailleuses » ou d'« employées » au féminin car sur nos deux terrains, les personnes rémunérées ne sont que des femmes.

²⁹ Données produites par l'association.

n'a pas accès à ces produits dès lors que pour y avoir droit, il faut recenser les publics cibles et prouver qu'ils sont en-dessous du seuil de pauvreté. D'après les « animatrices », cela ne correspond ni aux valeurs du restaurant participatif, ni à son fonctionnement basé sur l'inconditionnalité. Celui-ci dépend alors de financements non structurels se matérialisant par des dons privés, des financements de fondations ou des financements publics (tels que provenant de la COCOF avant les élections du 9 juin 2024).

6. Faire terrain dans l'aide alimentaire : une approche qualitative

6.1. Accès et choix du terrain

La présentation des associations et de ses acteurs étant faite, il s'agit désormais d'explicitier les différentes étapes de cette recherche, en commençant par l'accès au terrain. En septembre 2024, j'ai commencé un stage dans le cadre de mon master en sociologie à la Fédération des Services Sociaux (FdSS, s. d.), dont le rôle est de « *fédérer et représenter des services sociaux associatifs et mutuellistes en Wallonie et à Bruxelles* » (s. p.). Souhaitant travailler sur la question de la précarité alimentaire, cette Fédération fut un lieu idéal dès lors qu'elle comprend en son sein un organisme de Concertation de l'Aide Alimentaire (CAA) qui rassemble des organisations de l'aide alimentaire, à savoir des associations professionnelles ou bénévoles et des CPAS. Dans le cadre de ce stage, j'ai effectué une recherche sur deux structures d'aide alimentaire « alternative », dont l'une était la *structure B*. Cette recherche m'a donné envie de continuer dans cette lignée en analysant, parallèlement au restaurant participatif, une association d'aide alimentaire « traditionnelle ». Dès lors, mon stage à la FdSS m'a permis d'accéder à mon premier terrain d'enquête, le restaurant participatif, mais également à mon second, puisque j'ai pu me présenter à la *structure A* en tant qu'ancienne stagiaire de la FdSS, ce qui était alors valorisé et reconnu. Globalement, les membres des deux associations étaient réceptifs à ma requête de terrain et ouverts à ce qu'un travail soit réalisé *in fine*. J'ai réalisé une vingtaine de journées de terrain à la *structure B*, réparties entre septembre et novembre 2024, ainsi qu'une dizaine à la *structure A*, entre avril et juin 2025.

Le choix de ces structures fut ainsi construit : la *structure A* est une des associations d'aide alimentaire la plus importante en Belgique (en termes de nombre de « bénéficiaires » et de colis distribués), et la forme de distribution dans laquelle elle s'inscrit majoritairement – les colis alimentaires – est également la plus courante. Cette association semblait dès lors idéale pour représenter l'aide alimentaire « traditionnelle ». Concernant la *structure B*, l'association a réussi à s'implanter et à prospérer dans le champ de l'aide alimentaire « alternative », tout en permettant à un nombre significatif de personnes d'avoir accès à une alimentation durable. De plus, le restaurant correspond aux critères définis dans la revue de la littérature pour cette forme d'aide alimentaire. L'association est également reconnue comme étant un acteur important dans le secteur de l'aide alimentaire : plusieurs restaurants participatifs se basent sur la *structure B* en tant que modèle pour émerger à leur tour.

Cette recherche s'inscrit alors dans une analyse comparative entre une forme d'aide alimentaire dite « traditionnelle » et une forme qualifiée d'« alternative ». Selon la sociologue Cécile Van

de Velde (2010), comparer des configurations sociales « *signifie tout autant mesurer l'ampleur des contrastes qui les clivent, que d'identifier leurs points de convergence : cette tension entre singularités et transversalités éclaire les multiples déclinaisons sociales du phénomène observé, et enrichit sa mise en intelligibilité sociologique* » (p. 7). Nous chercherons ainsi à comprendre comment les violences alimentaires se matérialisent au sein des deux formes d'aide alimentaire étudiées, ainsi qu'à identifier les effets qu'elles produisent sur les acteurs concernés. L'objectif sera d'explicitier à la fois les spécificités propres à chaque cas et les régularités sociales qui s'en dégagent (de Verdalle *et al.*, 2012, p. 10).

Toutefois, la différence entre les deux terrains d'enquête – tant en ce qui concerne leur public que leur mode de fonctionnement – constitue un premier biais de cette recherche. En effet, les méthodologies ont dû être adaptées, bien que des entretiens semi-directifs et une observation participante aient été réalisés dans chacune des associations, comme nous l'aborderons ci-dessous. Selon de Verdalle *et al.* (2012), la différence des dispositifs d'enquête n'est pas un frein à une analyse comparative tant que nous « *construisons du comparable* » (p. 16). Cette construction sera ainsi proposée dans l'analyse.

6.2. Méthodes et démarches de recherche

Les entretiens

Pour mener cette recherche, j'ai adopté, à partir d'une approche inductive, une méthodologie qualitative fondée sur l'utilisation de différentes techniques. Celles-ci incluent notamment des *entretiens semi-directifs individuels*, menés auprès de « participants » et de « bénéficiaires », mais également de bénévoles et de praticiennes. Cette méthodologie prend comme unité d'analyse la « *parole* » des individus » (Escande-Gauquié, 2023, p. 71). Au total, quatorze entretiens ont été réalisés à la *structure B* : huit avec des « participants », quatre avec des bénévoles et deux avec des « animatrices » (praticiennes) de l'association. En ce qui concerne la *structure A*, seize entretiens ont été menés : huit avec des « bénéficiaires », six avec des bénévoles, un avec l'assistante sociale de l'association, et un avec une professionnelle chargée du soutien et de la formation des bénévoles. En plus des entretiens effectués dans le cadre des deux associations, un entretien avec l'Administrateur délégué de la banque alimentaire de Bruxelles-Brabant fut également réalisé. Pour garantir la protection des données des enquêtés, tous les noms seront modifiés. Les différents enquêtés sont présentés à travers un tableau récapitulatif ci-dessous (Tableau 2).

Pour le comprendre, notons que la notion de « bénévole » est ambiguë à la *structure B*. Il y a un collectif dans lequel dix personnes s'investissent en organisant des événements pour récolter

des fonds, en cherchant des invendus, ou en se répartissant en groupes de travail. Toutes ces activités sont bénévoles et ces personnes sont alors appelées des « participants bénévoles » puisque les « animatrices » tiennent à préciser que toute personne venant manger au restaurant est un « participant », même les bénévoles. Parmi les « participants bénévoles » interrogés, deux sont dans le collectif, et deux n'y sont pas mais sont tout de même présentés par les « animatrices » comme « participants bénévoles ». Ils se vivent également comme tels. Mais il y a une ambiguïté : d'autres « participants » se pensent comme « participants bénévoles », mais cela n'est pas partagé par les autres « participants bénévoles » ou par les « animatrices ». Je les ai donc comptabilisés comme « participants » uniquement, mais cela pourrait induire que la hiérarchie entre les acteurs n'est pas très explicite, contrairement à la *structure A* où celle-ci est claire et définie. Ces différentes dénominations sont reprises dans le tableau 1 suivant :

Tableau 1 : Récapitulatif des caractéristiques des deux structures et des dénominations des acteurs concernés.

	<i>Centre de distribution de colis (structure A)</i>	<i>Restaurant participatif (structure B)</i>
Travailleurs et travailleuses de terrain	Une assistante sociale, une secrétaire, et trois chauffeurs.	Trois praticiennes salariées. Elles se nomment « animatrices ». Elles ne sont pas présentes ensemble, mais se relayent : le restaurant fonctionne avec une seule « animatrice » par jour d'ouverture.
Bénévoles	Seize bénévoles se relaient dans cette association. Ils ne sont pas présents simultanément à une distribution : ils sont plutôt au nombre de dix pour que celle-ci se déroule bien. Un des bénévoles, Victor, est Président de la <i>structure A</i> .	Les dix membres du collectif sont des « participants bénévoles ». En plus de ceux-ci, deux « participants » sont considérés comme « participants bénévoles » mais ne s'investissent pas dans le collectif. Nous constatons que les bénévoles sont considérés comme des « participants ».
« Bénéficiaires »	Les « bénéficiaires » sont nommés comme tels par tous les acteurs du centre de distribution, dont les « bénéficiaires » eux-mêmes.	Les « bénéficiaires » sont appelés « participants », cette première appellation étant prohibée par les « animatrices ».

Tableau 2 : Liste exhaustive des enquêtés³⁰.

Structure A (Annexe 1)	Nom d'emprunt	Âge	Situation familiale	Situation professionnelle
« Bénéficiaires »	Talia	Environ 40 ans	Quatre enfants, vit seule avec eux	Sans emploi
	Zoé	Environ 50 ans	Quatre enfants, vit avec eux et son conjoint	Sans emploi
	Walida	Environ 40 ans	Deux enfants, vit seule avec eux	Sans emploi
	Olga	Environ 40 ans	Deux enfants, vit avec eux et son conjoint	Sans emploi
	Ximena et Paula	Environ 40 ans	Toutes les deux mères qui vivent seules avec leurs enfants	Toutes les deux sans emploi
	Raquel	Environ 70 ans	Deux enfants, vit avec son conjoint	Retraitée
	Yan	Environ 75 ans	Vit seul	Retraité
	Uma, Fatou, Gloria et Dana	Entre 30 et 50 ans	Gloria a 5 enfants et vit avec eux et son conjoint ; Fatou a deux enfants et vit seule avec eux ; Uma a un enfant et vit seule avec lui ; pas d'informations sur Dana	Uma, Fatou et Gloria sont sans emploi ; pas d'information sur Dana
Bénévoles	Maria	45 ans	Un enfant, vit seule avec lui	Sans emploi
	Luc	55 ans	Trois enfants, vit seul avec eux une semaine sur deux	Sans emploi (allocations d'invalidité)
	Adriana	49 ans	Quatre enfants, vit avec eux et son conjoint	Technicienne de surface

³⁰ Deux entretiens ont été réalisés en groupe (Ximena et Paula ; Uma, Fatou, Gloria et Dana) car ce sont des connaissances qui étaient rassemblées lorsque je les ai abordées. Notons également que lors de l'entretien du « bénéficiaire » Yan, une de ses compères « bénéficiaire » s'est ajoutée à la discussion, vers la fin de l'entretien. Celle-ci sera dénommée Lou, a environ 30 ans et a un emploi. C'est également le cas de Madou qui s'est ajoutée à la fin de la discussion entre Uma, Fatou, Gloria et Dana. Madou est retraitée et a environ 70 ans. De plus, dans la suite de cette rédaction, nous reprendrons un extrait d'un bénévole dénommé « Paul », issu de notre journal de terrain, mais pas d'un de nos entretiens. C'est pourquoi ce dernier ne se trouve pas dans cette liste reprenant uniquement les personnes interviewées.

	Nadine	Environ 70 ans	Sans enfant, vit seule	Secrétaire retraitée
	Victor	Environ 35 ans	Deux enfants, vit avec eux et sa conjointe	Sans emploi (allocations d'invalidité)
	Sylvie	Environ 75 ans	Un enfant, vit avec son conjoint	Institutrice retraitée
Employées	Cécile	64 ans	Deux enfants, vit avec un des deux	Assistante sociale
	Isabelle	Environ 45 ans	Pas d'informations sur Isabelle	Formatrice de bénévoles

Structure B (Annexe 2)	Nom d'emprunt	Âge	Situation familiale	Situation professionnelle
« Participants »	Anabelle	46 ans	Sans enfant, vit seule	Sans emploi
	Béatrice	54 ans	Sans enfant, vit chez sa maman	Sans emploi
	Cédric	62 ans	Un enfant, vit en colocation	Danseur retraité
	David	68 ans	Trois enfants, vit seul	Livreur indépendant retraité
	Elise	41 ans	Sans enfant, vit dans un centre psychiatrique	Sans emploi
	Gabrielle	44 ans	Sans enfant, vit dans un centre pour personnes porteuses de handicap	Sans emploi
	Ana	73 ans	Un enfant, vit avec lui	Secrétaire retraitée
	Imane	56 ans	Sans enfant, vit seule	Sans emploi, ancienne aide-soignante
« Participants bénévoles »	Kévin	65 ans	Sans enfant, vit seul	Professeur de chimie retraité
	Louise	50 ans	Sans enfant, vit seule	Chimiste
	Mélissa	51 ans	Deux enfants, vit avec eux et son conjoint	Infirmière de nuit
	Farid	37 ans	Sans enfant, vit seul	Informaticien

« Animatrices »	Julie	43 ans	Deux enfants, vit avec eux et son conjoint	Formation de journaliste
	Nina	35 ans	Sans enfant, vit seule	Formation en gestion hôtelière

<i>Administrateur délégué de la banque alimentaire de Bruxelles-Brabant (Annexe 3)</i>	Nom d'emprunt	Âge	Situation familiale	Situation professionnelle
	Philippe	Environ 70 ans	Vit avec sa conjointe	Ambassadeur retraité

Pour choisir les enquêtés du restaurant participatif, je me suis appuyée dans un premier temps sur les conseils des « animatrices », certaines personnes étant plus « accessibles » que d'autres. Elles m'ont alors orientée vers des habitués. Ensuite, je me suis entretenue avec les personnes que j'avais rencontrées à plusieurs reprises. Ainsi, les entretiens étaient plus personnels, plus intimes, puisque les enquêtés me connaissaient et inversement. Nous réalisons les entretiens sur une table du restaurant, à la fin du repas, alors qu'il ne restait plus grand monde et que personne ne pouvait nous entendre. Les entretiens duraient entre une et deux heures. Les personnes interrogées forment, ensemble, un panel globalement représentatif du public de la *structure B*. En effet, sur douze entretiens (« participants » et « participants bénévoles » compris), huit étaient avec des femmes, sept avec des personnes isolées et cinq d'entre eux payent moins de cinq euros par repas³¹.

En ce qui concerne les enquêtés de la *structure A*, la situation était bien plus complexe. Effectivement, le contexte particulièrement favorable à des entretiens prolongés et sereins effectués à la *structure B*, ne fut pas reproduit au centre de distribution. Je me suis longuement demandé comment j'allais procéder : allais-je prendre le contact de certaines personnes et prévoir un entretien dans un autre endroit que celui de la distribution ? Cela me semblait chronophage et inadéquat quant à la situation de vie des enquêtés. Était-il alors préférable de mettre une table devant la porte de la *structure A* et de demander à certaines personnes de venir

³¹ Ceci est une déduction, il n'a pas été demandé le prix que les personnes payaient dans les entretiens, mais certaines nous le disaient, d'autres non, mais bien Kévin, un « participant bénévole » qui fait régulièrement la caisse.

m'y rejoindre pendant ou après la réception de leur colis ? Cela aurait sûrement trop attiré l'attention sur les « bénéficiaires » et certains n'auraient pas accepté de ce fait. Par ailleurs, peut-être aussi que les bénévoles n'auraient pas été d'accord puisque cela modifiait l'organisation de la distribution. Alors, je me suis rendue aux permanences de l'assistante sociale en pensant que le plus petit nombre de personnes serait un avantage. Il n'en fut rien : l'endroit étant très étroit et résonnant, chaque personne attendant son tour nous entendait, mon interlocuteur et moi. C'est alors que la solution me vint : je me suis rendue sur le lieu de la distribution deux heures avant l'ouverture, vers 8h00, pour m'entretenir avec les quelques personnes déjà présentes. Ainsi, peu d'individus nous voyaient et personne ne nous entendait, étant donné que les « bénéficiaires » s'espacent en créant la file. Je menais donc des entretiens nettement plus courts – entre vingt et quarante minutes – afin de m'adapter à des conditions particulières : des entretiens réalisés debout, parfois dans le froid, avec une tension grandissante à partir de 9h00 car les « bénéficiaires » s'assuraient de ne pas être dépassés dans la file. Pour que les individus acceptent d'échanger avec moi, je me présentais, munie de mon carnet de terrain (voir *infra*), en expliquant que j'effectuais un travail pour mes cours. En effet, j'ai remarqué que les personnes étaient sensibles à l'argument de la scolarité. Je n'ai essuyé aucun refus, à l'exception d'une personne ne parlant ni le français, ni l'anglais.

Une fois que mes entretiens étaient réalisés, je les retranscrivais afin de favoriser l'analyse de ceux-ci. Ainsi, les trente et un entretiens retranscrits se trouvent dans le document joint à ce mémoire comprenant les annexes (Annexes 1, 2 et 3). Ensuite, je les ai répartis en différentes catégories coconstruites avec la littérature et les éléments empiriques qui ressortaient du terrain. Je disposais ainsi dans un tableau les informations en mobilisant la question posée, la réponse reçue résumée (oui, non, ça dépend...), ainsi que des extraits d'entretiens lorsque cela était utile pour la suite.

L'observation participante

En plus des entretiens, je me suis inscrite dans une méthode d'*observation participante* en prenant part aux activités des associations. Cette pratique permet de saisir les différentes facettes de la réalité d'un groupe enquêté (Tétreault, 2014, p. 317). Elle est définie par Pauline Escande-Gauquié (2023) comme consistant à « *étudier une société, un groupe humain, en partageant son mode de vie, en se faisant accepter par ses membres et en participant aux activités des groupes et à leurs enjeux* » (p. 72). Sylvie Tétreault (2014) la décrit à son tour comme une « *observation directe* » permettant de relater les agissements et interactions des individus dans leur environnement (p. 317). Celle-ci distingue l'observation participante « ouverte » ou « fermée ». Elle serait fermée lorsque le chercheur est incognito dans un groupe,

et ouverte lorsque la communauté observée est informée de la présence du chercheur. Souvent, l'observation participante ouverte – dans laquelle s'ancre cette recherche – s'accompagne d'entretiens et de discussions informelles (Tétreault, 2014, p. 319), ce qui fut réalisé.

En outre, comme le soulignent Escande-Gauquié (2023) et Tétreault (2014), sous l'effet de l'observation participante, je me suis davantage engagée sur mon terrain du fait de la proximité que j'avais avec les enquêtés. En effet, je me suis vraiment immergée dans les associations : à la *structure B*, j'arrivais à 9h00, je petit-déjeunais avec les « participants » et l'« animatrice » du jour, je cuisinais avec le groupe, mangeais avec – et partager un repas, cela rapproche –, nettoiyais ensuite et repartais vers 15h00. À la *structure A*, j'arrivais vers 8h00, discutais avec des « bénéficiaires » faisant la queue, rentrais à l'ouverture dans le centre de distribution et aidais les bénévoles à distribuer la nourriture. Je repartais vers 15h00 également.

Il convient de noter que, de ce terrain, peut découler un deuxième biais important : la sincérité des discours. En effet, Bonzi (2023a) nous explique qu'étant donné que la nourriture touche les personnes dans « *la profondeur de l'être, là où ils se constituent* » (p. 252), il n'est pas fréquent que les publics de l'aide alimentaire critiquent ce qu'ils mangent, dès lors que cela reviendrait à critiquer ce qu'ils sont. De plus, j'appréhendais que des « bénéficiaires » ou des « participants » n'osent pas critiquer (négativement ou positivement) les associations et leur organisation, par peur de représailles. C'est pourquoi je me suis ancrée dans une démarche proche de celle de la sociologue Patricia Bouhnik (2011). Celle-ci a pris le parti de ne pas se cacher de qui elle était et de ses positionnements personnels sur son terrain. Elle n'imposait pas son avis mais le présentait afin que ses « *interlocuteurs sachent qu'[elle ne se] cachait pas derrière une neutralité de façade relevant de la prise de distance ou de la protection* » (Bouhnik, 2011, p. 194). Elle pense même que le fait de s'être « située » l'a aidée à ce que ses enquêtés se livrent, ce qui lui a permis d'apprendre des choses intimes et de les situer économiquement. Bonzi (2019) explique également que le fait d'être devenue bénévole sur son terrain aux *Restos du Cœur* lui a permis « *d'avoir eu un accès à des discours peu connus* » (p. 70) dès lors que cette approche a engagé une confiance mutuelle. C'est la posture que j'ai adoptée sur mon terrain, et il semblerait que cela m'ait beaucoup aidée : j'ai acquis la confiance des différents acteurs des deux associations grâce aux moments partagés lors de mon observation participante, ce qui a eu un impact très positif sur la majorité de mes entretiens lors desquels j'ai pu avoir accès à des discours sincères et personnels. Cette proximité fut moins présente avec les « bénéficiaires » de la *structure A* étant donné que ceux-ci ne viennent que deux fois par mois, ce qui fait que j'ai rarement revu une même personne.

Par ailleurs, afin de m'aider à mener une observation participante, je me suis approprié un journal de terrain, outil qui m'a accompagnée tout au long de ma recherche. Celui-ci me permettait de mettre à jour mes idées, mes connaissances et mes observations, tout en me permettant de confronter la théorie au réel et de ne pas me perdre dans la construction de ma recherche. Précisons également qu'écrire dans un journal de terrain en faisant de l'observation participante n'est pas aisé : il était compliqué de quitter le poste que j'avais en cuisinant, mangeant, ou préparant des colis pour noter dans un carnet, au risque de paraître inquisitrice. Mais pianoter sur mon téléphone ne me plaisait pas non plus, j'avais la sensation de dégager un désintéressement. Alors, je m'éclipsais plus ou moins régulièrement aux toilettes pour faire des notes vocales sur mon téléphone, et les retranscrivais ensuite dans mon journal. Enfin, celui-ci me permettait également d'analyser ma propre position en tant que chercheuse impliquée dans la production de savoirs sur l'aide alimentaire. Effectivement, le fait d'aborder les inégalités entourant l'alimentation m'a poussée à réfléchir aux relations déséquilibrées du processus de recherche lui-même, dans l'optique de ne pas créer un renforcement des frontières existantes entre les enquêtés et les enquêteurs, ou entre les « bénéficiaires » et les « non-bénéficiaires » (McAll, 2017, p. 106). Néanmoins, ma position de chercheuse privilégiée, faisant des études universitaires et n'ayant jamais eu recours à de l'aide alimentaire a, *de facto*, créé une asymétrie entre les enquêtés et moi-même, ce qui constitue un troisième biais.

À cet égard, il est intéressant de préciser que la plupart des auteurs mobilisés dans ce travail s'inscrivent dans une méthodologie et une posture scientifique cherchant à rejeter – ou tout du moins minimiser – les hiérarchies établies entre les scientifiques et les enquêtés. Pour ce faire, il a été adopté une conception selon laquelle tous les intervenants de la recherche sont des sujets sachants et porteurs de connaissances, dont il convient de reconnaître le savoir issu de leurs expériences. C'est un point de vue sur lequel je m'aligne, tout en étant prudente – à l'instar de Bonzi (2023a) – quant à la difficulté de retranscrire le point de vue des acteurs, surtout en situation de précarité, sans sous- ou surinterpréter leur vécu (p. 22).

Deuxième partie.

Contre-dons, violences alimentaires et stratégies de résistance : une analyse de l'aide alimentaire en trois séquences

7. Chapitre 1. Les ambivalences du don dans les dispositifs d'aide alimentaire

7.1. L'importance du contre-don et, pourtant, son impossibilité

« Comme on dit, la main qui reçoit n'est rien. On pourrait lui taper dessus que rien ne se passerait. » - Madou, « bénéficiaire »

Il est pertinent de s'interroger sur l'emploi du terme « don » dans le contexte de l'aide alimentaire. En effet, comme préalablement discuté, le don peut se caractériser par l'absence d'attente d'un retour et de contrat (Stark et Falk, 1998, p. 272 ; Eisenberg, 1997, p. 823). Or, dans l'aide alimentaire, une contrepartie monétaire est fréquemment demandée aux « bénéficiaires » et le don de nourriture par les entreprises repose sur un contrat garantissant un retour économique pour celles-ci (Bonzi, 2019, p. 71). Néanmoins, cette situation ne peut pas être considérée comme une relation de vente – à savoir un échange de courte durée qui, une fois terminé, met fin à une relation équilibrée (Fustier, 2008, p. 323) –, bien qu'il y ait un échange monétaire. De fait, c'est notamment par les conditions d'accès des « bénéficiaires », la non-équivalence monétaire avec les produits, la participation des « participants », ou encore la non-recherche de profit, que nous peinons à qualifier ces échanges de relation marchande.

De plus, si l'on écoute les bénévoles, ceux-ci précisent presque systématiquement leur relation en termes de don. Pour certains « participants » et « bénéficiaires », il s'agit de rendre ce don (voir *infra*) ; ce qui ressemble étroitement à notre échange maussien :

« Et donc, je me suis dit que comme j'avais du temps à donner, je trouve que quand tu prends, tu peux donner. Je n'avais pas d'argent, mais j'avais du temps. » - Luc, bénévole

« Je voulais donner du temps pour autrui, au début je voulais que ça soit à la Croix-Rouge mais la vie m'a menée ici. Je voulais donner de moi. » - Nadine, bénévole

« Quand il faut les recadrer parfois, je rappelle qu'on est bénévoles et qu'on donne de notre temps avec plaisir. » - Adriana, bénévole

« Je viens quelques fois par semaine mais c'est plus pour aider les gens et les « animatrices », donner un coup de main. » - Kévin, « participant bénévole »

En revanche, des éléments que Kandil (2024) estime propres au monde marchand – tels que la défiance due à la circulation d'argent et la « lutte pour la reconnaissance » qui en découlerait – se retrouvent dans des échanges de don (p. 272). Alors, nous postulons dans le sillage des violences alimentaires étatiques que cette défiance découle non pas uniquement de l'argent

échangé, mais bien du contrôle retrouvé dans le fonctionnement du don alimentaire instauré par l'intervention étatique, européenne via le FEAD, ou de fondations privées, pouvant mener à une « réduction identitaire » (McAll *et al.*, 2015). Cette *réduction* conduirait ensuite les « bénéficiaires » à une « lutte pour la reconnaissance » dont l'importance sera mise en exergue dans le troisième chapitre. Ainsi, l'argent semble tout de même pervertir le fonctionnement du don, mais celui-ci permettrait également au don d'être complet dès lors qu'il rendrait possible la réalisation d'un contre-don. C'est ce que nous allons exposer dans un instant. Par ailleurs, l'argent n'a pas le pouvoir d'annuler le don, mais lorsque l'argent et le don sont entremêlés, il peut apparaître une corruption (Kandil, 2024, p. 283). En effet, selon Ricœur (2004), il y aurait deux types de corruptions : les « dons manqués » qui imposent aux parties prenantes des liens de dépendance et d'obligation sans fin, et les « dons mauvais » qui seraient intéressés, écrasants ou aliénants (pp. 348-349), donc qui ne permettraient pas la réalisation d'un contre-don.

Ce sont précisément ces « dons mauvais » qui ont questionné bien des chercheurs, comme explicité dans notre cadre conceptuel. Dans cette perspective, Godbout (2009) estime que dans la triade maussienne, c'est bien le moment de recevoir qui est l'instant le plus critique de l'échange, du moins lorsque la réception induit que le receveur ne pourra pas rendre (p. 196), comme c'est généralement le cas dans le « don aux inconnus ». En outre, l'auteur avance qu'un échange à faible « valeur de lien » tend à être « *humiliant, arbitraire, injuste, inopportun, non pertinent* » (Godbout, 2009, p. 209). Ainsi, cela se produit notamment lorsque le donneur initial refuse de recevoir un contre-don, même si le receveur est en capacité de rendre. Le « don aux inconnus », dans ce cas de figure, équivaldrait à « *un désir de posséder l'autre, de se l'approprier* » (Godbout, 2009, p. 214). Cela fut identifié sur le terrain de Violette-Bajard (2000), qui remarqua que toutes tentatives de contre-dons de la part des « bénéficiaires », tels que l'aide, l'échange ou la parole, étaient violemment rejetées (p. 78). Nous avons également observé quelques situations qui peuvent s'inscrire dans cette compréhension, principalement à la *structure A*, sous deux formes principales. La première se matérialise par la *méfiance* des bénévoles à l'égard des « bénéficiaires » :

« *J'aime quand les gens me font des cadeaux, comme un monsieur qui me ramène parfois des dattes, mais en même temps je me méfie, je crois que c'est une technique pour avoir des avantages par la suite* » - Cécile, assistante sociale (extrait du JT du 23/04/2025)³²

« « Ah ma belle ! » qu'elles [des « bénéficiaires »] disent. « Bonjour, merci ». Après, quand tu tournes la tête, elles parlent sur toi. Même quand je comprends pas, quand c'est en arabe, je sais que c'est sur moi. Ils font tout pour l'intérêt, pour avoir mieux. » - Adriana, bénévole

³² Lorsqu'une citation n'est suivie que d'un nom et d'une position, l'extrait est issu d'un entretien. Lorsqu'il est ajouté « extrait du JT » suivi de la date, cela signifie que c'est issu de notre journal de terrain.

La deuxième façon pour un bénévole de mettre en question la possibilité d'un contre-don se concrétise par l'argument du *manque de temps* pour expliquer le fait de ne pas avoir de relations profondes avec les « bénéficiaires ». En effet, comme l'explique Violette-Bajard (2000) : « *La peur de la parole des pauvres paralyse toute relation de la part des bénévoles. Pour la taire, ils prennent comme garde-fou le prétexte d'une urgence des corps affamés [...]. La distribution ne connaît aucun temps mort où la parole pourrait s'immiscer.* » (p. 102). Ainsi, s'investir dans un échange de paroles avec une personne signifie, selon la sociologue, de la placer sur un même pied d'égalité et de perdre, pour le bénévole, une supériorité sociale. Inversement, retirer le pouvoir de la parole à un « bénéficiaire » le situe dans un statut d'infériorité (Violette-Bajard, 2000, p. 103). Dans ce cas-là, le don a pour effet de refléter la hiérarchie sociale et de renforcer les structures de domination par l'imposition d'une relation de statut à statut et non d'individu à individu (Violette-Bajard, 2000, p. 78) :

« *Je dirais pas qu'on a des liens, non parfois on papote un peu... Voilà, on n'a pas le temps, en fait. C'est toujours le rush, donc ouais. Ça ne se prête pas, en fait.* » - Maria, bénévole

« *Je ne parle pas avec eux généralement, on n'a pas le temps ! Et même si on avait le temps, je suis sensible donc je veux pas écouter les problèmes des gens, je dois mettre un bouclier car j'ai pas envie de me faire du mal. Et parfois j'ai de la compassion ou des jugements, donc je mets de la distance.* » - Nadine, bénévole

Et du côté des « bénéficiaires » :

« *Ils prennent ta carte, ils prennent tes trois euros, mais le bonjour, ils le prennent pas.* » - Uma, « bénéficiaire »

L'extrait de Nadine nous amène à comprendre pourquoi les bénévoles renieraient la parole des « bénéficiaires », au-delà de la volonté de se positionner dans une forme de supériorité. Le premier constat est que les bénévoles rompent la relation en ne s'insérant pas dans un cycle de dons et de contre-dons, pour ce qui semble être un souci d'équité. En effet, nous avons remarqué que des bénévoles offraient des avantages à certains « bénéficiaires » en préparant des sacs plus fournis, ou en réservant des denrées affectionnées par les personnes avec qui ils ont des affinités. Cela fut également noté par Violette-Bajard (2000) qui écrit que par la parole, les personnes « *s'extirpent de cette masse d'anonymes [et sont alors reconnues] par l'obtention de privilèges* » (p. 105). En effet, cette même bénévole qui « met de la distance lorsqu'elle ressent de la compassion », Nadine, nous expliqua ceci dans la suite de notre entretien :

« *Je vais être honnête, il peut m'arriver de faire des privilèges. Par exemple, il y a un monsieur qui vient une fois par semaine au lieu d'une semaine sur deux, il s'est arrangé avec Cécile parce que sa fille est malade. Il m'a raconté sa vie et j'ai été très touchée, donc c'est vrai que je lui prépare une caisse à l'avance avec la viande que je sais qu'il aime bien. Il m'a*

dit que ses filles ne voulaient plus de porc et que le congèle en était plein, alors voilà, j'ai préparé d'autres viandes. Mais voilà, il m'a ému, ça m'a fait pitié. » - Nadine, bénévole

Nous investiguerons la question du jugement des bénévoles ainsi que leur *pouvoir discrétionnaire* dans notre deuxième chapitre. Mais revenons à Nadine qui n'est pas la seule bénévole à être tentée de faire du favoritisme auprès de personnes qu'elle apprécie :

« C'est vrai que j'ai beaucoup d'empathie pour les personnes qui ont vraiment besoin. Il y a quoi, il y a deux mois de ça, il y a une jeune fille, elle doit avoir une trentaine d'années, qui est venue pour la première fois. Elle me racontait et elle était toute timide, toute gênée. Moi aussi, au début, j'étais gênée. Alors je lui ai mis des trucs en plus, pas grand-chose, mais comme voilà je sais pas, elle m'a touchée. » - Maria, bénévole

Sans doute, la confiance est une façon de réaliser un contre-don. Selon Fassin (2013b), dans le cadre de l'assistance à des « malheureux », ceux-ci sont empêchés de réaliser un contre-don, excepté par « *l'expression de sa gratitude ou du récit de son infortune* » (p. 524). Mais ce n'est pas que l'objet de la discussion – donc ce que les deux « bénéficiaires » ont dit à Nadine et Maria – qui est puissant et qui constitue le contre-don. C'est aussi le lien privilégié qui est créé par l'intimité offerte. Face à ce contre-don, le bénévole se sent « *pris dans la chaîne du don* », nous explique le psychologue Paul Fustier (2008, p. 328). Ainsi, le bénévole doit à son tour réaliser un contre-don, il doit « *donner quelque chose qu'il n'avait peut-être pas envie de donner* » (Fustier, 2008, p. 328). C'est sous la forme du privilège, et donc peut-être de l'injustice, que les bénévoles rendent celui-ci. Lorsque ce privilège qui découle d'un lien n'est pas souhaité par les bénévoles, ils se rendent hermétiques à des échanges relationnels avec les « bénéficiaires ».

Le deuxième constat pour lequel un bénévole ne permettrait pas un contre-don serait lorsque le « bénéficiaire » est le *support d'un acte charitable ou d'un plaisir individuel*. Ainsi, quand il a été demandé à Sylvie ce qu'elle appréciait en tant que bénévole, elle répondit : « *Les moments que je passe avec les bénévoles* » et « *aider les autres*. ». Interrogée sur la façon dont elle qualifierait la relation qu'elle a avec les « bénéficiaires », celle-ci expliqua : « *Rien, je fais pas de copinage*. ». Il semblerait alors que l'aide qu'elle apporte lui est rendue par ses collègues et par son sentiment d'« *aider les autres* », qu'elle a qualifié comme « *un loisir* ». En effet, Sylvie se limite au « lien symbolique » de son don et à son « *plaisir solitaire de l'acte de donner* » (Godbout, 2009, p. 194), en ne souhaitant pas de « liens réels » avec les « bénéficiaires », ce qui ampute ces derniers d'un retour. En agissant ainsi, la bénévole enlève au don sa logique de réplique et lui retire sa « valeur de lien » (Godbout, 2009, p. 201). D'autres bénévoles, quant à eux, participent surtout parce qu'ils ont le loisir de reprendre des denrées en fin de journée, ce

qui représenterait leur propre contre-don. Ceci est d'ailleurs déploré par Victor, le « chef » des bénévoles :

« Il y en a, on va dire, qui exagèrent, qui voudraient quasi tout prendre comme si tout était à eux. Mais non, en fait, non. Il ne faut pas exagérer non plus. Ce n'est pas pour nourrir tout son quartier. » - Victor, « chef » des bénévoles

Lorsque le don du bénévole est un don qu'il fait pour lui-même³³, il rend tout de même un service concret aux « bénéficiaires », et les dispense d'un retour (Godbout, 2009, p. 201). Ce faisant, le don non-rendu pourrait être vécu comme acceptable par le receveur. Le problème se pose néanmoins lorsque le donataire souhaite rendre et qu'il ne le peut pas : il est toujours souhaitable que le retour provienne de celui-ci (Godbout, 2009, p. 201). De plus, ce type de don est souvent réalisé par un donateur qui détermine pour le donataire ce qu'il doit recevoir : qu'importe que cela corresponde à ses besoins et envies, si c'est fait pour l'autre, cela sera un don (Godbout, 2009, p.215). Qu'en disent Sylvie et ses collègues ?

« Les gens sont devenus trop exigeants, on n'est pas un supermarché. » - Sylvie, bénévole

« Tu sais quoi, un monsieur m'a dit : « Donne-moi s'il te plaît des fromages. ». Il croit que c'est un supermarché ! Mais déjà il reste dix ans sur le social, qui lui dit jamais de partir, il fait rien pour cet argent, et il vient ici me dire : « Donne-moi du fromage. ». » - Adriana, bénévole

« Si tu as vraiment besoin, tu prends ce qu'il y a. » - Maria, bénévole

Dans ces formes de dons unilatéraux où la volonté du donateur de ne pas recevoir un contre-don de la part du receveur surplombe la relation, ce n'est pas une obligation de rendre qui pèse sur le receveur, mais bien une obligation de *recevoir* (Chanial, 2008, p. 111). Cela se concrétise lorsque les « bénéficiaires » se situent non pas au centre du processus de donation, mais bien à son terme, ce qui « *insinue que recevoir est un acte qui va de soi* » (Bergadaà et al., 2011, p. 103). De cette manière, les « bénéficiaires » sont contraints d'exprimer leur gratitude, tout en étant mis « *en dehors du système d'échange* » (Violette-Bajard, 2000, p. 198). Ils sont alors privés de toute « *identité sociale* » (Godbout, 2009, p. 107). Ici, cela pourrait entraîner une dérive de dons de nourriture qualitativement et quantitativement insuffisante, mais aussi de nourriture non choisie et non souhaitée par les « bénéficiaires ». Cela correspond à des violences alimentaires physiques et à des violences alimentaires psychologiques. La première violence psychologique est celle de l'*isolement* dans laquelle s'inscrit l'impossibilité, pour un « bénéficiaire », de choisir ce qu'il va ingérer. La seconde est celle de l'*intimidation* présente lorsque le don accompli marque une position de pouvoir et que la dette du receveur est « *le*

³³ Par défaut d'espace suffisant, il n'a pas été possible de creuser les raisons du bénévolat et d'analyser si, selon les raisons, les répercussions sur les « bénéficiaires » sont différentes, bien que cela aurait pu être pertinent.

signe et l'instrument d'une soumission » (Chanial, 2008, p. 111). Nous y reviendrons dans le deuxième chapitre dédié à ces formes de violences.

Nous venons d'identifier deux manières, pour les bénévoles, de ne pas recevoir un contre-don (via les arguments de la méfiance et du manque de temps), ainsi que les deux raisons de cet évitement (l'équité et le don comme plaisir individuel). Celles-ci ont été reconnues à la *structure A*. Cela veut-il dire que les « participants » de la *structure B* sont en mesure de réaliser un contre-don ? Après tout, certaines structures « réussissent de manière remarquable auprès de ceux que la société définit comme incapables de contribuer », nous explique Godbout (2009, p. 204). C'est ce que nous allons découvrir dans les deux sous-chapitres qui suivent.

7.2. Un contre-don via le paiement ?

« Dans le paiement, il y a peut-être ce côté aussi de pas mendier. » - Luc, bénévole

Plusieurs auteurs s'accordent à dire que le fait de payer pour un bien, et donc de retrouver une « figure du consommateur » est essentiel pour les personnes ayant perdu ce droit à la « normalité » (Bonzi, 2023a, p. 257). En effet, la participation financière permettrait de « préserver la dignité des personnes aidées » (Alberghini *et al.*, 2017, p. 14). De plus, le fait de « sortir des affres de l'aide gratuite » est, selon Le Crom et Retière (2018), une des deux solutions pour restaurer la dignité des « bénéficiaires », la seconde étant de mettre en place des solutions propices à l'écoute (p. 203). Les auteurs estiment que faire payer les publics des associations leur permettrait de les réinscrire dans un circuit marchand (Le Crom et Retière, 2018, p. 203) et ainsi, d'éviter de renforcer des méthodes caritatives (Myaux, 2019b, p. 29). En effet, les sociologues Charlotte Maisin et Louise Méhauden (2019), qui ont étudié le fonctionnement des épiceries sociales, estiment que ce qui libère les « bénéficiaires » de ces épiceries du « sentiment de honte » et de la « dette morale et sociale » dans laquelle le système les place, serait l'échange monétaire (pp. 154 et 158). C'est pour cela que la demande de paiement est une technique souvent utilisée par les associations : elle donne la possibilité de réaliser un contre-don. Néanmoins, le prix peut être un problème car s'il est trop élevé, il exclura *de facto* les personnes les plus précaires.

C'est ainsi que le prix libre est la forme dans laquelle la *structure B* a décidé de s'inscrire. Aucun tarif imposé ou différencié n'est demandé, et cela est entre autres rendu possible par la non-conditionnalité de l'association. Seule une explication est affichée à proximité de l'espace de paiement : le coût de revient d'un repas pour l'association s'élève à quinze euros, ce qui signifie qu'un tel montant devrait être perçu à chaque couvert afin d'assurer l'équilibre financier de la structure. Les « participants » sont également informés de la répartition des charges

supportées par l'association, ce qui leur permet de saisir l'affectation précise des sommes versées. Étant donné que chaque personne ne paye pas quinze euros à chaque repas, les recettes issues de la participation financière des usagers ont couvert, en 2024, un peu plus d'un tiers des dépenses de l'association³⁴. L'avantage du prix libre est qu'il évite d'avoir recours à des prix différenciés qui impliquent de prouver, pour la personne concernée, qu'elle rentre dans des critères de pauvreté, ce qui nécessite une « enquête sociale » (Damhuis, 2019a, pp. 6-7) de laquelle découle une « réduction identitaire » rappelant au pauvre qu'il l'est. Aussi, lorsque les individus ont intégré qu'ils sont « clients » et pas « bénéficiaires », ils osent être davantage exigeants et critiques par rapport au fonctionnement de l'association, mais également par rapport à ce qu'ils mangent, contrairement à un « bénéficiaire » qui « *reçoit et se tait* » (Maisin et Méhau, 2019, p. 170). Cela a pu être constaté au restaurant participatif :

« Quinze euros, ça paraît trop par rapport à ce qu'il y a dans l'assiette. » - Béatrice,
« participante »

« J'ai déjà dit à [une des « animatrices »] que je n'aimais pas qu'elle me donne des ordres, je suis carrément partie. Maintenant, elle ne le fait plus ! » - Ana, « participante »

Ce fonctionnement permet alors un contre-don rendant un pouvoir décisionnel, d'action et de réclamation, mais un contre-don accessible. Cela peut nous permettre également de passer outre le biais susmentionné qui est que les « bénéficiaires » ne sont généralement pas critiques de l'aide dès lors que cela revient à être critiques d'eux-mêmes (Bonzi, 2023a, p. 252). Malgré cette possibilité de rendre, deux difficultés ont été identifiées par rapport à ce fonctionnement. Celles-ci reposent sur la façon dont est effectué le paiement. Les « participants » se rendent à une caisse non isolée et, s'ils payent par Payconiq, disent tout haut ce qu'ils vont payer. S'ils payent en espèces, ils tendent leurs pièces ou billets, aux yeux de tous. Ainsi, non seulement le « participant bénévole » ou l'« animatrice » qui fait la caisse sait ce que chaque individu paye, mais également les autres « participants » qui se trouvent aux alentours de la caisse. Cela diffère d'autres associations dans lesquelles une urne est le médium réceptionnant l'argent, ce qui permet un anonymat total. Cela étant précisé, quelques difficultés persistent. Premièrement, cette notion étant peu claire, elle n'est pas utilisée pareillement par tous les « participants bénévoles » et « animatrices » faisant la caisse :

« Un jour, j'ai donné quelques centimes et [le « participant bénévole » faisant la caisse] était gêné alors il a payé pour moi. Je crois qu'il a pas bien compris le système. » - Cédric,
« participant »

³⁴ Données produites par l'association.

« [Une « animatrice »] a dit à un SDF : *« C'est pas ce que tu veux mais ce que tu peux. »*.
Mais prix libre, ça veut dire quoi en fait ? » - Anabelle, « participante »

Comme on le voit à la lecture du premier extrait, ce fonctionnement peut être une porte ouverte à la hiérarchisation entre le « bon payeur » et le « mauvais payeur », traditionnellement issue du binôme « bon pauvre » et « mauvais pauvre », reprochée à l'aide alimentaire « traditionnelle ». Selon Violette-Bajard (2000), un « bon pauvre » est une personne pauvre qui reste « *humble, anonyme, silencieuse et reconnaissante* » (p. 78). À cela, Fassin (2001) rajoute la notion de mérite, qui est entre autres liée à la situation économique de la personne pauvre : celle-ci devrait déployer ses efforts pour retrouver un emploi et ainsi, mériter de l'aide (p. 462). En effet, nous avons entendu à plusieurs reprises un « participant bénévole » dire qu'une « participante » était bien parce qu'elle payait bien – donc qu'elle paye les quinze euros qui permettraient à l'association d'être à l'équilibre – en plus de nous expliquer que « *ceux qui ne payent pas beaucoup, ce sont ceux qui ne savent pas gérer leur argent* » (extrait du JT du 26/09/2024). Mais c'est le cas aussi entre « participants » lorsqu'ils savent que des personnes donnent peu par rapport à ce qu'eux donnent, ce qui mène parfois à des jugements. Sans doute, certains « participants » tentent d'en stigmatiser d'autres afin de se distancer de ceux-ci, ce que nous caractériserons comme une stratégie de résistance. Nous y reviendrons dans le dernier chapitre.

En plus de créer des hiérarchies entre les « participants », cela crée des interrogations, pour ceux-ci : doivent-ils payer les quinze euros ? Est-ce que quelques cents ou euros, ne sont pas suffisants ? À la *structure B*, on paye ce que l'on veut ou ce que l'on peut ? Cela laisse planer un doute pour les « participants » sur ce qu'ils doivent payer, ce qui nous questionne sur leur autonomie financière réelle. Ceci nous mène à une seconde critique : la pression que certains « participants » ressentent au moment du paiement :

« *Ça met la pression, les quinze euros. S'ils mettaient dix par exemple, je saurais les payer et psychologiquement, je me dirais que j'ai mis le prix plein et pas pas assez* » - Béatrice,
« participante » qui a peut-être intégré l'injonction à être une « bonne payeuse » ?

« *Ils sont stressés durant la décision aussi. Mais on rassure, on dit que quinze euros, c'est le prix souhaité mais qu'il n'y a aucune obligation.* » - Farid, « participant bénévole »

Cette pression pourrait se matérialiser comme une violence alimentaire psychologique puisque c'est un stress qui est de nouveau propre aux « bénéficiaires » de l'aide alimentaire. Cette violence serait probablement celle de l'*intimidation* étant donné que c'est de la honte que ce stress découle. La honte du jugement d'un « mauvais paiement » – qui pourrait être un frein à la fois à une conception, par les « participants », de la réalisation d'un contre-don, et à la réception de ce contre-don par les « animatrices » –, mais aussi la honte, pour un « participant »,

d'être confronté à ce qu'il « peut » payer, et donc à être renvoyé à sa condition économique. En effet, en laissant le choix du prix aux « participants », les « animatrices » leur incombent la responsabilité de leur paiement, ce qui peut également être perçu comme une autre forme de violence alimentaire, à savoir la *culpabilité* :

« Une fois, je me souviens on venait d'ouvrir, il y a une dame qui est arrivée, elle a dit : « C'est combien ? ». J'ai dit : « C'est vous qui décidez ». Elle était fâchée, ça l'a mise en colère parce que ça venait déclencher en elle des trucs difficiles. Je lui rejette la responsabilité, je pense pas à sa place, je dis pas quel est le prix juste à sa place. » - Julie, « animatrice »

Cela peut faire persister ce qui était reproché par Damhuis (2019a) aux prix différenciés des restaurants sociaux puisque certains « participants » savent qu'ils peuvent mettre peu parce que d'autres mettent plus :

« Avant je donnais dix euros et maintenant vingt, et comme ça, je peux payer un repas pour quelqu'un. » - Imane, « participante »

« Pour moi, si tu payes les quinze euros, c'est un don en soi parce que ça permet à un autre de manger. C'est un don, concret, d'alimentation. C'est que tu veux aider l'ASBL et donc on sollicite la charité de certains et on offre à d'autres qui n'ont pas. » - Anabelle, « participante »

Les « participants » sont également conscients que plus le montant qu'ils versent s'éloigne à la baisse des quinze euros indiqués comme prix de revient, plus cela fragilise l'équilibre financier de l'association :

« On peut participer comme on veut, selon nos moyens. Par exemple, ceux pour qui ça va bien peuvent mettre vingt euros et ceux pour qui ça va pas, ils peuvent mettre moins. Moi je mets deux euros, et il y a des personnes qui mettent trois euros et qui viennent tous les jours. Mais cela fait qu'il n'y a pas beaucoup de rentrées. » - David, « participant »

Ce faisant, les membres de l'association réfléchissent à ce fonctionnement car ils savent qu'ils ont déjà mis la pression pour payer une certaine somme : *« Ça fonctionne sur la confiance, le prix libre, et parfois, je ne fais pas confiance et je ne me sens pas respectée avec de si petites sommes. »* nous explique Nina, une des « animatrices » (extrait du JT du 09/10/2024). Ainsi, Nina ne semble pas concevoir des petites sommes comme des contre-dons. Cela pousserait alors les « animatrices » à *« faire les aveugles sur le sentiment de honte ou le jugement que peuvent avoir les plus précaires des « participants » »*, continue-t-elle (extrait du JT du 09/10/2024). Comme l'explique Bonzi (2023a), le don peut être *« brisé, chargé d'amertume, de rancœur »* (p. 86) s'il ne correspond pas à certaines attentes. Néanmoins, malgré ces observations, les « participants » sont majoritairement satisfaits de ce fonctionnement et ne le trouvent *de facto*

pas trop cher, contrairement aux critiques habituellement adressées aux structures d'aide alimentaire « alternative » :

« Le prix libre, c'est la fonction première du restaurant parce que ça permet l'accès à tout le monde, les gens ne se sentent pas exclus de la vie sociale, de partager un repas, de rire, de rencontrer des gens... Tout ça, c'est fondamental. » - Béatrice, « participante »

« C'est important de laisser la possibilité aux gens qui n'ont pas beaucoup de moyens de payer peu et que des gens qui ont plus de moyens payent, pour que tout le monde ait accès. C'est une question de solidarité. » - Louise, « participante bénévole »

Les « participants » estiment-ils faire un contre-don parce qu'ils peuvent payer leur repas au prix qu'ils souhaitent ? D'après nos entretiens, il semblerait que les personnes qui mettent des sommes se rapprochant de quinze euros estiment faire ce contre-don, tel que le laisse entendre le témoignage d'Imane. Néanmoins, il a été observé que les petites sommes sont parfois non perçues par les « animatrices » ou les « participants bénévoles » comme des contre-dons. Ce fut notamment le cas pour le « participant bénévole » qui a payé à la place de Cédric, ce dernier ayant donné quelques centimes pour son repas. De plus, lorsque la majorité des « participants » parlent de « rendre » lors de nos échanges, c'est principalement en termes non monétaires qu'ils l'expliquent. Ainsi, si ce n'est pas uniquement par le paiement que les « participants » effectuent un contre-don, sous quelle autre forme ceux-ci peuvent-ils rendre ? Répondons à cette interrogation après avoir analysé la situation à la *structure A*.

Pour avoir accès à un colis alimentaire, les « bénéficiaires » payent deux euros s'ils sont seuls dans leur foyer, et trois euros s'ils sont au minimum deux. Le prix a une fonction tout autre à la *structure A* puisque le paiement ou le non-paiement de ces euros ne mettrait pas l'association en incapacité de fonctionner. En effet, le « seul » frais du centre de distribution est la cotisation de quatre euros par « bénéficiaire » par an à la banque alimentaire. La livraison, les charges de fonctionnement, les salaires... toutes ces dépenses sont prises en charge par des dons privés – et/ou Actiris. Le fait que cet argent ne soit pas vital pour la pérennité de la *structure A* se traduit spécifiquement dans les propos des bénévoles. En effet, ceux-ci semblent percevoir cet argent principalement comme un vecteur d'éducation et de responsabilisation des « bénéficiaires » :

« C'est peut-être une espèce de responsabilisation à l'idée, par exemple, qu'ils ne prennent pas vingt-cinq mille trucs et qu'ils les foutent dehors. Donc voilà, parce que c'est symbolique. Mais je trouve que c'est bien qu'ils payent un tout petit peu, symboliquement. » - Luc, bénévole

« Je trouve que c'est bien, comme ça c'est pas gratuit et ça responsabilise. Ils doivent garder cet argent pour le colis. » - Sylvie, bénévole

Cette injonction à la « responsabilisation » est liée aux mutations de l'État social préalablement évoquées, puisqu'une des indications que reçoivent les associations d'aide alimentaire est de relayer des « *normes de conduites à tenir en matière de consommation, de nutrition, de gestion du budget domestique, ou encore d'emploi* » (Beurois, 2023, p. 85). Ainsi, les « bénéficiaires » comprennent bien que cet argent n'est que « symbolique » et ne semblent pas le concevoir comme un contre-don dès lors qu'ils n'estiment pas « normal » de donner de l'argent contre des aliments qu'ils savent être reçus gratuitement par l'association. Pour la majorité d'entre eux, les deux ou trois euros sont trop chers et sont donnés par obligation. Pour une minorité, une contrepartie financière est « normale » ou « pas chère » :

« *On voit des choses qu'on nous revend, c'est trop cher. Ici, c'est le social. Par exemple, mon assistante sociale a écrit sur mon papier que je devais pas payer les trois euros parce que c'est trop cher pour moi et ils s'en foutent ici.* » - Gloria, « bénéficiaire »

Selon ce que nous apprenons dans les entretiens, le seul individu qui voit en cet échange financier une vertu est Luc, un bénévole autrefois « bénéficiaire ». Sa pensée s'inscrit dans celle de Godbout (2009) qui note l'importance du paiement pour éviter une domination des donateurs sur les receveurs (p. 194) ; ou encore de Weber (2012) qui explique que le paiement « *libère l'endetté de sa dette et [...] réduit les risques de conflits et d'interprétation* » (pp. 38-39) :

« *Il y a peut-être ce côté aussi de pas mendier. C'est pour ça que je dis, ça a dû être réfléchi en amont, ça a sa raison d'être. Même si je pense que la plupart préfèrent ne pas payer, il y a comme un rapport, un échange plus adulte. Il y a une espèce de contrat.* » - Luc, bénévole

Clarifions nos explications : il semblerait que lorsque les individus donnent un sens à l'argent qu'ils versent, ou bien qu'ils sont attachés au projet, ils ont plus tendance à estimer leur paiement comme un contre-don. C'est le cas au sein de la *structure B* où la « valeur de lien » (Godbout, 2009, p. 117) – qu'elle se concrétise par une relation avec les « animatrices », les « participants bénévoles » ou les autres « participants » – est importante. Lorsque la « participante » Anabelle dit : « *Ce restaurant est dirigé par trois « animatrices » qui sont, à mes yeux, exceptionnelles.* », nous constatons que la « valeur de lien » qui circule dans le don engage une volonté pour celle-ci de rendre, au-delà d'une obligation ou d'un besoin de « dignité ». À la *structure B*, le paiement est considéré comme une charge supplémentaire par les « bénéficiaires », sans but quelconque, et uniquement utile pour la « responsabilisation », du point de vue de la majorité des bénévoles. De plus, nous avons vu dans le précédent sous-chapitre que les bénévoles ont tendance à bloquer la possibilité d'un contre-don. Ainsi, dès lors que nous ne retrouvons pas une « envie » de rendre de la part des « bénéficiaires », probablement due à l'absence d'une « valeur de lien » circulant dans l'interaction entre eux et les bénévoles, pouvons-nous concevoir le paiement au sein de la *structure A* comme un contre-

don ? Ces quelques euros permettraient tout du moins, d'après le bénévole Luc, de replacer la relation dans une tentative d'horizontalité et de dignité réciproque.

7.3. Un contre-don non monétaire ?

« Ici, tu appartiens à un groupe, donc tu peux donner et recevoir. Si tu n'as pas d'appartenance à un groupe, tu ne peux ni donner, ni recevoir. C'est ça qu'apporte le restaurant participatif, ça remplit cette fonction. » - Béatrice, « participante »

Dans diverses associations d'aide, il est populaire de proposer à des « bénéficiaires » de rejoindre les rangs des bénévoles afin de permettre la possibilité d'un contre-don (Le Crom et Retière, 2018, p. 163). À la *structure B*, ce n'est pas en « devenant bénévole » que cela se matérialise, mais bien via la forme « participative » du restaurant. Nous ne parlons pas ici d'une des critiques concernant l'aide alimentaire « alternative » discutée dans la revue de la littérature qui consiste à faire travailler gratuitement un « bénéficiaire » afin qu'il paye moins cher certains produits. De fait, au restaurant participatif, le prix est libre, et la participation ou non d'un « participant » n'a pas d'influence sur le prix qu'il devra payer. Pourtant, la contribution aux tâches suscite un engouement particulier. Et pour cause, ce n'est pas uniquement par le fait monétaire que les « participants » estiment rendre à la *structure B* : beaucoup ont effectivement évoqué le fait qu'ils « aident » les « animatrices » à ranger, faire la vaisselle, mettre la table, ou cuisiner. Ainsi, la fonction « participative » du restaurant semble donner la possibilité aux « participants » de ne pas être débiteurs d'un don :

« Ce que j'aime, c'est aider [les « animatrices »] à nettoyer, comme ça elles rentrent plus vite chez elles. Donc, tu reçois un bon repas à prix modéré, tu rends. » - Béatrice, « participante »

« On fait la vaisselle, le rangement ensemble, c'est bien car ça les aide. » - Elise, « participante »

C'est chez Louis que cet engouement pour la participation aux tâches est le plus prégnant. Louis est un « participant » sans-abri qui vient tous les jours au restaurant. Il s'est auto-administré un rôle : chef de la vaisselle. Lors d'une journée de terrain, l'« animatrice » Julie nous explique : *« La vaisselle, c'est son sport. Il vient tous les jours pour la faire et s'excuse quand il ne vient pas, comme si c'était son travail. Il nous a déjà dit qu'il ne se savait pas où il serait s'il n'avait pas connu le resto car c'est ce qui lui permet d'avoir un pied dans la réalité. »* (extrait du JT du 22/09/2024). Selon Le Com et Retière (2018), la participation serait en effet le moyen de se rendre utile à une tâche « noble », tout en tissant des liens, ainsi qu'à endosser un rôle social valorisant (p. 163). À cela, Violette-Bajard (2000) rajoute qu'« au travers du regard des autres, [les personnes précaires] s'offrent la possibilité d'une reconnaissance » (p. 57).

À la suite de cet extrait, nous pouvons poser deux constats. Premièrement, lors du contre-don des « participants » via la coopération, quelque chose se passe, quelque chose qui va au-delà de l'acte concret de rendre. En effet, lorsque les « participants » prennent part au fonctionnement de l'association, ils créent et renforcent un *sentiment d'appartenance* – comme en atteste le premier extrait de Béatrice –, mais aussi d'*estime de soi* et de *dignité*, comme montrée par la situation de Louis. De fait, le sentiment d'appartenance est ce qui est revenu le plus souvent lorsqu'il était demandé aux « participants » ce que leur apportait l'association, sous le terme de « famille » ou de « lien social ». Nous parlions de la « valeur de lien », et pour cause : le sentiment d'appartenance en est un exemple idéal dès lors qu'il « *procure le don à ceux qui le relie* » (Bonzi, 2023a, p. 84). La sécurité que peut apporter un « entre-soi » ou l'ancrage dans un projet est essentiel et démontre que l'accès à l'alimentation n'est pas une fin en soi mais peut aussi être une excuse pour trouver du lien (Damhuis *et al.*, 2020, p. 8). De plus, selon Violette-Bajard (2000), certaines personnes ne viennent plus par nécessité mais par habitude car la distribution de soupe – dans le cas de son étude – est un lieu de rencontre, de relation et de convivialité, dans lequel se reconstitue l'imaginaire d'une « *famille sans obligation* » (p. 53). Ainsi, les individus partagent entre eux bien plus que de la nourriture. C'est autant le cas pour les « participants » que pour les « participants bénévoles », mais sur base de différents critères :

« *Ça m'a fort aidé, et pas que sur le plan matériel, ça m'aide aussi à émerger et à retisser des liens sociaux, à entamer un processus de résilience. Des fois, je mange rien du tout car mon estomac est noué, ici ça réouvre parce qu'il y a du relationnel.* » - Anabelle, « participante »

« *On n'est pas forcément amis avec tout le monde, mais il y a un lien social, on forme un groupe. C'est ça en fait, on a un lien d'appartenance. T'es plus isolé, t'es en lien.* » - Béatrice, « participante »

« *Ça me donne un sentiment d'appartenance d'aller au collectif, tu participes aux décisions.* » - Louise, « participante bénévole »

Ce sentiment d'appartenance est développé par les actes qui font le contre-don, mais le contre-don est également réalisé parce qu'il y a ce même sentiment d'appartenance et cette « valeur de lien » qui circulent. Si la participation n'apportait pas ces deux éléments, les « participants » n'y porteraient probablement pas d'importance, à l'instar des « bénéficiaires » de la *structure* A lors du paiement. En outre, ce contre-don permet la dignité des « participants ». Cette dignité est liée au sentiment d'appartenance dès lors qu'elle se base sur deux composantes de l'identité que sont l'expression de l'individualité et l'inscription dans un groupe (Debroise, 1998, p. 150). La dignité est également reliée à la troisième composante identifiée lors du contre-don : l'estime de soi. Cette dernière serait possible uniquement par le biais du collectif et dans une situation valorisante, au contraire de la mésestime qui provient d'une altération (Debroise, 1998, p. 150).

En effet, l'aide alimentaire « traditionnelle » implique bien des éléments minant cette estime, comme la dépendance ou la stigmatisation, à travers des humiliations se matérialisant par exemple par la réception d'aliments périmés (Debroise, 1998, p. 150). Tant de formes de violences alimentaires, dont nous approchons l'analyse. L'estime de soi y est alors compromise, mais ce n'est pas le cas à la *structure B* où l'aide alimentaire permet aussi une écoute, du respect et de la considération (Bonzi, 2023a, p. 390). Ces trois composantes du contre-don semblent interconnectées et démontrent le caractère social de l'alimentation. Cette dignité et cette estime de soi s'expriment ici :

« Le restaurant remplit une fonction alimentaire nécessaire, et dans la dignité. Quand les gens vont dans des lieux spécifiques pour ceux qui n'ont pas de moyens alimentaires, ils peuvent se retrouver écartés du système. » - Béatrice, « participante »

*« J'ai un peu dur à être sûre de moi. Quand je cuisine, je suis fière un tout petit peu de moi. »
- Elise, « participante »*

Nous avons saisi que c'est grâce à la « valeur de lien » qui circule, et des trois effets qui en découlent – le sentiment d'appartenance, la dignité et l'estime de soi – que les « participants » peuvent et veulent rendre. Dans cette perspective, le concept maussien a été énoncé avec une information claire : *« Le don ne se réduit pas à donner quelque chose à quelqu'un. [...] Il consiste à se donner à quelqu'un par la médiation de quelque chose. »* (Mauss, 1985 [1950], p. 189). Ainsi, ce qui circule également « par la médiation », c'est ce que Mauss (2012 [1925]) a qualifié de « *hau* », une notion que l'anthropologue a reprise aux Maoris et qu'il a traduite par « *l'esprit de la chose donnée* » (p. 77). Ainsi, dans la théorie maussienne, ce que l'on donne porte un « esprit » qui « *oblige le donataire à ne pas garder pour lui ce qu'il a reçu, sans quoi il amputerait le donateur de cette part symbolique* » (Dupuy, 2008, p. 83). De ce fait, le « *hau* » ne signifie pas « l'âme du donateur » mais bien ce qui circule entre le donateur, le donataire, la chose donnée, ainsi que les circonstances de l'échange (Mauss, 2012 [1925]). C'est ainsi que d'après Mauss (2012 [1925]), les receveurs rendent parce qu'ils sont « *poussés par le hau d'un cadeau reçu* » (p. 79) : une dimension psychologique sous-tend ces pratiques sociales (Dupuy, 2008, p. 85). Nous pouvons alors constater que les « participants » sont touchés par le « *hau* » qui circule entre eux, un repas de qualité, et les « animatrices », dans des circonstances leur permettant de développer un sentiment d'appartenance et de dignité. Ce faisant, ils rendent, et ce qu'ils rendent s'inscrit dans un « *hau* » qui touche à son tour les « animatrices ». Le cycle don est ainsi lancé :

« Bah, c'est énorme ce qu'on reçoit. Tu vois, ne fusse que voir que tout le monde mange, que ça se passe chouette, que c'est fluide, les gens papotent, disent que c'est trop bon, tu regardes le visage de Cédric, tu vois Dalila qui vient tous les jours nous dire que c'est magnifique ce

qu'on fait. Non mais tu vois, les gens, ils nous le rendent bien. Donc ça c'est chouette. Tu vois, c'est quand même hyper concret le retour qu'on a. » - Julie, « animatrice »

« Ici, on a l'impression qu'on donne et qu'on reçoit en échange. Mais pour tout le monde, les « participants » aussi. » - Farid, « participant bénévole »

Comme nous le lisons, selon Julie, ce sont également les expressions faciales, la fluidité, les mots, qui sont considérés comme d'éventuels contre-dons. Pour Kandil (2024), la gestuelle et le langage du corps sont centraux dans la relation de don. Ce langage résiderait dans *« les regards échangés, les sourires, le geste affectueux qui accompagne l'offrande, l'émotion partagée du donateur et du donataire, etc. »* (Kandil, 2024, p. 281). Par conséquent, c'est dans l'émotion partagée que les « participants » aident les « animatrices » quand c'est « pour qu'elles puissent rentrer plus vite chez elles », ou alors que les « animatrices » accueillent les « participants » dans un dispositif chaleureux :

« Ce qui est important, c'est la posture d'accueil, tu fais directement un peu des blagues, tu mets les gens à l'aise. Nous déjà, on arrive une demi-heure à l'avance pour tout préparer. Moi j'ai envie que quand les gens arrivent, il y ait des cafés, des couques, que ça soit un endroit accueillant, je mets de la musique. D'avoir déjà cet espace où quand tu pousses la porte, que tu te sentes bien, c'est important. » - Nina, « animatrice »

Cela donne lieu à des formes de solidarité qui s'ancrent dans un contexte précis : *« Il y a des arts d'accommoder les miettes de la solidarité et cet art réside dans la forme du don plus que dans la forme donnée. »* (Le Crom et Retière, 2018, p. 199). Nous avons pu remarquer à cet effet que le lien se crée dans le contre-don à la *structure B*. L'importance accordée à la participation nous conduit toutefois à nous questionner sur la liberté laissée aux individus à cet égard, ainsi que sur l'éventuelle existence d'une injonction à participer. En effet, Maisin et Méhauden (2019) expliquent que certaines associations organisent des activités pour les « bénéficiaires » sans que celles-ci soient obligatoires. Mais les sociologues ont constaté que ces activités étaient considérées comme *« une sorte de redevabilité implicite attendue des usagers »*, parfois accompagnée d'une volonté de reconnaissance, en observant que les personnes n'y participant pas pouvaient ressentir entre autres de l'angoisse (Maisin et Méhauden, 2019, pp. 160-161). Afin d'investiguer ces constats, nous proposerons une neuvième forme de violence alimentaire que nous étofferons dans le deuxième chapitre : *l'attente de reconnaissance*.

Enfin, nous terminons ce troisième sous-chapitre par ces questions : qu'en est-il de la « valeur de lien » à la *structure A* ? Et d'un possible contre-don non monétaire ? Les deux sous-chapitres précédents ayant déjà apporté certains éléments de réponse, il apparaît que la fragile possibilité de réplique laissée aux « bénéficiaires » s'explique par la faible « valeur de lien » qui circule.

Il commence à devenir clair que le don, pouvant établir un rapport de solidarité, et ainsi créer du « lien social », comme à *la structure B*, peut également produire un rapport de supériorité, et alors de la « distinction », comme identifié à la *structure A* (Dupuy, 2008, p. 97).

Cependant, nous avons pu mettre en lumière grâce à Fassin (2013b) que dans le « don humanitaire », les « bénéficiaires » peuvent réaliser un contre-don par « *l'expression de leur gratitude ou du récit de leur infortune* » (p. 524), via l'explication de leurs échecs et de leurs manques. Leurs récits de vie se transformeraient alors en « *monnaie d'échange pour accéder à un droit* » (Castel, 1996, p. 473) et se constitueraient ainsi de « *dons de fragments de vie* » en échange de « *contre-dons de moyens de survie* » (Fassin, 2001, p. 473). Au sein de la *structure A*, nous avons vu qu'il était rare que des échanges de dons et de contre-dons soient réalisés entre des « bénéficiaires » et des bénévoles. Alors, les « bénéficiaires » peuvent diriger leurs contre-dons vers Cécile, l'assistante sociale qui serait considérée par Godbout (2009) comme une « *intermédiaire* » (p. 199). Dans les relations d'assistance, un « intermédiaire » est une personne généralement rémunérée pour encaisser la demande d'aide d'un individu. Cet « intermédiaire » fait à son tour la demande aux donateurs, à la place du « bénéficiaire », en souscrivant ce dernier à un droit qu'il n'aura ainsi plus besoin de quémander au donneur. Ce rôle permet alors d'absorber une partie de la dimension négative du don sans retour en dépersonnalisant le don et en rendant le receveur anonyme (Godbout, 2009, p. 199). Précisons néanmoins qu'aucun « bénéficiaire » n'a mis en mots le fait qu'un quelconque acte soit considéré comme un contre-don. Certains bénévoles, quant à eux, l'ont ainsi décrit :

« *Il y en a beaucoup qui sont reconnaissants et des fois, fin de l'année, il y en a qui cuisinent des trucs qu'ils viennent apporter. Et ça c'est chouette.* » - Victor, « chef » des bénévoles

« *C'est vrai qu'au début, certaines personnes amenaient des petits cadeaux ou gâteaux mais c'est vraiment beaucoup plus rare maintenant. [...] Je suis polie et gentille, et la majorité me le rendent pareil, ils me remercient.* » - Nadine, bénévole

« *C'est chouette quand ils ramènent les bacs. C'est chouette quand ils sont souriants. C'est chouette quand ils disent bonjour, merci. Voilà, un mot gentil.* » - Maria, bénévole

Ainsi, nous retrouvons de nouveau cette valorisation de la reconnaissance via notamment la gratitude et la gentillesse, que nous approfondirons dans le chapitre suivant. À l'instar de Maria, nous avons pu remarquer sur le terrain que presque systématiquement, un « bénéficiaire » reprenait les bacs vides – qui contenaient la nourriture des colis – des autres « bénéficiaires » et les rendait aux bénévoles, pour les épauler. D'après Maria, cela serait reconnu comme une façon de rendre, en apportant son aide. Finalement, la façon la plus importante de réaliser un contre-don semble être de devenir bénévole :

« C'est ça le but à la base, que je rende par rapport à ce qu'on m'a donné. C'est un, de rester active. Et deux, comme j'ai eu l'opportunité de pouvoir venir ici, c'est rendre la pareille aux gens. » - Maria, bénévole (et anciennement « bénéficiaire »)

« Moi aussi je veux aider, quand je parlerai mieux français, il y a beaucoup d'organisations qui ont besoin de volontaires. [...] Ce que je peux faire, je le ferai. » - Olga, « bénéficiaire »

Ces différentes techniques, allant du rangement des bacs au fait de devenir bénévole, nous indiquent qu'à la structure A, il est également essentiel de réaliser un contre-don. C'est ainsi qu'une dernière façon de rendre a été analysée au centre de distribution : celle de la continuité de la chaîne du don. C'est ce que Violette-Bajard (2000) a constaté sur son terrain : elle remarquait que des « bénéficiaires » faisaient des offrandes aux pigeons car cela leur permettait de perpétuer, vers le monde animal, la chaîne du don et, *de facto*, de ne plus en être le dernier maillon (p. 29). C'est exactement en ces termes que, dans notre journal de terrain, nous avons noté ceci : *« Une « bénéficiaire » donne des miettes du pain qu'elle vient de recevoir aux pigeons. »* (extrait du JT du 07/05/2024). C'est également à ce sujet que fut entendu dans les entretiens :

« Quand c'est plus bon, je passe par le parc et je donne aux SDF. » - Walida, « bénéficiaire »

« Quand c'est trop pourri ou quoi, je donne aux rats. » - Yan, « bénéficiaire »

Ces dons nous permettent d'affirmer que le don ne constitue pas uniquement la chose donnée et que, pour saisir cela, il faut le remettre dans un contexte particulier. Dans ce cas-ci, c'est dans le contexte violent de l'aide alimentaire qui pousse des individus à trouver des personnes sans-abri, des pigeons, ou des rats, afin de ne pas être la dernière « bouche à nourrir » (McAll *et al.*, 2015, p. 31). Cette idée de perpétuer le don en n'étant pas la dernière main à recevoir une nourriture qui a déjà transité par plusieurs individus s'est également remarquée au sein du fonctionnement de l'association :

« Les Ukrainiens, ils prennent les produits, genre le frais et tout ça, qu'on a en trop. Pour éviter de jeter, on leur redonne tous les restes. Donc au final, ce qui est bien, c'est que c'est vite parti et c'est bien, c'est réutilisé. » - Victor, « chef » des bénévoles

« Il y a par exemple les Ukrainiens là, au début, je leur disais non, non, c'est pas bon, c'est périmé et ils prenaient quand même. » - Luc, bénévole

D'après ses travaux, Godbout (2009) a constaté que les dons les plus appréciés des personnes porteuses de handicaps sont ceux qui *« réussissent à faire en sorte qu'ils puissent donner à leur tour, ceux où on leur demande de contribuer [...], tous ceux qui les font pénétrer dans le mouvement de la réplique, entrer dans la danse du don. »* (p. 365). Sans proposer une comparaison plus qu'inadéquate, ce que nous avons observé sur le terrain est très semblable. Cette nécessité de rendre est tellement importante que même quand elle est empêchée dans

l'échange avec le donneur, certains « bénéficiaires » trouvent une quelconque façon de réaliser un contre-don. Mais ce n'est pas le cas pour tous les individus et, qui plus est, Mauss (2012 [1925]) estimait que l'obligation de rendre devait se faire dans la dignité, au risque de « *perdre la « face » à jamais* » (p. 151). Sans trop de difficulté, nous pouvons nous questionner sur l'aspect dignitaire des types de contre-dons précédemment présentés. Notre troisième chapitre analysera les différentes *stratégies* des « bénéficiaires » et, dans une moindre mesure, des « participants », pour palier à l'absence de contre-dons dignes.

Néanmoins, il est important ici de replacer cette impossibilité de rendre d'un point de vue macro en ce qui concerne le fonctionnement du don dans les formes d'aide alimentaire « traditionnelle ». C'est également parce que le don est fait par des entreprises, et le contre-don par la défiscalisation effectuée par l'État, que la relation de don est biaisée dès le départ. La violence structurelle qui découle de cette organisation « *implique que le circuit du don est rompu par avance* » dès lors que ces politiques modifient l'économie du don en l'assimilant à l'économie capitaliste ce qui, *de facto*, « *fait disparaître toute la singularité d'un autre système d'échange capable de garantir les liens sociaux* » (Bonzi, 2023a, p. 415). En effet, les « bénéficiaires », sachant que ce qui leur est donné provient en réalité d'entreprises ou de l'Union européenne, ne conçoivent pas ce qui leur est donné par les bénévoles comme des dons auxquels il faut répondre par des contre-dons. C'est pour cela que la perpétuation du don à autrui est le choix que prennent majoritairement les « bénéficiaires », plutôt que la réalisation d'un contre-don aux bénévoles : ils savent qu'ils ne sauront rendre, l'État l'a déjà fait. Ainsi, il est sans doute plus aisé pour les « participants » de rendre aux « animatrices » – les donneuses initiales et reconnues – qui achètent elles-mêmes les denrées.

7.4. En quelques mots : le don, une violence alimentaire ?

Afin de conclure ce premier chapitre, nous proposons de reprendre nos diverses hypothèses préalablement posées en ce qui concerne le fonctionnement du don.

En premier lieu, il a été avancé que le mécanisme du contre-don pouvait se concrétiser sous diverses formes, mais qu'il trouvait une expression plus aboutie au sein des dispositifs « alternatifs » d'aide alimentaire, dont la structure associative favoriserait davantage la réciprocité. En effet, bien qu'un retour monétaire soit attendu dans les deux associations, il n'est pas perçu par les « bénéficiaires » de la *structure A* comme un contre-don. *A contrario*, il peut être conçu comme tel à la *structure B*, bien que nous ayons pu constater qu'il y a une ambiguïté quant à sa réception, par les « animatrices », en fonction du prix payé par les « participants ». Concernant les contre-dons non monétaires, ceux-ci sont plus diversifiés et considérés

textuellement comme tels par les « participants », mais aussi par les « animatrices ». Ces façons de rendre renforcent la dignité, l'estime de soi et le sentiment d'appartenance des « participants » via différentes formes d'aide, mais aussi via des attitudes physiques et non verbales. Ainsi, il devient clair que la façon dont la chose donnée circule est au moins aussi importante que ce qui circule, si pas plus (Godbout, 2009 ; Mauss, 2012 [1925]). La situation à la *structure A* est quelque peu différente. Les possibilités de rendre sont plus limitées, sous l'effet des freins des bénévoles (méfiance, évitement des « bénéficiaires » au prétexte du manque de temps), mais aussi en raison de l'intervention étatique dans le fonctionnement de l'aide alimentaire « traditionnelle ». Les contre-dons pourtant effectués sont donc jugés comme « incomplets », car non réalisés dans la dignité des « bénéficiaires », ou non adressés aux donateurs directement (Godbout, 2009, p. 201).

Ensuite, nous pensions que la « valeur de lien » était plus prégnante dans les associations dites « alternatives », et qu'au contraire, ce qui circulait dans les associations dites « traditionnelles » menait à une dépersonnalisation et à une rupture de l'identité du receveur. C'est une hypothèse que nous validons, et à laquelle nous ajoutons qu'il y a une corrélation positive entre la « valeur de lien » circulant dans une association et la possibilité de rendre. Effectivement, d'une part, la « valeur de lien » vient consolider la possibilité et l'envie de faire un contre-don et, d'autre part, les actes qui induisent ce même contre-don renforcent la « valeur de lien ». Cela mène à un cercle vertueux, bien moins présent à la *structure A*, étant donné que le retour « *peut se situer dans le lien lui-même, dans la valeur de lien* » (Godbout, 2009, p. 201), mais que ce lien est notamment soumis à l'évitement des bénévoles.

Enfin, il a été posé comme hypothèse que l'impossibilité de rendre constituait une forme de violence alimentaire, ou tout du moins une source de ces *violences*, et que, de cette impossibilité, découleraient certaines formes de *résistance*. À nouveau, nous validons cette hypothèse qui constitue le fil rouge de cette recherche.

8. Chapitre 2. Vivre des violences alimentaires : quelles variations selon les types de structures ?

8.1. À des violences alimentaires structurelles, ...

« Mais l'État, il fait chier. C'est rendre plus pauvres les gens déjà pauvres, ce qu'ils sont en train de faire, c'est hyper individualiste, ils veulent plus d'associatif. Nous on fait déjà le travail que [les politiciens] devraient faire, et on nous coupe les vivres quoi. C'est : « Ah vous avez pas diminué la pauvreté, donc on vous enlève des fonds. ». » - Nina, « animatrice »

Ce deuxième chapitre portera sur l'étude des violences alimentaires dont la typologie a été proposée par Bonzi (2023a). L'autrice les définit comme suit : « *La force, intentionnelle ou non, qui empêche une personne d'accéder à son droit à l'alimentation, cela donnant lieu à des atteintes physiques et/ou morales. Elles se situent dans un contexte particulier : dans un pays où la nourriture circule en abondance et où ce droit, défini comme un droit d'accès à l'alimentation dans des conditions « acceptables », est consacré par la loi.* » (Bonzi, 2023a, p. 305). Pour saisir à quelles « atteintes physiques et/ou morales » les « bénéficiaires » et les « participants » sont confrontés, remettons en contexte que celles-ci s'inscrivent dans des violences alimentaires structurelles, dont la particularité est de nier que ce sont les causes de la précarité alimentaire qui doivent être modifiées et non ses conséquences, comme le recours à l'aide alimentaire. En effet, nous avons précédemment expliqué que l'abandon par l'État de son rôle social, en renonçant à garantir l'effectivité du droit à l'alimentation, témoigne d'un processus de déresponsabilisation institutionnelle. D'autant plus que ce droit, pourtant fondamental pour les personnes qui en dépendent afin de retrouver une forme de dignité, est parallèlement remplacé par une injonction à la responsabilité individuelle (Bonzi, 2023a, p. 418). Cette violence est bien *structurelle* et est, *de facto*, présente dans chaque lieu d'aide car elle est le reflet d'un droit non respecté (Bonzi, 2023a, p. 410). En somme, selon Bonzi (2023a), c'est au sein de ces espaces dans lesquels les droits ne sont pas respectés que la violence intervient, puisque le demandeur y est vulnérable. Le troisième chapitre discutera ce postulat puisque d'après Crozier et Friedberg (1977), ce sont justement dans ces espaces d'« incertitudes » qu'une résistance est possible, en développant une « marge de liberté » (p. 30).

Au-delà des violences alimentaires structurelles, nous pouvons nous questionner sur la façon concrète dont les violences alimentaires étatiques se matérialisent au sein de nos deux associations. En effet, celles-ci se reflètent, d'une part, dans les conditions de fonctionnement des associations et, d'autre part, dans les conditions de vie des bénévoles et/ou des praticiennes.

Nous investiguons ces *violences* – qui se façonnent différemment dans les deux structures – dès lors qu’elles entraînent des répercussions sur les publics des associations.

La première violence alimentaire étatique que nous pouvons identifier est la soumission des associations à des normes imposées. En effet, les services de l’aide alimentaire « traditionnelle » sont généralement confrontés à des normes dictées par les structures qui leur octroient des financements ou des aliments. Par exemple, le FEAD impose un seuil de précarité en dessous duquel un individu peut être reconnu comme « bénéficiaire », et ainsi avoir droit à un colis. En effet, le calcul que Cécile, l’assistante sociale de la *structure A*, doit réaliser pour octroyer un colis est le suivant : $[le\ salaire + le\ montant\ des\ allocations\ et\ d'autres\ sources\ de\ revenus] - [le\ prix\ du\ loyer + les\ charges + les\ dettes] \div [le\ nombre\ de\ membres\ dans\ la\ famille] \div [le\ nombre\ de\ jours\ par\ mois\ (30)]$ (extrait du JT du 28/04/2025). Si le résultat se situe en-dessous de seize, la personne peut se voir octroyer un colis, s’il est au-dessus, techniquement, cela ne sera pas possible. Notons l’utilisation du mot « techniquement » car nous verrons que Cécile dispose d’un *pouvoir discrétionnaire* qui peut créer de la *frustration*, une des violences alimentaires psychologiques identifiées. Retenons également que, pour pouvoir faire ces calculs, Cécile doit demander un bon nombre de papiers plus ou moins intimes, obligeant les « bénéficiaires » à dévoiler leur situation, ce qui peut relever du *contrôle* et du *harcèlement*, deux autres violences alimentaires psychologiques que nous expliquerons dans notre deuxième sous-chapitre. Mais Cécile y est contrainte : les associations sont elles-mêmes soumises à ce *contrôle*. En effet, il arrive que des inspecteurs du FEAD viennent, par surprise, vérifier le respect des règles par les associations. Une autre source de *contrôle* vient de la banque alimentaire puisque l’Administrateur délégué de la banque alimentaire de Bruxelles-Brabant se réserve le « droit » de faire des visites spontanées dans certaines structures avec des « inspecteurs » qui sont en fait des bénévoles sans, pourtant, aucun pouvoir légal de coercition (extrait du JT du 05/09/2024).

Bien que la situation soit différente au sein de la *structure B* puisque l’accès à l’association est non-conditionnel, Nina, « animatrice », explique que ses collègues et elle-même sont également confrontées à l’imposition de normes et de conditions. Ainsi, lorsqu’elles reçoivent des financements étatiques ou de fondations, elles doivent rendre des comptes et garder toutes les factures d’achats et de dépenses pour justifier où a été investi l’argent octroyé³⁵ :

« Et donc au début, on voulait aussi postuler à la [fondation anonyme] mais il y avait un problème de valeur, et en plus, on s’est rendu compte que toutes ces fondations, elles veulent

³⁵ Soulignons que, de notre point de vue, il est essentiel de justifier l’utilisation de l’argent public. Cela n’enlève pas l’importance de ce que relatent les « animatrices » en ce qui concerne la charge que leur incombe la recherche de financements non structurels.

toujours te pousser à faire plus. Donc là, ils voulaient qu'on ouvre dans une autre localité ou qu'on augmente notre impact en ouvrant les samedis et les soirs de la semaine. On a aussi des indicateurs de performance. Mais tout est mesuré et c'est lourd quoi. Moi ça m'éloigne du cœur du projet de prendre tout mon temps à demander des subventions. Ils ne comprennent pas que ce soit perçu comme violent. » - Julie, « animatrice »

« On n'a pas de financement structurel. Or, des médecins nous recensent comme lieu d'accueil. Enfin voilà, que tu aies une Julie qui soit en train de s'essouffler à faire des demandes de subventions où tu dois justifier, faire toujours des nouveaux projets... Bah c'est vrai que ça commence à un peu nous fatiguer quoi. » - Nina, « animatrice »

En effet, ayant visité deux CPAS qui organisent une distribution de colis, nous avons pu constater que des prospectus regroupant des associations d'aide alimentaire se trouvaient dans la « salle d'attente ». Nous y avons également appris que certains praticiens de ces deux CPAS orientent des personnes vers des structures d'aide alimentaire lorsque leurs services sont complets (extrait du JT du 11/09/2024 et du 12/09/2024). Ainsi, les extraits de Julie et Nina renvoient à ce que les sociologues Hugues-Olivier Hubert et Justine Vleminckx (2016) estiment être le point commun entre les types d'aides alimentaires : les structures doivent « *composer avec des moyens insuffisants et précaires* » (p. 4). En effet, celles-ci doivent faire face à des contraintes « *financières, administratives, organisationnelles [ou même] éthiques* », ce qui mine la qualité de l'accueil, de l'accompagnement ou de la confection des repas et des colis, faisant des publics cibles des « *victimes collatérales* » (Hubert et Vleminckx, 2016, p. 4). Dans ce contexte, les praticiens et bénévoles sont traversés par le décalage qu'il y a entre les missions à réaliser et l'insuffisance des moyens (Bourdieu, 1993, p. 223). De plus, il est demandé aux associations de se comporter selon les normes du secteur marchand, ce qui fait qu'elles se retrouvent prises dans « *une logique de performance et d'efficacité* » (Paugam, 1994, p. 907). Cela a pour conséquence d'instaurer une rivalité entre les structures, notamment autour de l'accès aux dons (Le Crom et Retière, 2018, p. 253), ce qui fut remarqué sur nos deux terrains :

« [Une association d'aide alimentaire], ils venaient à soixante [à une foire de Carrefour]. Ce n'est pas juste pour les autres assos, c'est pas équitable. Et au final, on n'avait plus rien à reprendre parce qu'ils étaient hyper nombreux. Et en plus ils étaient entrés vingt minutes avant tout le monde. » - Victor, « chef » des bénévoles

« L'objectif avec [autre restaurant participatif], c'est de monter un réseau, comme ça en plus il y aura pas de compétition ou quoi. » - Julie, « animatrice » (extrait du JT du 26/05/2025)

La deuxième violence alimentaire étatique que nous pouvons constater réside dans le fait que la précarité des associations entraîne une précarité financière des « animatrices » qui sont, selon elles, « *payées une misère pour grapiller de l'argent* » (extrait du JT du 26/05/2025). Mais également une précarité psychique causée par le stress de l'incertitude quant à la stabilité des financements (Puaud, 2013, p. 16). Au centre de distribution, il semblerait que les bénévoles

ressentent moins les impacts de la précarité de ce système sur leur vie privée dès lors que leur activité de bénévoles ne représente pas leur emploi, et qu'ils n'ont pas à être dans une course constante pour rechercher des financements. En effet, les locaux sont payés, la nourriture est reçue à un coût très faible (quatre euros annuels par « bénéficiaire »), et cette association est une importante structure stable et pérenne. Néanmoins, les bénévoles de la *structure A* sont tout de même des personnes majoritairement pas ou peu aisées, dont la quasi-totalité est sans emploi, et dont certains étaient « bénéficiaires » avant d'être bénévoles, mais dont les conditions de vie n'ont pas changé. Ce faisant, puisqu'eux prennent le rôle de bénévoles et ne se « contentent » pas de faire la file pour un colis, ils jugent les « bénéficiaires » en se comparant à eux :

« Mais quelle chance pour eux [les « bénéficiaires »] ! Si tu vas à Aldi pour acheter juste l'huile, c'est déjà plus cher que tout leur colis. Parfois, ici, il y a des biscuits, des pâtes à tartiner. Ça coûte plus que deux euros quoi, ça. Je n'ai jamais acheté des pâtes à tartiner. [...] Moi, j'ai pas la chance pour partir quelque part en vacances, en quinze ans on est parti deux fois. Eux, en juillet et août ils sont pas là, ils sont tous « malades ». Moi, j'ai peur de changer ma voiture et de faire un crédit, eux, t'as vu leur voiture ? » - Adriana, bénévole

La situation d'Adriana débouche sur du ressentiment à l'égard des « bénéficiaires », alors qu'ils semblent partager des conditions d'existence similaires. Cela a été étudié par le sociologue Olivier Schwartz (2009) qui, en analysant les conditions de certains conducteurs de bus de la RATP (société de transport parisienne), a remarqué que ceux-ci ne partageaient pas les types de représentation sociale que le sociologue Richard Hoggart (1970) avait proposé à l'époque. Effectivement, ce dernier avait présenté la fameuse distinction entre un « eux » – les bourgeois, les dominants, les patrons, les intellectuels – et un « nous » – les classes populaires. En revanche, Schwartz (2009) a constaté presque quatre décennies plus tard, que la conscience qu'avaient ses enquêtés du monde social était triangulaire et non binaire : les conducteurs se sentaient lésés par ceux d'en haut et ceux d'en bas, par exemple avec l'idée que l'on « aide trop » ceux d'en bas et donc que ceux « du milieu » « *payent pour tout le monde* » (p. 5). C'est donc ce que le sociologue a appelé la « *tripartition de la conscience sociale* » (Schwartz, 2009, p. 5). Les propos d'Adriana renvoient également à la distinction entre les « bons pauvres » et les « mauvais pauvres » (Violette-Bajard, 2000 ; Fassin, 2001), précédemment expliquée. Nous serons confrontés à différentes reprises à des propos de personnes en situation de précarité critiquant – dans une vision *triangulaire* du monde social – d'autres personnes dans la même situation. Suivant le travail du sociologue Nicolas Duvoux (2009), nous tenterons de saisir comment certains « bénéficiaires » et « participants » en rabaisent d'autres pour s'en distancer, mais aussi des individus qu'ils jugent « supérieurs » à eux-mêmes. Notons que les dires d'Adriana, qui sont communs au sein de la *structure A*, ne le sont pas à la *structure B* étant donné que les « participants bénévoles » ne sont, à la quasi-unanimité, pas touchés par une

précarité financière³⁶. Pourtant, cela n'empêche pas certains d'opérer la même distinction qu'Adriana entre des prétendus « bons » et « mauvais » pauvres, comme nous l'avons vu au précédent chapitre.

Enfin, nous intégrons les violences alimentaires physiques qui découlent directement des violences alimentaires étatiques. En effet, les personnes recourant à l'aide alimentaire voient leur accès à l'alimentation restreint dans une société où, pour exister, il faut consommer, et où les publics cibles sont jugés « inutiles » dans un paradigme dans lequel il faut « *produire de la valeur pour avoir de la valeur* » (Bonzi, 2023a, p. 390). De fait, lorsque le principe d'utilité sociale fonde la société, « *le pauvre inutile est nourri des restes et des excédents de production. Il ne doit rien coûter à la collectivité [et] n'a plus sa place dans le rapport social* » (Violette-Bajard, 2000, p. 196). C'est ainsi que l'aide alimentaire a évolué en un « *mode d'approvisionnement d'une population particulière* » que l'on a assigné à des « sous-produits » (Bonzi, 2023a, p. 256). C'est également de la sorte qu'en parle Isabelle, la travailleuse s'occupant de la formation des bénévoles, en formulant que « *l'État fait des « bénéficiaires » des citoyens de seconde zone* ».

Pourtant, la définition de la sécurité alimentaire issue du Sommet mondial de l'alimentation de 1996 insiste sur l'importance de la qualité et de la quantité de la nourriture (Bonzi, 2019, p. 68). Concernant cette dernière, à la *structure A*, six enquêtés sur huit estiment que la quantité est parfois ou toujours insuffisante (voir photos : Figure 1). En effet, celle-ci varie selon les distributions puisque le nombre d'invendus est positivement corrélé à la quantité retrouvée dans les colis. Comme le dit Victor, le « chef » des bénévoles : « *C'est la loterie tous les jours.* ». La quantité varie également en fonction de l'heure à laquelle les « bénéficiaires » arrivent au centre de distribution. D'ailleurs, certains enquêtés ont remarqué qu'au fil des mois, la quantité de leurs colis a diminué :

« *Quand tu viens très tard, parfois tu n'as même plus de viande.* » - Yan, « bénéficiaire »

« *Le prix augmente mais la quantité diminue, on a moins de lait qu'avant, ça crée des trous. [...] Et l'huile d'olive a été remplacée par de l'huile de maïs.* » - Walida, « bénéficiaire »

³⁶ Selon les dires de Julie, « animatrice » : « *Donc oui je trouve que le collectif représente relativement le public, enfin oui et non. C'est-à-dire que sur l'isolement je pense que là oui. Sur le niveau socio-économique, bah non. En fait la plupart des gens du collectif n'ont pas à s'inquiéter pour leur niveau de revenu parce qu'ils ont un bon salaire, ou elles ont un mari qui travaille, ou ils ont une bonne retraite.* ».

Figure 1 : Illustration de la quantité des produits à la structure A



Source : photos personnelles (8 mai 2025).

Voici la quantité d'un colis pour une personne, pour deux semaines, en ce qui concerne les produits du FEAD. Il manquait du stock de produits à distribuer, mais lorsque toutes les marchandises sont en stock, voici ce qu'une personne reçoit :

- Une brique de lait
- Un paquet de macaronis
- Un sachet de riz
- Un paquet de farine
- Une tablette de chocolat
- Un sachet de café
- Un paquet de thé
- Deux sortes de confitures
- Deux boîtes de maquereaux
- Deux boîtes de tomates pelées
- Un paquet de spaghettis
- Une bouteille d'huile de maïs
- Une boîte de riz au thon
- Une boîte de concentré de tomates
- Une boîte de haricots rouges ou de petits pois-carottes

En ce qui concerne les invendus, donc le « frais », cette même personne a reçu un colis composé de :

- Deux pommes
- Une sauce piquante
- Trois clémentines
- Un sachet d'épices mexicaines
- Une autre bouteille d'huile

Quant à la qualité des produits, nous avons vu dans l'état de l'art que celle-ci est vivement critiquée dans les associations d'aide alimentaire « traditionnelles ». Il est vrai qu'à la *structure A*, la nourriture est peu variée (voir photo : Figure 2) puisque les produits issus du FEAD sont toujours les mêmes, et ne sont pas adaptés aux envies, besoins et cultures de chaque personne. De fait, le choix des aliments n'est pas permis, information sur laquelle nous reviendrons puisqu'elle est en lien avec la deuxième violence alimentaire psychologique étudiée, *l'isolement*. De plus, les « bénéficiaires » reçoivent assez régulièrement de la nourriture périmée lorsqu'elle est issue des invendus de supermarchés, mais également de faible qualité (voir photos : Figure 3), même lorsque celle-ci provient du FEAD, ce avec quoi les bénévoles sont d'accord. Sur huit entretiens, sept enquêtés ont répondu avoir déjà reçu des denrées dont la date limite de consommation était dépassée :

« Il y a beaucoup de choses qui sont PE-RI-MEES. Et ça, malheureusement, j'ai dû remplir mes sacs poubelles à cause des choses périmées. Je ne vois pas sur le coup parce qu'il faut vite prendre le chariot et partir pour céder la place à quelqu'un d'autre. Mais quand je rentre à la maison et que je regarde... Moi, j'ai peur de consommer ça. » - Talia, « bénéficiaire »

« On a parfois trop d'un seul aliment. Par exemple on a juste vingt yaourts. » - Paula, « bénéficiaire »

« Quand tu vois les trucs du FEAD, tu te dis : « Ah oui, c'est pour les pauvres, donc c'est dégueulasse, quoi. ». Ah oui, non, mais c'est destiné. Il y avait un machin ici qui était du poulet curry. C'était dans un emballage en verre, donc tu voyais l'intérieur. Écoute, ça avait l'air dégueulasse, radioactif le truc. D'ailleurs, on s'en débarrassait pas facilement. [...] La viande qu'on reçoit est quand même toujours très bas de gamme. Mais toutes les viandes périment, donc je ne sais pas comment ça se passe avant qu'elles arrivent ici, s'il n'y a pas déjà un écrémage préalable. [...] Je pense qu'on est souvent à la limite de la légalité parce que tu n'es quand même pas supposé donner les trucs qui sont périmés. » - Luc, « bénévole »

Figure 2 : Illustration de la variété des produits à la *structure A*



Voici le contenu d'un colis composé d'invendus dits « frais », destiné à une famille de cinq personnes ou plus. Ce colis est prévu pour une durée de deux semaines et reste identique, qu'il y ait cinq ou dix membres dans la famille, en ce qui concerne la quantité d'invendus distribués.

Celui-ci est composé de quatre produits :

- Trois paquets de champignons
- Dix-sept poivrons verts
- Seize pots de crème dessert
- Une boîte de pois chiches

Source : photo personnelle (24 avril 2025).

Figure 3 : Illustration de la qualité des produits à la *structure A*



Source : photos personnelles (24 avril 2025).

Comme nous le constatons, les « bénéficiaires » reçoivent assez régulièrement des légumes brunis, vieillis, mais aussi parfois des aliments périmés et non triés, envoyés ainsi par les magasins alimentaires. D'autres aliments sont en très bon état, comme on peut le remarquer sur le persil, ce qui renforce l'effet « loterie » dont parle le « chef » des bénévoles, Cédric.

Recevoir de la nourriture périmée peut avoir un impact psychologique sur les individus, comme l'explique la « bénéficiaire » Paula : « *Parfois, je me sens mal quand on nous donne des choses périmées.* ». En outre, cette nourriture a des effets sur le corps et la santé des « bénéficiaires » dès lors que l'impact du stress lié au manque et à l'incertitude ne laisse pas d'espace mental aux personnes pour se soucier de leur alimentation, en plus des carences qui découlent de l'alimentation imposée que nous avons mises en avant dans la revue de la littérature (Bonzi, 2023a, p. 217). À cet égard, Bonzi (2023a) explique qu'elle voyait, au fur et à mesure que le temps passait sur son terrain, certains enquêtés « gonfler » (p. 218).

À la *structure B*, ce n'est pas le cas. En effet, il a été entendu dire par Anabelle, une « participante », qu'elle se sent bien mieux depuis qu'elle fréquente le restaurant, autant mentalement que physiquement, en s'estimant plus légère et mieux dans son corps (extrait du JT du 08/12/2024). De plus, la structure des repas du restaurant participatif renvoie à un idéal-type culinaire, à savoir une soupe en entrée, un plat, et un dessert, contrairement aux distributions de la *structure A* qui, à la vue de ce qui est reçu, nécessitent par la suite « *d'exceller dans l'art d'utiliser les restes* » (voir Figures 1 à 3, pp. 71 et 73) (Violette-Bajard, 2000, p. 180). Par ailleurs, la plupart des « participants » ont mentionné l'importance et la prédominance des produits frais, locaux – puisqu'achetés dans une ferme voisine –, variés (voir photo : Figure 4) et bio, dans des assiettes équilibrées et qualitatives (voir photos : Figure 5), nourriture à laquelle ils semblent n'avoir majoritairement pas accès chez eux :

« *J'ai découvert le plaisir de bien manger ici. Ils s'améliorent et les personnes qui cuisinent changent, ce qui fait varier aussi en fonction des jours.* » - Cédric, « participant »

« *Dans un petit studio de trente-deux mètres carrés, il n'y a pas beaucoup de place. Ici, il y a une table, c'est autre chose. Je n'ai même pas de four, donc les plats surgelés que j'achète, je les fais cuire sur la poêle. Pas pratique pour les lasagnes !* » - David, « participant »

Néanmoins, les « participants » ne peuvent pas choisir ce qu'ils vont manger s'ils ne cuisinent pas avant, ce qui ne semble pourtant pas être mal reçu, même si un régime végétarien est imposé. En ce qui concerne la quantité (voir photos : Figure 6), celle-ci est dépendante du nombre de « cuistots » et de « mangeurs » du jour. En effet, lorsque les « animatrices » ne cuisinent qu'avec très peu de personnes, et qu'un nombre inhabituellement important de « participants » viennent manger, cela peut compromettre la quantité des repas :

« *L'aspect nourriture, ça dépend des jours, parfois je n'ai pas grand-chose dans mon assiette. Comme en ce moment j'ai aucun revenu, c'est mon seul repas de la journée et parfois c'est un peu touchy. Quand il y a trop de monde, il n'y a pas assez.* » - Anabelle, « participante »

Figure 4 : Illustration de la variété des produits à la structure B



Source : Anonyme

Étant issue de l'association, cette photo n'est pas personnelle. Elle reflète toutefois parfaitement l'étendue des buffets quotidiens composés de différents aliments, comme il fut observé sur le terrain.

Figure 5 : Illustration de la qualité des produits à la structure B



Source : Anonyme

Ces photos sont de nouveau issues de l'association. Ici encore, elles reflètent tout à fait les arrivages des maraîchers de la ferme avoisinante, comme il fut observé sur le terrain.

Figure 6 : Illustration de la quantité des produits à la *structure B*



Source : Anonyme

À nouveau, ces photos sont issues de l'association. Elles représentent adéquatement la façon dont les assiettes sont composées, une fois toutes les personnes servies, comme il fut observé sur le terrain.

Précisons qu'au restaurant participatif, il n'est aucunement évoqué par les « participants » le sentiment de « manger les restes » non achetés de consommateurs, la nourriture étant presque exclusivement achetée et transformée sur place. De fait, même si les « animatrices » prônent une vision « antigaspi » pour le restaurant, le « risque psychologique » à donner des produits périmés ou abîmés à des personnes parce qu'elles sont pauvres ne se pose pas (Le Crom et Retière, 2018, p. 196). Cela est amplement relayé par les « participants » et s'accompagne au contraire d'un sentiment de fierté et d'appartenance prédominant au sein de l'association qui permet d'atténuer la « *souffrance du déclassé de devoir manger les restes d'une société* » (Bonzi, 2023a, p. 285). Et ce, contrairement à la *structure A* où Luc, un bénévole, explique qu'« *il y a quand même une frange de la population qui vit des déchets* », en parlant des « bénéficiaires ».

À cette étape, nous retiendrons que : comme nous l'avons mis en exergue, les conséquences des violences alimentaires étatiques finissent toujours par toucher les publics cibles, que cela soit par un mauvais accueil, la réception de mauvais aliments, ou du jugement de la part des bénévoles (Puaud, 2013, p. 16). Mais ce sont les conditions dans lesquelles sont placés les travailleuses et les bénévoles qui minent leur relation avec les « participants » ou les « bénéficiaires ». En effet, leurs injonctions à atteindre des résultats et au respect des règles imposées se font au détriment de leur relation avec les usagers, et donc de la « valeur de lien », ce que déplore Nina :

« On aimerait bien animer à deux, de un pour la technicité, de deux pour notre santé mentale, et de trois pour prendre soin du groupe et de la relation. Mais ça veut dire doubler les coûts pour lesquels on n'a pas d'argent. » - Nina, « animatrice » (extrait du JT du 26/05/2025)

Nous avons également pu constater que les violences alimentaires physiques sont plus prégnantes au centre de distribution qu'au restaurant participatif, avec comme cause première la source des aliments. Ainsi, puisque la qualité et la provenance de la nourriture donnée sont très importantes dès lors qu'elles concrétisent la « *considération sociale des destinataires* » (Violette-Bajard, 2000, p. 182), nous pouvons constater une considération plus importante à l'égard des « participants ». Cela rejoint d'ailleurs les conclusions de notre premier chapitre qui mettaient en avant une plus grande estime pour la « valeur de lien » au restaurant participatif, et donc une plus grande reconnaissance, *in fine*, pour les « participants ». Il semblerait que certains membres de la *structure A* soient conscients de cette inconsideration, en la resituant dans des violences alimentaires étatiques. C'est le cas d'Isabelle – dont le rôle est de former les bénévoles du centre de distribution – qui nous a expliqué que ces *violences* sont « *très délétères au niveau de la dignité et de l'estime de soi, ça peut rendre [les « bénéficiaires »] en colère, ils peuvent avoir peur, honte. Donc c'est à cause des conditions dans lesquelles l'État délègue.* ». Insistons ainsi sur le fait que ces *violences* sont à replacer dans un point de vue structurel. De fait, c'est parce que l'écrasante majorité de ce qui circule passe par le système marchand – dont le don désormais – que l'on constate un désintérêt des politiques quant à la volonté de répondre à des « besoins », ou simplement à une utilité : seule l'efficacité est recherchée et valorisée (Godbout, 2004, p. 230).

8.2. ... des réponses non structurelles, et toutes les violences qui en découlent

« Malgré toutes les bonnes intentions des bénévoles, on subit le contrôle de la fiche de renseignements à chaque passage, le contrôle des produits que l'on peut prendre ou pas, la honte du refus, la honte de la file d'attente à la vue de tous, la menace de ne pas être servi, etc. Ces petites atteintes dégradent l'estime de soi. » (Bonzi, 2023b, p. 91)

Selon Le Crom et Retière (2018), le minimum vital aux besoins physiologiques des citoyens est généralement envisagé par les politiques et les acteurs compétents, mais les « *implications sociales du statut d'assisté* » sont mises de côté (p. 299). En effet, les auteurs expliquent que dans le cas de l'aide alimentaire, les associations permettent d'atténuer, sans pour autant supprimer, les difficultés rencontrées pour se nourrir, mais que la demande d'aide « *condamne le pauvre à exposer son impuissance sociale* » (Le Crom et Retière, 2018, p. 300). Alors, quelles sont les « implications sociales » dont parlent les auteurs ? Et quelles sont les répercussions de l'« exposition » des publics cibles ? Pour répondre à ces questions, nous allons à présent analyser les différentes façons dont les conditions des « bénéficiaires » et des « participants »

se matérialisent sur nos deux terrains, en investiguant ce que Bonzi (2023a) a nommé les violences alimentaires psychologiques. Ces dernières sont au nombre de huit, que nous allons regrouper en cinq catégories : 1) les *intimidations* ; 2) l'*isolement* ; 3) la *frustration* ; 4) le *contrôle*, le *harcèlement* et les *menaces* ; et 5) l'*inversion de la faute* et la *culpabilité*. Nous rajouterons également une sixième catégorie d'analyse : l'*attente de reconnaissance*, sur laquelle nous ne pouvons faire l'impasse du fait de sa prégnance sur nos deux terrains d'enquête. Il convient de préciser que les *violences* que nous allons présenter proviennent des bénévoles, « participants bénévoles » et « animatrices » des associations. Néanmoins, il est essentiel de les replacer dans un système inégalitaire et lui-même violent, comme nous avons tenté de l'expliquer avec l'analyse des violences alimentaires étatiques. Aussi, l'objectif de notre recherche n'est pas de faire reposer la faute de ces *violences* sur les bénévoles et les praticiennes, mais d'en analyser la teneur. Comme l'expliquent Didier Fassin et le sociologue Jean-Sébastien Eideliman (2012) : « *La manière dont on pose les questions morales autour d'un problème donné dans la sphère publique, et parfois plus précisément dans le discours politique, influe sur les représentations et les pratiques que l'on trouve dans les institutions ou même parmi les professionnels chargés de ce problème [constituant des] évidences morales partagées.* » (p. 15).

a) Intimidations

« *On est des chiens ici.* » - Walida, « bénéficiaire »

Pour envisager la question des *intimidations*, nous allons questionner le rapport de domination de certains bénévoles sur les « bénéficiaires » à travers le principe de *hiérarchie*, de « *réduction identitaire* » des individus en une masse homogène, et de leur *stigmatisation* via le jugement. Concernant le premier point, nous avons déjà saisi deux façons de concrétiser la *hiérarchie* au sein de la *structure A* puisque celle-ci transparait d'une part, selon Le Crom et Retière (2018), par le fait de donner des « sous-produits » (p. 278). D'autre part, nous avons vu qu'elle se réalisait dans l'impossibilité de faire un contre-don puisque « *ne pas rendre, [...] c'est accepter la supériorité du donateur, c'est ne plus être en position [...] d'échange égalitaire* » (Fustier, 2008, p. 322). Elle se ressent alors par les « bénéficiaires » d'une troisième façon : à travers les mots et les comportements des bénévoles, perçus comme des marqueurs de supériorité. En effet, le *cri* de ces derniers est l'élément qui est le plus revenu lorsqu'il était demandé aux « bénéficiaires » comment se déroulait une distribution. Mais aussi, le fait que les bénévoles rabaissaient les « bénéficiaires », qu'ils n'étaient « pas à l'écoute », « pas gentils », ou « pas compréhensifs ». Ainsi, la *hiérarchie* est explicite et se matérialise par de la violence verbale ou psychologique. Les « bénéficiaires » saisissent la position à laquelle ils sont assignés :

« Donc ok, on donne trois euros, mais au moins alors qu'on nous traite comme des gens normaux. [...] Et à tout le monde, [une « bénévole »] dit : « Ici c'est la loi, c'est nous qui faisons la loi. ». [...] On est invisibles. » - Gloria, « bénéficiaire »

« Ce que je trouve vraiment très mal c'est qu'ils te montrent qu'ils ont le pouvoir de te marcher dessus. Tu vois, tu viens, tu dis bonjour, ils te regardent comme si tu n'étais rien. [...] C'est la manière de parler aux gens aussi. On dirait qu'on est des enfants. Même les enfants on leur parle avec respect. Je dirais même qu'on est le sol. » - Fatou, « bénéficiaire »

« Ce n'est pas parce qu'on vient chercher des colis alimentaires que ça veut dire qu'on est pauvre et qu'on n'a pas de valeur. » - Talia, « bénéficiaire »

Notons aussi que cette hiérarchie passe par l'utilisation des mots pour qualifier les individus, et pas uniquement pour s'adresser à eux. En effet, comme l'expliquent Le Crom et Retière (2018), *« nommer le destinataire de l'aide, c'est lui signifier le statut qu'on lui prête, le rôle que l'on s'assigne et la relation que l'on cherche à instaurer avec lui. En ce sens, rien n'est moins neutre socialement que le vocable utilisé pour le désigner »* (p. 161). Ainsi, à la structure A, les appellations de « bénéficiaires » et à l'inverse, de bénévoles, contraignent les individus à des rôles et des places desquelles ils ne peuvent s'extraire : les mots ont un pouvoir performatif et produisent des effets concrets (Puaud, 2013, p. 19)³⁷. En ce qui concerne le vocable de « bénévoles », Estany et al. (2020b) appuient sur la « supériorité morale » qui leur est adossée (p. 7), à laquelle nous pouvons ajouter que leurs actes sont communément considérés comme rationnels et réfléchis. Pour les « bénéficiaires », ce terme renvoie à un individu qui reçoit, ce qui joue sans doute dans l'impossibilité de réaliser un contre-don. C'est parce qu'il y a une telle différence de statut entre les bénévoles et les « bénéficiaires » que ces derniers insistent sur l'« invisibilité » ou l'« inconsideration » auxquelles ils sont confrontés, et qui ressortent de manière frappante de nos entretiens. Cela a été investigué par le sociologue Erving Goffman (1975 [1963]) : la relation entre une « sur-personne » et une personne stigmatisée peut aboutir à la perception de cette dernière comme étant meilleure ou pire qu'elle ne l'est réellement, mais bien souvent, c'est comme une « non-personne » qu'elle est perçue (p. 31). En outre, le vocable de l'animalité est très prégnant au centre de distribution. L'extrait de Walida, qui ouvre cette catégorie, illustre un ressenti partagé, loin d'être isolé. Cette analogie entre les « bénéficiaires » et des animaux se fait également de la part des bénévoles :

« Quand [les « bénéficiaires »] se jettent sur ces bananes (que des bénévoles ont sorti dehors en libre-service), ça me fait bizarre, parce qu'en fait, c'est bizarre à dire, mais ça me rappelle

³⁷ Cette question mériterait une analyse sémantique du vocabulaire déployé et de ses effets, autant concernant les mots dont une idéologie néolibérale se saisit, tels que « assisté » ou « profiteur », que les mots déployés au sein des structures d'aide alimentaire, ainsi que la corrélation entre ces derniers. Ainsi, si la langue conditionne les comportements, mais aussi que les individus et les relations dans lesquelles ils se trouvent sont prédéterminées par leur langage et l'idéologie dans laquelle il est développé, il serait pertinent de mener une analyse à ce sujet pour enrichir cette recherche.

une image. Moi je suis portugais, donc mon père avait une exploitation de cochons. Et quand t'arrives avec les cochons et que tu jettes la bouffe dans le truc, ils se jettent tous. Et c'est des cochons, quoi, c'est des animaux. Et là, tu vois ces gens et tu te dis, attendez, les gars, c'est pas des cochons, quoi. C'est pas beau à voir. » - Luc, bénévole

Ainsi, puisque la qualité des aliments fait transparaître la considération des destinataires et que sont assimilés « animaux » et « bénéficiaires », Violette-Bajard (2000) voit en ces derniers des « bénéficiaires de restes », à l'instar des animaux – en l'occurrence des cochons – et pas des « consommateurs de produits », à l'instar des humains (p. 182). Alors, leur « défaut d'humanité justifie les mauvais traitements, la violence, les humiliations » (Assouly, 2013, p. 67). Cela s'intensifie par la façon dont est traitée et nommée la nourriture. En effet, voici ce qui fut noté dans notre journal de terrain lors d'une journée d'observation participante : « *L'équipe de derrière jette dédaigneusement les produits dans le chariot, ils parlent de « bouffe », comme la nourriture des animaux : jusque dans les gestes et les mots on voit une violence physique, on voit que ce n'est pas une nourriture comme les autres.* » (extrait du JT du 09/04/2025). Ajoutons à cela que les « bénéficiaires » sont constamment ramenés à leurs origines raciales ou ethniques³⁸, et qu'ils sont appelés non pas par leur nom ou prénom, mais par un numéro qui leur a été attribué.

Cela est lié au principe de « réduction identitaire » – le deuxième aspect de la domination et des intimidations qui en découlent – puisque se nommer soi-même est un moyen « *d'exister et d'exprimer son individualité* » (Violette-Bajard, 2000, p. 31). Si les « bénéficiaires » ne sont que des numéros, ils sont ainsi réduits à une masse homogène d'individus « pauvres » et « profiteurs », selon les mots des bénévoles. Rappelons que la « réduction identitaire » consiste en « *des traitements discriminatoires [que les personnes] subissent qui sont fondés sur un regard réducteur qui ne voit en elles que des traits négativement connotés partagés par la catégorie de la population à laquelle elles sont censées appartenir. La personne peut disparaître derrière l'identité stigmatisée.* » (McAll et al., 2015, p. 28). En effet, lorsqu'une personne est stigmatisée, elle cesse d'être accomplie et devient un individu « vicié », voire « *pas tout à fait humain* » (Goffman, 1975 [1963], p. 15). Dans le cas des « bénéficiaires » de l'aide alimentaire, c'est leur identité et leur singularité qui sont violentées dès lors qu'ils sont tous regroupés sous leur caractéristique commune : la faim (Violette-Bajard, 2000, p. 66). Par conséquent, être « bénéficiaire » intervient dans le « processus identitaire » comme un élément

³⁸ Les questions du racisme et, dans une moindre mesure, du sexisme, sont importantes et mériteraient une analyse plus profonde que celle anecdotique qui suivra. Ce n'est pas par désintérêt que nous ne ferons que les évoquer, mais par manque d'espace et de choix des arguments pour répondre à notre question de recherche. En effet, cela ferait davantage l'objet d'une autre enquête. Entendons par là que ces discriminations ne constituent pas une « violence alimentaire » en soi, mais plutôt qu'elles s'inscrivent dans les inégalités que peuvent subir quotidiennement les personnes racisées, dans un lieu d'aide alimentaire, ou non.

qui mine l'estime de soi (Bergadaà *et al.*, 2011, p. 154), contrairement à la *structure B* où nous avons compris qu'être « participant » intervient dans ce processus comme un élément valorisant l'estime de soi. Fassin (2000) explique que c'est également la relation d'assistance qui participe à la construction identitaire d'un individu, lui procurant une « identité d'assisté » (p. 956). Mais questionnons-nous à la suite du sociologue Michel Messu (2008) : quelle identité ériger quand il incombe une image sociale de soi si dépréciée (p. 106) ?

Enfin, la « réduction identitaire » est encore liée à l'impossibilité de rendre puisqu'elle ne permet pas d'induire une « valeur de lien ». Comme l'explique Godbout (2006), au-delà de la dette, « *le don peut être une négation absolue de l'identité, de l'individualité du receveur* » (p. 94). De cette manière, à la *structure A*, l'identité du donneur est la seule reconnue dans l'échange de dons, alors que la reconnaissance du « bénéficiaire » serait pourtant « *une invitation à en faire partie* » (Godbout, 2009, p. 214). Comprenons que, de cette *réduction*, peut découler une « lutte pour la reconnaissance », signifiant la volonté d'être reconnu dans son identité (Ricœur, 2019 [2003], p. 327), sur laquelle nous reviendrons dans le troisième chapitre.

Le troisième aspect de la catégorie analytique des *intimidations*, découle de cette « réduction identitaire » puisque celle-ci se concrétise notamment par la *stigmatisation* faite par les bénévoles, mais également par des personnes qui entourent le lieu de distribution :

« *Tiens, [nom à consonance « étrangère »], ça c'est un bon nom de terroriste ! [...] Un des trucs que j'ai remarqués, c'est que les « enfoulardées » sont moins sympas que les pas « enfoulardées », elles disent pas merci.* » - Luc, bénévole, qui, selon ses dires, est d'« extrême gauche » et donc « forcément pas xénophobe » (extrait du JT du 24/04/2025)

« *C'est surtout des femmes qui viennent, sûrement que leurs maris les envoient, mais je sais pas hein, c'est l'éducation, la culture...* » - Sylvie, bénévole

« *Tu ne peux pas me dire à quarante ans que tu ne trouves pas de travail, que tu viens ici, que tu es malade. La rue est sale, prends le balai et balaye. Les gens, ils sont comme ça, ils profitent.* » - Adriana, bénévole

« [Dans la file d'attente pour un colis :] *Le voisin jette les caddies des gens sur eux si c'est devant sa porte.* » - Walida, « bénéficiaire »

Lorsque nous avons demandé à Walida et à d'autres « bénéficiaires » ce qu'ils répondaient à ces jugements et, en l'occurrence, aux voisins, celle-ci nous dit : « *Rien, ils ont raison, on est devant leur porte, c'est notre faute.* ». Ou encore : « *On n'a pas le choix.* ». Étant donné que Bonzi (2023a) explique que nous pouvons parler de « domination » dès lors que celle-ci « *s'exprime dans la soumission de celui qui est en situation de demandeur* » (p. 332), ces deux extraits illustrent la domination et les *intimidations* que subissent les « bénéficiaires ». Nous

reviendrons sur la soumission et « l'apparente soumission » des « bénéficiaires » dans le dernier chapitre de ce mémoire.

Au restaurant participatif, non seulement les impacts des « sous-produits » distribués ou de l'impossibilité de rendre ne sont pas avancés par les « participants », mais de surcroît, le vocabulaire a été pensé par les « animatrices » afin d'aller à l'encontre d'une hiérarchisation et de son potentiel délétère. De fait, lors d'un entretien avec l'« animatrice » Julie, celle-ci expliqua que le terme de « participant » est important car elle souhaite « *mettre tout le monde sur le même pied d'égalité et que tout le monde se sente valorisé et « empowered », d'où le fait qu'on n'impose rien et qu'on propose aux gens que les idées émanent d'eux. [...] Avec « participant », tout le monde trouve une place.* ». Alors, il semble que l'appellation « participant » se veut la plus conviviale et tend à réduire le rapport de domination entre les « donneurs » et les « receveurs ». D'ailleurs, les praticiennes ne conçoivent pas la relation qu'elles ont avec les « participants » en termes de donateur, aidant, sachant et en termes de « bénéficiaire », aidé, apprenant. C'est pourquoi elles ne souhaitent pas nommer les « participants bénévoles » de « bénévoles », afin d'éviter une *hiérarchie*. Certes, une *hiérarchie* est *de facto* présente avec la dénomination « animatrices », mais selon Julie, son rôle est de « *structurer, gérer les quantités, faire attention qu'il n'y ait pas le feu...* ». En effet, celle-ci insiste : « *On est facilitatrices plutôt, on n'est pas cheffes, tout le monde est chef du jour.* ». Cette volonté de minimiser la *hiérarchie* semble reçue comme telle par les « participants » :

« Pour moi, tout le monde est « *bénévole* » ici, tout le monde est pareil. » - Ana,
« participante »

Par ailleurs, un des aspects les plus frappants qui ressort du terrain est le fait que la « réduction identitaire » décrite par McAll *et al.* (2015) est absolument inexistante. Il y a une connaissance intrinsèque des personnes, entre les « participants » eux-mêmes ; les « participants » et les « participants bénévoles » ; et les « participants » et les « animatrices ». Cette idée que l'on puisse réduire des « bénéficiaires » à des « bouches à nourrir », et donc à des personnes qui ne sont rien au-delà de leurs besoins alimentaires, ne s'est pas retrouvée. Lors de notre observation participante, un « *bénévole* » nous a dit de faire attention car un « participant » n'aime pas être touché (extrait du JT du 24/09/2024). De plus, nous avons entendu une « animatrice » savoir ce à quoi une « participante » était allergique (extrait du JT du 07/10/2024). Ou encore, pour les fêtes de fin d'année, le restaurant a organisé un souper de Noël gratuit avec les « participants » réguliers (extrait du JT du 18/12/2024). Les participants sont reconnus, et cela s'est ressenti dans les entretiens. De fait, voici ce qu'a expliqué Béatrice, une « participante » : « *Si tu ne participes pas à donner et recevoir spirituellement, dans ton cœur, ben t'es en dépression en*

fait, tu meurs. ». Lorsqu'il lui a été demandé ce qu'elle recevait, elle répondit que « c'est matériel, social... C'est de la gentillesse... En fait j'ai trouvé, c'est le fait que quelqu'un te voie et t'apprécie comme tu es. Tu existes. Parce que si tu n'as pas de lien social, tu n'existes pas. ». Comme nous pouvons le constater, nous revenons à l'importance de la « valeur de lien », ce qui confirme nos précédents dires concernant les conséquences d'une « réduction identitaire », à savoir une absence de « valeur de lien » et un impossible contre-don.

Toutefois, en ce qui concerne la *stigmatisation* et les jugements provoquant des *intimidations*, nous avons remarqué à la fois une infantilisation des « participants » (Puaud, 2013, p. 42 ; Goffman, 1975 [1963]) par certains « participants bénévoles », et un jugement quant à la gestion de l'argent. Cela, bien que ces jugements n'aient jamais été formulés face à des « participants » selon nos observations et les retours de ceux-ci. Ainsi, il semblerait que même dans des structures qui souhaitent mettre tous les individus sur un « même pied d'égalité » (si cela est possible dans une telle asymétrie de conditions d'existence), des biais persistent et se déclenchent, notamment via une volonté d'« éducation », de « responsabilisation ». En effet, les bénévoles sont presque systématiquement « *enfermés dans une approche psychologisante et essentialiste de leur public, aux prises avec leur propre morale de classe* » (Weber, 2012, p. 54), et les « participants bénévoles » n'y échappent pas :

« Il y en a qui préfèrent acheter des iPhones plutôt que de manger. Ou alors ils mangent des frites et tout ça. Et après ils profitent et payent que dix cents. » - Kévin, « participant bénévole »

« On a été obligé [d'afficher le prix de revient à quinze euros] pour que les gens prennent conscience de ce que ça coûte, qu'ils se responsabilisent aussi. » - Louise, « participante bénévole »

b) Isolement

« La cuisine est un prétexte pour créer du lien entre des gens qui sont de milieux sociaux différents. Quand t'es précaire, t'es précaire aussi au niveau social. » - Nina, « animatrice »

Selon Bonzi (2023a), l'isolement est principalement causé par l'impossibilité de choisir ses aliments, et de les faire correspondre avec des besoins, envies et cultures. Ainsi, cette deuxième catégorie d'analyse des violences alimentaires se retrouve liée d'une part à la première puisque le non-choix se transcrit entre autres par la domination des bénévoles, pour qui l'idée que les « bénéficiaires » choisissent leur nourriture ne fait pas sens (Bonzi, 2023a, p. 254). Mais elle est également liée aux violences alimentaires étatiques dès lors que cette nourriture, provenant d'inventaires, ne peut pas être sélectionnée. En effet, l'anthropologue explique que cela a pour effet d'écarter les personnes de certains liens, à ne pas inviter l'entourage, et à ne pas accepter d'invitations par peur de ne pas savoir rendre. En somme, recourir à de l'aide alimentaire

stigmatise et isole (Bonzi, 2023a, p. 328). Sans pouvoir quantifier clairement les impacts de ce recours à l'aide sur une situation menant à l'*isolement*, dès lors que notre méthodologie ne nous le permet pas, nous avons pu néanmoins constater à la *structure A* des situations dans lesquelles l'impossibilité de choisir pourrait déboucher sur de l'*isolement* :

« Parfois, mes petits-enfants viennent et me demandent des choses que je n'ai pas. Ici, ils me donnent des choses que les enfants n'aiment pas. » - Raquel, « bénéficiaire »

« Si tu veux acheter un produit pour le sol par exemple, normalement, tu prends du temps pour lire un peu à quoi ça sert, et ils commencent à crier, les bénévoles. Ils ne vous laissent même pas regarder, il faut que tout aille vite. » - Walida, « bénéficiaire »

En effet, ces extraits nous montrent la situation d'une grand-mère qui ne peut offrir à ses petits-enfants ce qu'ils souhaitent manger quand elle les reçoit, mais également une dame qui ne peut pas acheter un produit ménager en connaissance de sa composition, comme un usager pourrait le faire³⁹. Pourtant, ce pouvoir de choisir est d'autant plus important pour les personnes en situation de précarité. En effet, lorsque les « *principales sphères de socialisation font défaut, la consommation est surinvestie d'un rôle identitaire* » : pouvoir choisir, c'est « *redevenir normal* » (Maisin et Méhauden, 2019, p. 155). C'est ainsi en écartant les « bénéficiaires » d'une « figure du consommateur » précédemment expliquée (Bonzi, 2023a, p. 257), ou encore en les désincarnant d'un potentiel « rôle » familial, que l'*isolement* peut s'accompagner d'un repli sur soi ou d'un comportement de moins en moins adapté aux « attentes sociétales ». En effet, c'est ce sur quoi a travaillé Paugam (2010⁴⁰) à travers le concept de « *disqualification sociale* » qu'il définit comme étant un « *processus d'affaiblissement ou de rupture des liens de l'individu avec la société au sens de la perte de la protection et de la reconnaissance sociale* » (p. 64). Cette disqualification peut découler de divers événements tels que la perte de protections sociales, une insécurité économique, un emploi instable, ou encore une rupture des liens familiaux. Ce processus est davantage effectif lorsque le stigmate posé sur un individu est celui d'« assisté » (Paugam, 2008 [1991]). Si les « bénéficiaires » recourent à une structure d'aide parce qu'ils se retrouvent dans une des phases de « *disqualification sociale* » telles qu'énumérées de manière non-exhaustives ci-dessus, alors, recourir à l'aide alimentaire « traditionnelle » renforce à son tour ce mécanisme disqualifiant du fait de l'*isolement* que procure la demande d'aide, ce qui en fait un cercle vicieux constaté sur le terrain :

³⁹ Le centre permet aux « bénéficiaires » d'acheter des produits non comestibles et moins chers que sur le marché, que Victor, le « chef » des bénévoles, achète via le site *Goods To Give*, une plateforme revendant des invendus non alimentaires. Site internet de *Goods To Give* : <https://www.goodstogive.org/fr/>

⁴⁰ L'auteur a pensé ce concept en 1991 dans son ouvrage *La disqualification sociale. Essai sur la nouvelle pauvreté*, qui a été réédité en 2008. Nous n'avons cependant trouvé cette définition que dans un ouvrage de 2010 du même auteur intitulé *Les 100 mots de la sociologie*, dans lequel il définit son propre concept.

« *J'ai pris un jour de congé pour venir ici, mon frigo était vide.* » - Lou, « bénéficiaire »

« *On n'a pas le choix de venir ici. Par exemple, aujourd'hui, j'ai mon père qui est opéré à l'hôpital. Normalement, je dois y aller et voir une assistance pour lui, mais j'ai dit non, je dois aller d'abord prendre le colis.* » - Walida, « bénéficiaire », dit-elle en baissant la voix

« *Ils ont mis une serrure sur la poubelle du Delhaize. Mais c'est des bonnes choses, donc j'ai ma pince avec [il sort un sécateur de son sac]. C'est pas pour couper les chaînes, mais c'est pour déverrouiller. Normalement on peut pas, s'ils nous voient, ils nous disent : « Dégage ! ».*

Mais c'est plus intéressant dans la poubelle qu'ici parce que c'est plus de belles choses comme du fromage, du yogourt, du lait frais qu'ils jettent. Il faut bien, parce que moi, j'ai plus que cent-vingt euros pour finir le mois. » - Yan, « bénéficiaire » retraité d'une carrière chez Delhaize, dit-il un 08 mai, lui restant ainsi vingt-trois jours pour « finir le mois »

Ces extraits nous montrent qu'être en situation de précarité alimentaire mène à des comportements jugés « marginaux » tels que prendre congé pour se nourrir, ne pas être présent pour un membre malade de son entourage, ou avoir sur soi un outil pour forcer des poubelles, et qui, *in fine*, peuvent provoquer l'isolement. D'ailleurs, plusieurs bénévoles ont mentionné la « bestialité » – ce qui nous fait revenir au vocable animalier – des « bénéficiaires » quand ils distribuent du pain en quantité limitée, faisant du premier arrivé le premier servi : « *Je suis presque tombée tellement les gens poussaient.* », nous dit Nadine. Ou encore : « *Ils griffent.* », exprime Adriana. Mais ce qui rend les personnes « bestiales », c'est la faim puisque « *ses victimes sont contraintes de se comporter [...] au mépris des règles élémentaires de toute vie sociale* » (Assouly, 2013, p. 81). Cet isolement peut enfin être renforcé par le sentiment de honte, un sentiment « *mêlé d'impuissance et de perte de confiance* » (de Gaulejac, 1996 ; cité par Debroise, 1998, p. 149). Ce sentiment honteux proviendrait notamment du « manque » et de la réduction d'une identité à l'impuissance de combler ce dernier, et serait renforcé par les conditions d'attente et de réception (Debroise, 1998, p. 150) :

« *Même en hiver on attend dehors, dans la rue, ils pourraient faire une salle d'attente, en plus on a les pigeons. C'est la honte un peu devant les gens. [...] Si mon père me voyait...* » - Lou, « bénéficiaire »

« *J'avais, ouais, comment dire ? Ouais, j'avais honte. Honte de me voir... Ben, en arriver là quoi.* » - Maria, bénévole anciennement « bénéficiaire », dit-elle en pleurant

En revanche, le non-choix peut également permettre de renforcer des liens dès lors que cela crée des solidarités dans le partage de cette nourriture avec l'entourage, mais aussi avec les autres « bénéficiaires » du centre de distribution. C'est ainsi qu'un des mécanismes de *résistance* à cet isolement est la prégnance du lien social. Cela fera notamment l'objet de notre dernier chapitre.

Étant donné que le sentiment de honte s'explique généralement par une situation d'« impuissance » et une « perte de confiance », il n'est pas surprenant qu'à la *structure B*, la honte n'ait émergé ni de notre observation participante, ni des entretiens. Ce sentiment n'a été évoqué que dans des cas particuliers, notamment lorsque certains « participants » mentionnaient leurs conditions de vie, ou qu'ils exprimaient le sentiment de ne pas payer suffisamment pour leur repas, comme susmentionné. Ce faisant, il semblerait que la forme d'aide délivrée par la structure renforce effectivement le *sentiment d'appartenance à un groupe*, l'*estime de soi*, ainsi que la *dignité*, comme précédemment mis en lumière. Alors, les projets qui insistent sur l'importance du lien social et, ainsi, dans lesquels la « valeur de lien » est plus prégnante, semblent rendre le vécu de ce besoin comme moins stigmatisant.

Concernant le choix, la capacité d'en exercer est limitée par les circonstances dans lesquelles un individu en situation de précarité alimentaire vit (McAll *et al.*, 2014, p. 6). Toutefois, les associations peuvent orienter dans leur philosophie l'importance ou non de la prise de décision, par les individus, de manger ce qu'ils souhaitent. Au sein de la *structure B*, les « participants » n'ont pas le choix de manger autre chose que ce qui leur est proposé parmi le buffet. Celui-ci est néanmoins assez diversifié, comme nous l'avons vu précédemment, ce qui mène certains « participants » interrogés à exprimer qu'ils sont ravis du fonctionnement du restaurant participatif car ils peuvent y choisir ce qu'ils mangent. Pour cause, il y a parfois plusieurs choix de soupes, de féculents, et de légumes. Mais c'est spécifiquement au moment de la cuisine que le choix s'opère : l'« animatrice » du jour présente les légumes qu'il faut consommer, et aux cuistots de décider ce qu'ils vont préparer :

« On peut proposer des choses, chacun sa spécialité. Moi, c'est le soufflé. [...] On est obligé de RIEN, on donne ce qu'on veut, on vient quand on veut... » - Imane, « participante »

« Ici, je choisis ce que je cuisine et ce que je mange. C'est une liberté qui me fait du bien. [...] Parfois, j'ai des idées et je propose, parfois pas. » - Elise, « participante »

Ainsi, de la bouche des « cuistots » se distingue le mot *liberté*. Et pour cause : ceux-ci arrivent quand ils le souhaitent, le seul horaire à respecter est celui de 12h30 afin que tout le monde mange ensemble. Ils peuvent venir uniquement pour le petit déjeuner, partir pendant la préparation, revenir, décider ce qu'ils vont cuisiner, proposer des recettes, choisir s'ils lavent les légumes, les coupent, assaisonnent ou mettent la table. C'est pourquoi le sentiment d'« impuissance » créant la honte ne se matérialise pas ici. Il semble néanmoins que ce scénario dépende des « animatrices », ce qui nous amène au *principe discrétionnaire* que nous allons désormais mettre en avant dans la troisième catégorie, la *frustration* :

« [Une « animatrice »] apporte les légumes et elle dit : « Allez-y, décidez. ». Mais ça dépend des « animatrices ». Les autres, elles proposent et elles demandent si ça va à tout le monde. Moi je préfère quand je peux apporter mes idées moi-même. » - Ana, « participante »

c) Frustration

« J'avais un truc à signaler aussi, ils font des préférences, du favoritisme. Il y a une bénévole qui donne à ses amis et quand je lui demande, elle me dit qu'il n'y en a plus. [...] Et puis il y a des gens qui attendent plus longtemps que d'autres, et des personnes qui viennent plus tard et pourtant qui reçoivent plus que les gens qui sont venus au début. » - Talia, « bénéficiaire »

La frustration ressentie lors du recours à l'aide alimentaire est analysée par Bonzi (2023a) par la vulnérabilité et la dépendance des individus. Toutefois, ces éléments ont été précédemment traités : d'une part, la vulnérabilité relève du statut d'« assisté » et de l'impossibilité de s'en sortir qui découle sur un sentiment de honte. D'autre part, la dépendance s'inscrit dans des violences alimentaires étatiques, ne laissant que le choix aux personnes de recourir à l'aide alimentaire dans des conditions imposées qui créent de la *frustration* (temps d'attente, peur de ne pas avoir suffisamment à manger, attente debout, dehors...). Ce faisant, afin d'aborder un autre aspect des violences alimentaires perçu sur nos terrains, nous proposons de traiter cette question par le prisme du *pouvoir discrétionnaire* dont disposent les bénévoles et les praticiennes. Ce *pouvoir* est détenu par un individu lorsqu'il possède la faculté de prendre une décision selon son propre jugement ou appréciation, au-delà d'une simple application des règles mais tout en restant dans un cadre légal (Dubois, 2012, p. 4). Ainsi, bien qu'ils aient des comptes à rendre aux structures qui les financent et que, en ce qui concerne la *structure A*, il y ait des conditions d'accès prédéterminées, cette *discrétion* est bien présente sur nos deux terrains. En effet, Cécile, l'assistante sociale, est soumise au calcul du seuil de pauvreté des personnes pour leur octroyer un colis ou non. Cependant, lorsqu'elle est face à quelqu'un qui n'a pas les papiers nécessaires, c'est à elle que revient la liberté de lui accorder une aide ou non. Le fait est que, comme nous pouvons le constater sur l'extrait suivant, la délibération pour l'octroi d'un droit ne peut pas se faire uniquement sur base de « *rationalisations objectives ou subjectives* » (Fassin, 2001, p. 465) :

« J'octroie par rapport à mon dossier, pas par un truc moral quoi. Allez, c'est une base de travail, c'est pas à la tête du client, quoi. [...] Mais je peux un peu moduler. Parfois il y a peut-être des petites exceptions. La dame qui m'a dit qu'elle avait deux enfants autistes par exemple, je le note pour savoir et quand je la reverrai, je me dirai « ah oui », et peut-être que je serai moins stricte pour avoir ce que je veux. Enfin, pour avoir un document ou quoi, je comprends quoi. [...] C'est à l'instinct, ou bien je crois la personne, ou bien je la crois pas. [...] Enfin, c'est moi qui décide oui ou non. C'est moi qui décide que tu payeras pas pendant telle période. C'est moi qui décide quand il me faut une composition de ménage. Il y a

personne qui vient voir. Euh, juste le seul truc, c'est pour le contrôle du FEAD. Mais moi j'essaie de que ce soit réglo partout. » - Cécile, assistante sociale

Mais ce sont surtout les bénévoles qui peuvent jouer de ce pouvoir. Comme l'explique Bonzi (2023a), « *sur le terrain, le bénévole est seul avec ses croyances [...]. Il choisit ce qu'il donne, il décide à qui et pourquoi.* » (p. 269). Nous avons déjà expliqué cela dans notre précédent chapitre avec les expériences des bénévoles Maria et Nadine⁴¹, mais nous l'avons également mis par écrit ci-dessus avec l'idée que les bénévoles sont « *pris avec leur propre morale de classe* » (Weber, 2012, p. 54), et donc avec leurs idées préconçues. C'est ce que Fassin (2016) – qui a repris les travaux sur la « *street-level bureaucracy* » pour s'intéresser à la manière dont les agents de l'État exercent leur pouvoir non pas dans l'appareil administratif de l'État, mais bien sur le terrain – a qualifié de « *subjectivités morales* » (Fassin, 2016, p. 153). Il définit ces dernières comme « *la manière dont les agents font face au quotidien aux tensions entre des valeurs et des affects différents, voire contradictoires, face à [...] une personne sans ressources [...].* » (Fassin, 2016, p. 153). Soulignons que le racisme a de nouveau une place importante dans l'admission de privilèges pour certains « *bénéficiaires* », dont sont conscients les bénévoles :

« Il y a un gars qui a un nom rigolo, du coup, quand je le repère, je viens lui apporter, puis je lui mets plus [...]. Quand je donne plus à quelqu'un, j'ai le sentiment de faire quelque chose de tout à fait pas juste, en fait. Parce que, tu vois, le mec, il a un nom rigolo, pourquoi pas l'autre mec ? En plus, j'avoue, je suis assez lucide là-dessus, de mes expériences avec le CPAS, etc., je reste quand même culturellement très d'un côté. Je me souviens, par exemple, au CPAS, où je prêtais plein d'argent, etc., il n'y avait que les Belges qui me le rendaient. Donc ça aussi, c'est des préjugés qui jouent. Non, donc justement, c'est presque pervers d'avoir ce genre de pouvoir, c'est même dangereux. Parce que si quelqu'un te voit, il te dit pourquoi lui, il a eu ? [...] S'il a une bonne gueule et qu'il vient quémander, on peut dire oui pour un colis et dépanner même s'il n'est pas inscrit. » - Luc, bénévole

Cela est d'ailleurs approuvé par Yan, « *bénéficiaire* », blanc de couleur de peau :

« Oui il y a des préférences, moi j'ai plus parce que je suis Belge. Tout ça [faisant référence aux personnes de confession musulmane], ça ne mange pas n'importe quoi. Les saucisses ils ne mangent pas. Moi je mange. » - Yan, « bénéficiaire »

En effet, six enquêtés sur huit ont mentionné la présence de favoritisme. Mais la *frustration* se ressent également par leur impuissance face à une situation qu'ils trouvent injuste, et par le manque de communication. De fait, les demandeurs d'une aide ne sont pas en mesure de « *faire valoir un droit ni exiger des règles précises : ils se soumettent aux modalités qui leur sont imposées et dont ils ne savent rien* », explique Fassin (2001, p. 470). Ce faisant, lorsqu'il

⁴¹ Voir pages 49-50.

manque quelque chose dans le colis des « bénéficiaires » qu'ils savent devoir recevoir, beaucoup optent pour ne rien dire, à l'instar de Zoé, qui nous explique que « *sinon, ils crient ou ils disent qu'on ment* » ; ou de Talia qui veut parfois signaler certains points, mais qui « *ne sait pas à qui en parler* ». C'est également le cas lorsque les portes du centre de distribution ouvrent non pas à 10h00 mais à 10h20, comme nous l'avons remarqué à quelques reprises sur le terrain. Ou encore lorsque les prix augmentent et que les quantités baissent : les bénévoles n'expliquent pas aux « bénéficiaires » à quoi ces changements sont dus, alors qu'ils n'en sont pas décisionnaires puisque ceux-ci découlent principalement d'une baisse de financements européens ou fédéraux⁴². Ce faisant, comme le mentionne Gloria, une « bénéficiaire » de la *structure A*, « *chacun a sa réalité* », et cette absence de communication mène à de l'aversion réciproque. Cela occasionne que, lorsqu'il a été demandé à Talia, « bénéficiaire », si elle pensait que la situation serait meilleure si des fonctionnaires prenaient la place des bénévoles, celle-ci répondit : « *Voilà, vous avez tout compris. Il faut des règles à respecter.* ».

Notons que paradoxalement, l'égalité de traitement est un principe important pour tous les bénévoles, même pour ceux qui estiment être injustes. Nous avons remarqué que le *pouvoir discrétionnaire* peut également mener à des formes de solidarité et être utilisé pour remettre de l'équité dans une situation inégale, comme nous en informe l'expérience de Cécile qui est plus clémentine avec une maman dont les enfants sont autistes. Ou encore avec une maman qui élève seule ses enfants et pour qui il est compliqué de venir toutes les huit semaines pour se réinscrire à la distribution : « *Je vais lui mettre plein de dates comme ça elle revient pas dans deux mois, elle a plein d'enfants, elle a autre chose à faire.* » (extrait du JT du 28/04/2025).

La situation est similaire à la *structure B* en ce qui concerne l'usage de ce *pouvoir* pour rétablir ce qui s'apparente à une volonté de justice, puisqu'il arrive que les « animatrices » mettent de côté certaines règles et principes établis lorsqu'elles estiment que cela est nécessaire. Par exemple, ces dernières ont décidé de ne jamais accepter de crédit pour un repas. Néanmoins, pour Anabelle qui s'est retrouvée sans aucune source de revenu entre son licenciement et l'obtention de ses allocations de chômage, elles ont fait une exception. En outre, l'accès inconditionnel au restaurant participatif est, d'un côté, un vecteur de réduction de l'impact du *pouvoir discrétionnaire*, puisque les « animatrices » ont moins d'occasions de faire du favoritisme, contrairement à Cécile dont la position le permet aisément. De l'autre, cet aspect inconditionnel peut tout de même renforcer les conséquences néfastes de la *discretion* dont disposent les « bénévoles » et praticiennes comme le relatent ces extraits :

⁴² Et cela s'accroît : en 2026, il y aura une coupure dans le budget alloué à l'aide alimentaire d'un tiers des financements, a récemment annoncé le gouvernement Arizona (Dejace *et al.*, 2025).

« [Une « animatrice »] a dit aux SDF qu'ils devaient payer ce qu'ils avaient et pas ce qu'ils pouvaient, donc en changeant le principe du prix libre, car sinon « ils ne donnent rien et ils achètent de la bière avec ça », qu'elle a dit. » - Anabelle, « participante »

« Dernièrement, on a limité l'accès à deux jours par semaine pour les personnes avec des handicaps mentaux. » - Nina, « animatrice »

La *discrétion* ne se situe donc pas uniquement dans les formes d'aides inconditionnelles (« alternatives »), ou conditionnelles (« traditionnelles »), ce qui nous mène à relever que les travailleuses sociales et les bénévoles ne sont pas détachables de leurs préjugés, ce qui a principalement un impact sur les individus se situant à *la marge*. Néanmoins, cela nous permet d'attester aussi que le manque de moyens dont disposent les associations – dans ce cas-ci, pour accueillir des personnes nécessitant plus d'accompagnement ou, à la *structure A*, pour accepter davantage d'individus et pour leur remettre les mêmes denrées – semble être partie prenante de l'usage du *pouvoir discrétionnaire*. Ce dernier pourrait alors déboucher sur des formes d'injustice, et donc de *frustration*. Mais aussi, ce *pouvoir* peut être une marge de manœuvre pour les « participants bénévoles », les « animatrices » et les bénévoles, afin de lutter contre les formes de violences alimentaires que ceux-ci identifient. Les deux expériences de Cécile et l'exception faite par les « animatrices » au profit d'Anabelle en témoignent. Nous pouvons également mentionner Nadine qui, alors qu'il pleuvait, a quitté son poste pour aller aider les bénévoles qui confectionnent les colis en leur disant de se dépêcher car « *ce n'est pas chouette pour les « bénéficiaires », ils sont sous la pluie* » (extrait du JT du 07/05/2025). Ou encore de Farid, un « participant bénévole » qui nous a expliqué faire attention à rester discret quant au montant du paiement des « participants » lorsqu'il est en charge de faire la caisse (extrait du JT du 09/10/2025).

d) Contrôle, harcèlement et menaces

« Pour payer trois euros cinquante au restaurant social, tu dois montrer une carte du CPAS ou comme quoi t'es précaire. Chose que nous on n'a jamais voulue. » - Nina, « animatrice »

Surveiller et punir. Voici la solution qu'ont trouvée les bénévoles de la *structure A* lors d'une réunion avec Isabelle – la formatrice des bénévoles – afin d'améliorer le moment de la distribution. En effet, ces derniers se plaignaient du « *manque de savoir-vivre* » des « bénéficiaires », de leurs « *exigences* », de leur « *ingratitude* » et de leur « *mécontentement* » à l'égard de ce qu'ils reçoivent. Cela étant, la solution se concrétiserait comme telle : la bénévole estimée comme la plus « dure », celle qui « *ose sortir les crocs et qui fait la gendarme* », Adriana, aurait la charge de « *monter la garde* ». La bénévole serait également accompagnée de barrières pour forcer les « bénéficiaires » à faire une file droite. Adriana proposa également de « *prendre le numéro des gens pour que, quand il y a un problème, la fois*

d'après, on leur donne moins » (extrait du JT du 11/06/2025). Dans cette même perspective, lors d'un entretien avec l'écrivain Jean-Marie Domenach *et al.* (1972), Foucault explique que les travailleurs sociaux sont pris dans une nouvelle fonction de « *surveillance-correction* » et sont amenés à « *surveiller les individus et les corriger, dans les deux sens du terme, c'est-à-dire les punir et les pédagogiser* » (p. 695). Ces solutions s'insèrent alors dans un contexte idéologique qui consiste à *contrôler* les « bénéficiaires » de n'importe quelle forme d'aide. Selon le sociologue Vincent Dubois (2021), les causes de l'augmentation du « *surcontrôle des plus précaires* » (p. 414) seraient davantage à chercher dans les transformations de l'État social – notamment du passage de l'État providence à l'État social actif – que dans un accroissement des « fraudes sociales ». L'auteur explique que ce *surcontrôle* aurait renforcé les préjugés et la stigmatisation à l'égard des bénéficiaires des aides sociales (Dubois, 2021).

À la *structure A*, ce *contrôle* se manifeste par l'imposition aux « bénéficiaires » de nourriture non choisie. Celui-ci se concrétise également par l'importance, pour les différents donneurs, d'attribuer non pas de l'argent, mais bien des denrées, au risque que les « bénéficiaires » « *achètent n'importe quoi et qu'on ne puisse pas vérifier* », nous dit Cécile, l'assistante sociale. Selon cette perspective, le receveur est perçu comme *a priori* incompetent, incapable de connaître et de répondre à ses propres besoins (Godbout, 2009, p. 215). La justification du *contrôle* passe notamment par la peur que les « bénéficiaires » « profitent ». Elle se manifeste à tous les échelons que nous avons rencontrés, de l'Administrateur de la banque alimentaire, aux bénévoles, et même parfois auprès des « bénéficiaires ». Nous y reviendrons plus loin.

Ce *contrôle* peut aboutir à du *harcèlement*. Au centre de distribution, les papiers demandés sont les suivants : composition de ménage, contrat de bail, facture de charges, allocations familiales, et preuves de revenus. Cette « enquête sociale » est un fardeau pour la personne en situation de précarité, qui doit faire un constat de sa vie privée et ainsi, payer de sa propre personne (Fassin, 2000, p. 956). Rappelons que l'« *administration des pauvres* » se fonde sur des « *dons de fragments de vie* » (Fassin, 2001, p. 473), que la question du don est transversale et que son analyse nous permet de saisir aussi certaines formes de violences alimentaires. En outre, informer l'autre, « *c'est se dévoiler, c'est renoncer à des atouts qu'on aurait pu marchander, c'est aussi se rendre vulnérable aux tentatives d'emprise de l'autre* » (Crozier et Friedberg, 1977, p. 107). Selon Crozier et Friedberg (1977), octroyer ces informations représente une perte de pouvoir pour les « bénéficiaires » qui se voient réduire leur « zone d'incertitude » leur permettant de mettre en place des stratégies de résistance.

Enfin, faire prospérer le *contrôle* et le *harcèlement* ambiant nécessite de recourir à des *menaces*. Bonzi (2023a) estime qu'elles ressortent de deux niveaux : la *menace* constante de la disparition

de l'aide, qui est envisageable du fait de la précarité du système (p. 335), et la *menace* concrète réalisée à l'encontre des « bénéficiaires » qui, comme en témoigne l'extrait de Sylvie, est parfois mise en application :

« Si tu vois un zéro à côté de la compote sur l'écran de la tablette, ce n'est pas parce que la personne ne veut pas, c'est parce qu'elle est punie. Vu que les numéros sont écrits sur la boîte de compote, ils sont punis si la boîte est jetée au sol, et on sait qui c'est puisque c'est leur numéro. » - Sylvie, bénévole, que le bénévole Luc décrit comme « aimant bien faire la police » (extrait du JT du 24/04/2025)

« Quand [les bénévoles] commencent à crier, ils disent aussi qu'ils vont confisquer nos tickets. Et nous, on comprend pas. Et on panique, on veut pas qu'ils retirent le ticket. » - Raquel, « bénéficiaire »

« Parfois [les bénévoles] disent qu'ils vont appeler la police et tout. » - Fatou, « bénéficiaire »

Au restaurant participatif, nous ne constatons pas de *harcèlement* ni de *menaces* du fait de l'inconditionnalité de l'accès, mais cela ne veut pas dire qu'aucune expression de *contrôle* existe. En effet, nous avons identifié une forme de *contrôle social* qui s'opère dans ce que nous avons préalablement désigné comme relevant du contre-don, à savoir le paiement et l'aide non monétaire. Ce faisant, les « animatrices » s'appuient sur le « flou » autour du prix libre ou de l'injonction ou non à la participation pour que la contrainte fonctionne via une « pression sociale ». Lorsque cette pression ne fonctionne pas via le *contrôle social*, il semblerait que les « animatrices » n'hésitent pas à formuler la contrainte, comme nous le montrent les extraits de Nina et d'Anabelle ci-dessous. Ainsi, si cela se produit à répétition, ce *contrôle* pourrait finalement s'apparenter à une forme d'*harcèlement*, en plus de changer la nature du contre-don. De fait, si un « participant » estime que seul son paiement, quel qu'il soit, fait office de contre-don, ou bien qu'il n'éprouve ni le besoin ni l'envie de réaliser un quelconque contre-don, contraindre ce dernier à en effectuer un, pourrait en biaiser le fondement. Toutefois, nous avons mis en exergue que lorsque le contre-don n'est pas à la hauteur de ce que projettent les donateurs, celui-ci peut mener à du ressentiment, de l'amertume (Bonzi, 2023a, p. 86). Ce faisant, dès lors que la répétition de la demande d'aide pourrait être perçue comme du *harcèlement* par des « participants », celle-ci pourrait être perçue similairement par des « animatrices » :

« Ouais, il y a des gens que ça saoule de faire la vaisselle, mais je les oblige pas ça faut savoir. Mais j'insiste beaucoup parce que en fait, dans l'idéal, ce qui serait bien c'est que les gens qui ont cuisiné ne fassent pas la vaisselle après puisqu'ils ont déjà cuisiné, l'idée, c'est que ça tourne. Mais c'est sûr qu'il y en a, ça les saoule, mais vu que comme ils viennent tous les jours, ils se disent qu'ils doivent mettre un peu la main à la pâte pour pouvoir continuer à venir. Oui bah les gens qui font rien et qui viennent souvent, à un moment donné, on commence à leur dire qu'on n'est pas un resto classique, c'est ça l'idée quoi. Tu vois, nous on le fait de bon cœur aussi, mais faut donner du sien quoi. » - Nina, « animatrice »

« Pour que le prix libre fonctionne, il faut du contrôle social. » - Julie, « animatrice », nous expliquant pourquoi elle n'organise pas un mécanisme de paiement anonyme

« [Une « animatrice »] m'oblige de nettoyer parfois, son ton m'a déjà dérangé, on n'est pas des enfants hein, il y a un principe, il faut le respecter. » - Anabelle, « participante »

e) Inversion de la faute et culpabilité

« Il faut éduquer les gens plus que de parler de l'État. C'est pas l'État qui doit changer mais bien les gens. Et c'est des gamineries de se plaindre, les gens sont responsables de leur situation. Ils manquent de savoir vivre. » - Paul, bénévole (extrait du JT du 11/06/2025)

L'inversion de la faute relève des violences alimentaires étatiques. En effet, l'idéologie dominante qui considère que c'est aux individus de s'en sortir et de trouver leurs propres solutions, contribue à ce qu'au niveau politique, les aides soient non-structurelles et que les associations soient aussi instables. De fait, la situation de précarité des « bénéficiaires » et des « participants » est perçue comme du ressort individuel (Violette-Bajard, 2000, p. 50), ce qui engendre une certaine impuissance de ces derniers quant aux conditions de réception de la nourriture, et ce qui renforce les autres formes de violences alimentaires psychologiques. Pour cause : l'appauvrissement des masses et le renforcement des inégalités doivent bien trouver une autre justification que le fait d'un système capitaliste (Geremek, 1987, p. 300). À cette fin, nous avons été confrontés au passage de la compassion envers les personnes précaires ou marginalisées, à la répression, comme l'explique Fassin lors d'un entretien avec Duvoux et Trachman (2015). Ce faisant, les personnes en situation de précarité alimentaire, en ce qui concerne notre cas d'étude, ne sont plus considérées comme des victimes, au risque de devoir désigner leur coupable (Rojas, 2012, p. 181).

Alors, pour justifier des politiques d'inversion de la faute, il faut appuyer sur la culpabilité des publics cibles en pointant leur « inutilité sociale » (Violette-Bajard, 2000, p. 194). Souvenons-nous de l'extrait d'Adriana, une bénévole de la structure A, qui ne comprenait pas comment des personnes « en âge de travailler » n'avaient pas d'emploi et recouraient à un colis alimentaire. Le manque financier de l'absence d'un emploi stable – parce que certaines personnes travaillent et ont pourtant recours à l'aide alimentaire, en rentrant dans les barèmes imposés – proviendrait alors d'un manque de volonté, d'incompétence, ou de recherche de profit (Violette-Bajard, 2000, p. 194). Cette culpabilité relève du poids d'un stigmatisme imposé : le stigmatisme d'un individu non méritant qui ne se prend pas en charge (Paugam, 2016, p. 135), ce qui mène ensuite à une « réduction identitaire » à ce stigmatisme. Il semblerait alors que les différentes formes de violence s'entremêlent et forment ce que Bonzi (2023a) généralise comme des violences alimentaires.

Nous avons vu que les deux associations s'insèrent dans ces principes en inversant les logiques d'aides par le fait de donner des obligations (implicitement ou explicitement) à ceux qui les reçoivent. Ainsi, en plus d'être tenus pour responsables de leurs échecs par la société, il arrive qu'on incombe également aux « bénéficiaires » et aux « participants » la responsabilité des difficultés que rencontrent les structures d'aide (Bonzi, 2023a, p. 59). Il est tout de même à noter que les « animatrices », les « participants bénévoles », et certains bénévoles sont conscients du système dans lequel ils se trouvent et essayent de s'en distancer en s'emparant, pour ce faire, de formes de *résistance* à l'injustice, comme nous avons pu le voir dans l'analyse de la *frustration*.

f) Attente de reconnaissance

« Ce que j'aime, c'est quand ils sont reconnaissants. C'est bien, c'est gratifiant. On sait pourquoi on le fait. » - Victor, « chef » des bénévoles

Comme il a été annoncé, nous proposerons dans le cadre de cette recherche une sixième forme de violence alimentaire. Cette *violence* prend part dans le contexte précis de l'aide alimentaire, du moins qui a été largement identifiée sur nos deux terrains : l'*attente de reconnaissance*. En effet, à l'égard des personnes en situation de précarité, la société attend toujours un certain type de comportement (Fassin, 2001, p. 459), comme nous l'avons vu avec l'attente du comportement du « bon pauvre ». Ce dernier doit remercier, être bienveillant, être poli. Si cela n'est pas le cas, si la personne pauvre est indifférente, manque de gratitude, ou marque des signes de résistance, le donneur se verra probablement atténuer sa compassion (Elisha, 2013, p. 456). Pourtant, Kandil (2024) explique que la gratitude du receveur s'exerce dans le sentiment de reconnaissance d'être approuvé et estimé, en réponse à la bienveillance du donneur (p. 277). De ce fait, puisque les conditions de distribution au sein de la *structure A* ne permettent pas toute la bienveillance essentielle à un retour empli de reconnaissance, les bénévoles sont défaits de leur compassion pour ne garder que leur « manque » face à l'absence de gratitude :

« Ils veulent ci et ça, et c'est choquant le manque de gratitude et de reconnaissance. » - Paul, bénévole (extrait du JT du 11/06/2025)

« Il y a ce côté quand même un peu chiant, que ça devient, si tu veux, un truc qui est acquis. Alors, je suis pas du tout dans des « dites-nous merci », comme Sylvie par exemple qui dit : « Il faudrait déjà qu'ils soient contents, qu'ils me disent merci. », parce qu'en plus, la nourriture n'est pas à nous. Mais t'as quand même un peu envie qu'on te dise merci si tu donnes un truc. Et là, ça devient très acquis. » - Luc, bénévole

« Ce qui me frappe le plus chez les bénévoles, c'est leur besoin de reconnaissance. C'est des représentations un peu parfois stigmatisantes. » - Isabelle, formatrice de bénévoles

Ainsi, malgré un environnement peu propice à la reconnaissance, malgré les injustices, les « cris » et la honte, il revient aux « bénéficiaires » de remercier, en « *acceptant d'être à la merci* » de bénévoles dont le statut héroïque est indiscutable (Le Crom et Retière, 2018, pp. 274-277). Bien que les « animatrices » se disent conscientes de ce fait et estiment ne pas vouloir le reproduire, il s'avère que l'*attente de reconnaissance* est également constatée dans la *structure B* :

« *Parfois, c'est frustrant quand il y a pas de retours positifs, ils nous chient à la gueule. Je me dis que je fais tout ça pour les gens et j'ai pas l'impression d'avoir de la reconnaissance.* »
- Nina, « animatrice » (extrait du JT du 09/10/2025)

Le fait que les publics cibles doivent exprimer une reconnaissance peut-être non sincère, induit sans doute que la relation est asymétrique et que le contre-don réalisé par les « bénéficiaires » ou les « participants », lorsqu'il est possible et souhaité, n'est pas suffisant. Aussi, cela nous questionne sur le droit à l'alimentation dont disposent les publics cibles, à l'instar de tout citoyen belge. Dans quel type de droit est-il attendu, explicitement ou implicitement, qu'un « ayant droit » exprime sa gratitude ? D'ailleurs, se pourrait-il que ce soit parce que certains « bénéficiaires » ou « participants » ont intégré qu'ils sont « ayants droit », qu'ils ne répondent pas à l'injonction à une *reconnaissance* ? C'est ce que nous allons découvrir à présent.

8.3. En quelques mots : les violences alimentaires, symptômes d'un système violent

En conclusion de ce chapitre, insistons à nouveau sur l'ancrage de toutes les formes de violences alimentaires dans une *violence du système*, qui se répercute également sur les associations et leurs membres, comme nous l'avons vu dans le premier sous-chapitre. En effet, le contexte duquel les violences alimentaires émanent touche de manière délétère les « animatrices », les bénévoles, et le bon fonctionnement des associations. Mais il affecte également les conditions de réception de la nourriture pour les « bénéficiaires » et, dans une moindre mesure, pour les « participants ». Effectivement, ces derniers semblent être moins touchés par différentes formes de violences alimentaires telles que les *violences physiques*, l'*isolement*, les *menaces*, ou la « réduction identitaire » qui découle des *intimidations*. Cela est dû principalement à l'intérêt des « animatrices » pour une nourriture qualitativement et quantitativement variée, à l'importance de la « valeur de lien », à l'inconditionnalité de l'aide, et à la conscience de l'impact du vocabulaire utilisé.

Les « bénéficiaires », au contraire, semblent supporter toutes les violences alimentaires identifiées par Bonzi (2023a). Cela semble être dû premièrement aux *violences* qui découlent de l'impossibilité, pour les « bénéficiaires », de réaliser des contre-dons dits « complets ». Deuxièmement, ces violences alimentaires sont dues aux conditions de vie souvent similaires

entre les bénévoles et les « bénéficiaires » qui semblent renforcer des formes d'aversion et de *stigmatisation*. Enfin, nous constatons que lorsqu'une association est en lien direct avec les mesures proposées par l'Europe et l'État belge, donc principalement les structures d'aide alimentaire « traditionnelle », celles-ci sont plus enclines à donner de la nourriture dont les qualités, quantités, et variétés sont non satisfaisantes, et à devoir respecter des règles excluantes.

Lorsque les « bénéficiaires » et les « participants » vivent les mêmes formes de violences alimentaires, celles-ci peuvent, d'une part se manifester pareillement, comme c'est le cas notamment de l'*attente de reconnaissance*. Mais d'autre part, elles peuvent se matérialiser différemment, comme c'est le cas en ce qui concerne les *intimidations* qui se façonnent par l'infantilisation au restaurant participatif et par la *stigmatisation*, la « réduction identitaire », ainsi que la domination des bénévoles au centre de distribution.

Face à ces *violences*, certains individus semblent adopter une posture s'apparentant à de la « soumission ». Mais cette « soumission » est-elle réelle ou n'est-elle qu'une posture, une forme de *stratégie* ? D'ailleurs, cette attitude est-elle partagée par tous ?

9. Chapitre 3. Les visages de la *résistance*

9.1. Crozier et Friedberg, Goffman, Scott... : pluralité de *résistances* pour une pluralité de points de vue

« *Il faut rendre la violence d'une certaine manière.* » - (Lazzeri, 2021, p. 393).

Dans ce chapitre, nous allons mettre en avant les différentes stratégies de résistance que développent les publics cibles face aux violences alimentaires. Nous envisagerons une typologie de stratégies de résistance en fonction de ce que nous avons observé sur nos deux terrains d'analyse. Avant cela, il convient de revenir sur les théories de Scott (1985 ; 2019 [1990] ; 2014), ainsi que de Crozier et Friedberg (1977). Selon ces derniers, dans toute situation, les acteurs ne sont pas totalement contraints et possèdent une certaine « marge de liberté ». Plus la *marge* d'un individu est faible – comme c'est le cas pour les « bénéficiaires » de l'aide alimentaire subissant des violences alimentaires telles que le *harcèlement*, dont le don d'informations personnelles réduit instantanément la *marge* d'un « bénéficiaire » –, moins il possède de pouvoir dans l'interaction. De fait, les auteurs estiment que la connaissance de la situation sociale d'un acteur permet de saisir ses possibilités d'action (Crozier et Friedberg, 1977, p. 74). Aussi, le *pouvoir*, selon les auteurs, s'acquiert en maintenant un comportement tout à fait prévisible, ou bien au contraire imprévisible, ce qui fait que la « marge de liberté » situe les « adversaires » dans une « incertitude » quant au comportement de l'individu disposant d'une *marge* plus importante. Ainsi, nous pouvons constater que le *pouvoir* des bénévoles rend leurs actions imprévisibles du fait de leur *pouvoir discrétionnaire*, mais également prévisibles via les *menaces* (Crozier et Friedberg, 1977, p. 70). Ces dernières témoignent de l'étroitesse de la liberté dont disposent les « bénéficiaires » puisque les *menaces* fonctionnent sur eux : la *menace* semble s'opérer lorsque celle-ci peut être appliquée, étant donné le peu de pouvoir dont dispose la personne menacée.

De ce fait, la « marge de liberté » doit être préservée à l'aide de *stratégies*, qu'elles soient offensives ou défensives. Il en résulte que les acteurs ne prennent pas toujours de décisions dites optimales, mais qu'ils agissent compte tenu de l'information dont ils disposent dans une situation donnée. Ils « *s'adaptent et inventent en fonction des circonstances et des mouvements de leurs partenaires* » (Crozier et Friedberg, 1977, p. 38), ce qui ne laisse jamais un individu sans ressources. C'est ainsi que Crozier et Friedberg (1977) voient, aux côtés d'une relation, un « jeu », dans lequel les joueurs ne partagent pas une égalité mais qui, chacun étant rationnel et pragmatique, vont développer des *stratégies* pour « *tirer leur épingle du jeu* » (p. 116). Leur postulat central est que, même dans une situation de dépendance et de contrainte, « *les Hommes*

ne s'adaptent pas passivement aux circonstances et sont capables de jouer sur elles » (Crozier et Friedberg, 1977, p. 43).

Scott (1985) parle de « formes quotidiennes de résistance » qui ne nécessiteraient pas de coordination ou de planification, et qui seraient des actes collectifs ou solitaires, ne se concrétisant presque jamais par une confrontation directe avec les dominants. Ces formes de *résistance*, que l'anthropologue énumère, incomberaient ainsi aux groupes « impuissants » : la réticence, la dissimulation, la fausse acceptation des règles, le vol, l'ignorance feinte, la diffamation, le sabotage, les insultes, l'humour, ... (Scott, 2014, p. 87). Au travers de ces *résistances*, l'objectif n'est généralement pas de renverser un système de domination, mais plutôt d'améliorer ses conditions d'existence (Scott, 2014, p. 91). Scott (2019 [1990]) voit ainsi ces *résistances* comme une lutte matérielle, ce que nous nuancerons dans ce chapitre.

Les trois auteurs discutés pensent que le choix des formes de *résistance* se fait en fonction des représailles possibles et du contexte dans lequel se trouvent les acteurs. Ainsi, selon leurs théories, les « dominés » seraient conscients de leurs buts et de leurs moyens, et calculeraient alors de manière rationnelle le coût de la *résistance* (Scott, 2019 [1990]). À cet égard, s'il existe un coût à contester le pouvoir des dominants, il en existerait un autre qui découlerait de la non-réponse, et donc de la soumission (Scott, 2019 [1990]). Néanmoins, ces chercheurs ne tiennent pas compte des valeurs, des sentiments, ou des affects comme moteurs de certaines actions : les acteurs agiraient uniquement pour leurs intérêts et selon des objectifs de gains stratégiques. Nous penserons différemment notre typologie en postulant que les enquêtés des deux associations n'agissent pas uniquement en étant mus par une rationalité et selon leurs propres intérêts, et en estimant, à l'instar du sociologue Renaud Sainsaulieu (1977), que les individus sont aussi guidés par la défense de leur identité.

Notons également un autre concept important pour saisir les stratégies de résistance : le « *retournement du stigmat* ». Ce concept, attribué à tort à Goffman, a été théorisé par le sociologue Louis Gruel (1985) qui avance que les individus stigmatisés mettent en place des *stratégies* pour valoriser, légitimer ou se distancer de ce stigmat (p. 433). Néanmoins, nous retiendrons chez Goffman le concept de *stigmatisation* et les différentes *stratégies* pour s'en distancer, telles que la « moquerie », l'« agressivité » ou l'« embarras », que nous reprendrons dans notre typologie. Le concept de « *retournement du stigmat* » a ensuite connu nombre de réadaptations, comme le « *retournement du discrédit* » qu'utilise Duvoux (2009).

Enfin, avant de commencer notre analyse, précisons que les bénévoles, les « animatrices », et les « participants bénévoles » développent également certaines stratégies de résistance aux

violences alimentaires étatiques et structurelles. Nous l'avons notamment vu avec l'usage de leur *pouvoir discrétionnaire* pour tenter de remettre plus de justice dans l'échange, mais également, nous avons mis en avant ce que font certaines « animatrices » et certains bénévoles pour que la distribution se passe mieux. En effet, ces *stratégies* sont plus fréquentes à la *structure B*, où un café est servi aux « participants », où ils sont connus, écoutés, où leurs avis comptent. Puisque les structures d'aide alimentaire « alternative » se sont construites en connaissance et opposition aux biais qu'ils identifiaient dans les structures d'aide alimentaire « traditionnelle », un travail de réflexivité a préalablement été entamé. Toutefois, la plupart des bénévoles de la *structure A* sont également mus par un principe d'égalité et de justice. De fait, mentionnons la bénévole Sylvie qui tente de faire des colis équitables ; d'autres bénévoles qui essaient de trier les produits périmés ; les deux bénévoles de l'accueil, Maria et Leila, qui ont évoqué l'importance de sourire aux « bénéficiaires » ; ou encore Victor pour qui il était « *inconcevable de fermer pendant le covid, pour les gens* ». Ces exemples englobent ce qui a été conceptualisé par l'anthropologue David Puaud (2013) comme étant l'« *art de l'ordinaire* ». Il décrit cet art comme des « *micro-traces d'hospitalité [...], souvent qualifiées de presque rien* » (Puaud, 2013, p. 7), permettant d'atténuer les effets néfastes de la « managérialisation » et de la « rationalisation économique » sur une organisation et ses usagers (p. 51).

9.2. Stratégies de résistance : entre solidarité, distanciation, soumission et non adéquation à la figure du « bon pauvre »

Nous avons élaboré notre typologie en nous inspirant du concept d'« infrapolitique » proposé par Scott (2019 [1990]), qui désigne « *une grande variété de formes discrètes de résistance qui n'osent dire leur nom* » (p. 61). Cette « lutte politique discrète » se manifesterait à la fois par des formes « individuelles, discrètes, invisibles » de *résistance*, et des formes « collectives, bruyantes, visibles » (Mauger, 2021, p. 105). L'objectif est donc de mettre en avant comment les individus réagissent aux violences alimentaires et ce qu'ils mettent en place pour améliorer leurs conditions face à celles-ci. C'est pour cela que nous verrons quatre cadres d'analyse de ces *résistances* : 1) *Résister à travers le lien social et la solidarité* ; 2) *Valoriser le système et s'y soumettre pour résister ?* ; 3) *Contre la figure du « bon pauvre »* ; et 4) *Le « retournement du discrédit » par la distanciation d'autrui*. Ainsi, nous verrons que la *résistance* peut prendre plusieurs formes.

a) Résister à travers le lien social et la solidarité

Nous écrivons : « Une « bénéficiaire » vient pour la première fois à la distribution et ne parle pas du tout français. Leila essaye de lui faire retenir son numéro d'identification en français pour quand des bénévoles l'appelleront afin de lui donner son colis, mais elle n'y arrive pas.

Une « bénéficiaire » arrive près de Leila et lui dit : « Je vais la garder près de moi et lui dire quand ça sera son numéro. ». » (extrait du JT du 08/05/2025)

La première stratégie de résistance que nous avons identifiée est le renforcement du *lien* et de la *solidarité* entre les « bénéficiaires ». En effet, en ce qui concerne les « participants », il semblerait que le *lien* se crée davantage dans l'échange de dons et de contre-dons. Nous avons précédemment constaté que le contre-don contribue à renforcer le *sentiment d'appartenance*, la *dignité* et l'*estime de soi* des « participants », ainsi que la « valeur de lien ». À la structure A, il semblerait que c'est dans l'impossibilité de « rendre », et principalement dans la violence alimentaire qu'est l'*isolement*, et le non-choix qui en découle, qu'a émergé cette *solidarité* entre les « bénéficiaires ». De fait, lorsqu'ils reçoivent leur colis imposé, les « bénéficiaires » doivent, selon les règles des bénévoles, rendre les denrées qu'ils ne souhaitent pas prendre, en même temps que le chariot contenant le colis alimentaire. Néanmoins, malgré les « punitions » et les « cris » des bénévoles lorsqu'ils ne rendent pas cette nourriture mais qu'ils la donnent à d'autres « bénéficiaires » autour d'eux, ceux-ci la *partagent* :

« Il y a des gens qui n'ont pas de papiers ici, donc ils peuvent pas venir. Donc si j'ai deux trucs, j'en donne un et je prends l'autre. [...] Moi avant, j'avais pas le papier de l'assistante sociale, donc quand je passais devant, je demandais aux gens s'ils avaient en trop et ils me donnaient. Tu dois aider ton prochain et ton prochain doit t'aider. » - Zoé, « bénéficiaire »

« Quand il y a des choses que je mange pas, je donne à la famille, aux amis, ou aux gens ici. Mais les bénévoles se mettent à crier, donc on donne en cachette. » - Walida, « bénéficiaire »

« C'est normal de donner si c'est quelqu'un qui a besoin de manger. Pourquoi [une bénévole] refuse autant qu'on donne à la personne ou qu'on échange ? Donc on le fait quand même. Et merde, ils n'ont pas le droit ! » - Fatou, « bénéficiaire »

« Il y a une règle tacite qui s'est faite entre les « bénéficiaires », c'est que chacun se donne et s'échange. On dit qu'il faut pas partager mais ils le font quand même. » - Nadine, « bénévole » (extrait du JT du 11/06/2025)

Nous voyons ici le *partage* avec les « autres compatissants » dont parle Goffman (1975 [1963]), donc avec les personnes qui partagent le même stigmate (p. 32). Le sociologue explique que ces personnes se « *serrent les coudes en constituant un cercle des lamentations pour y trouver un soutien moral et le réconfort* » (Goffman, 1975 [1963]), p. 32). Elles renforcent ensemble leur compassion et leur *solidarité*. Nous avons identifié ce « soutien » à travers deux pratiques. La première est la *prise de défense* d'autres « bénéficiaires », une situation que nous avons observée à plusieurs reprises. À titre d'exemple, un matin, une « bénéficiaire » a été exclue de la file par des bénévoles, au motif que seul son caddie était présent, tandis qu'elle-même attendait dans sa voiture. Les autres « bénéficiaires » n'avaient aucun intérêt à intervenir en faveur de la dame exclue : sa mise à l'écart leur permettait d'avancer dans la file, tandis qu'une

prise de position risquait de provoquer un conflit avec les bénévoles, et donc de compromettre leur propre accès au colis. Pourtant, à notre grande surprise, plusieurs « bénéficiaires » ont vigoureusement *pris sa défense*. L'une des « bénéficiaires » ayant *pris sa défense* nous a expliqué que « *c'est normal, attendre deux heures et pas être pris, ça fait mal* » (extrait du JT du 07/05/2025). Ce genre de réaction contredit les pensées de Scott (2019 [1990]) et de Crozier et Friedberg (1977), étant donné qu'aucun coût rationnel pour augmenter des gains et « tirer son épingle du jeu » n'a été effectué. Il semblerait que la raison pour laquelle plusieurs « bénéficiaires » ont défendu cette dame confrontée à une injustice soit liée à une question d'*identité*. En effet, lorsqu'une personne dit que « *ça fait mal* », c'est parce qu'elle peut comprendre ce sentiment et s'y identifier. À cet égard, Godbout (2009) avance que lorsqu'une personne veut aider une autre avec qui elle n'a pourtant pas de lien direct, c'est entre autres parce qu'elle s'identifie à cette dernière, parce qu'elle partage les mêmes valeurs (p. 212).

La seconde façon de « *trouver un soutien moral et le réconfort* » (Goffman, 1975 [1963], p. 32) est la *venue en groupe* à la distribution. Cela peut être mis en relation avec le concept de « *résilience sociale* » proposé par Hall et Lamont (2019). Cette résilience se réalise lorsque « *les membres d'un groupe maintiennent leur bien-être en dépit des difficultés* » (p. 86). Ils insistent alors sur le commun et la « *capacité des individus ou des groupes à s'assurer un résultat (matériel, culturel, émotionnel) favorable dans de nouvelles circonstances et, si besoin, par de nouveaux moyens* » (Hall et Lamont, 2019, p. 87). Il semblerait que cette résilience se matérialise à la *structure A* en favorisant une compréhension mutuelle de personnes vivant des situations similaires ainsi que de nouvelles solidarités, voire amitiés (Estany *et al.*, 2020b, p. 11) :

« *Oui, si on a la paix, [la distribution] c'est chouette. On n'a pas de problème parce que nous, on a tellement de problèmes chez nous qu'on a besoin d'un peu de paix. Quand on vient, on papote, on rigole, on oublie nos soucis. Mais quand on vient, on se stresse aussi. On a du stress, on n'est pas bien.* » - Gloria, « bénéficiaire »

« [Les « bénéficiaires »] *viennent en groupe, ils sont complices, solidaires, ils s'échangent des choses, mais on n'aime pas trop qu'ils échangent, on le dit.* » - Nadine, bénévole

En outre, les individus qui acquièrent des connaissances sur la distribution peuvent les *transmettre* à d'autres, ce qui fait de leur savoir une valeur procurant un sentiment d'utilité et de reconnaissance (Violette-Bajard, p. 110), en plus de renforcer les liens sociaux. En effet, McAll *et al.* (2014) estiment que « *l'impression de « ne pas exister » aux yeux de la société peut ainsi être compensée par les relations de proximité* » (p. 6). À cet égard, nous avons entendu Lou, une « bénéficiaire », donner une astuce à Yan, un autre « bénéficiaire », concernant un lieu de distribution afin d'avoir deux sources d'aide. Nous avons entendu

plusieurs « bénéficiaires » aider d'autres personnes dont la langue maternelle n'est pas le français, en traduisant les propos des bénévoles. Ce fut le cas d'Olga, qui vient d'Ukraine : « *Pour moi aussi c'est difficile, c'est pour ça que je donne un coup de main. Quand je suis arrivée, je parlais pas et c'était compliqué.* ». Enfin, la « bénéficiaire » Fatou a conseillé à sa compère Uma de demander une carte orange à Cécile, l'assistante sociale. Cette carte est octroyée principalement aux personnes ayant des problèmes physiques, ce qui leur permet de passer en tête de file et d'être servies en priorité. En effet, en tant que maman d'un enfant porteur de trisomie, Uma rencontre des difficultés lors de l'attente de son colis, puisqu'elle ne peut pas le laisser seul. Fatou ne « gagne » rien, au sens d'une « sociologie des intérêts », à conseiller Uma qui n'avait pas connaissance de l'existence de cette carte.

C'est ainsi par le *partage de nourriture* (1), la *prise de défense d'autrui* (2), le *regroupement et les discussions en groupe* (3), ainsi que la *transmission de savoir* (4) que les « bénéficiaires » semblent résister à travers le *lien social* et la *solidarité*. Cela, principalement en réaction aux violences alimentaires suivantes : l'*isolement* et les violences alimentaires physiques en ce qui concerne le non-choix (1), mais aussi l'*isolement* que peut procurer le recours à l'aide alimentaire (3), ainsi que la « disqualification sociale » (Paugam, 2008 [1991]) (4) ; et la *frustration* concernant le *pouvoir discrétionnaire* des bénévoles (2). Ce faisant, cette *stratégie* ne s'apparente pas à des formes de luttes pour « *améliorer sa condition matérielle* » (Scott, 2019 [1990], p. 25), mais plutôt à une *résistance* identitaire menée par des affects.

b) Valoriser le système et s'y soumettre pour résister ?

« [Les « bénéficiaires »] *essayent tous des petits trucs, essayent de jouer avec leur situation pour être avantagés.* » - Adriana, bénévole

« Jouer de sa situation » serait probablement la *stratégie* la plus évidente à mettre en place dans le sillage de la « sociologie des intérêts ». En effet, à la fois Scott (2019 [1990]) et Crozier et Friedberg (1977) mettent en avant le calcul rationnel, par des personnes dominées, du coût de la *résistance* (comprendons ici la *résistance* confrontationnelle avec les dominants et leurs attentes). C'est ainsi que l'*apparente soumission* et l'*appel à la compassion* – soit l'évocation implorante d'un malheur ou d'une infortune dans un registre argumentaire de la sympathie (Fassin, 2001, p. 463) – sont deux des mécanismes les plus efficaces, en fonction du peu de « marge de liberté » dont disposent les « bénéficiaires ». En effet, face à ces deux *stratégies*, les bénévoles usent de leur *pouvoir discrétionnaire*, ce qui constitue un gain pour les « bénéficiaires ». C'est ce que nous avons découvert à la fois dans le premier chapitre et dans l'analyse de la violence alimentaire qu'est la *frustration* :

« *J'ai beaucoup d'empathie pour les personnes qui ont vraiment besoin.* » - Maria, bénévole

« Quand [les « bénéficiaires »] viennent aux permanences sociales, ils sont beaucoup plus cool que pendant la distribution puisqu'ils viennent demander quelque chose. À la distribution comme ils ont le petit papier que je leur ai donné, ils sont plus forts. » - Cécile, assistante sociale

« Parfois, il y a des « bénéficiaires » qui me racontent des trucs intimes, des trucs durs, et ils pleurent oui. » - Cécile, assistante sociale (extrait du JT du 30/04/2025)

« On agit comme les bénévoles veulent. On se plie à leurs règles. » - Uma, « bénéficiaire »

Comme le rapportent les extraits de Cécile et d'Uma : « Celles et ceux qui font l'objet de l'attention humanitaire savent bien qu'on attend d'eux l'humilité de l'obligé plutôt que la revendication de l'ayant droit. » (Fassin, 2010b, p. 11). Sachant ce qui est attendu d'eux, les « bénéficiaires » adoptent cette stratégie en jouant le rôle que les bénévoles semblent attendre d'eux. C'est ce que Scott (2019 [1990]) qualifie de « *textes cachés* », en opposition aux « *textes publics* »⁴³. Selon ces concepts, les subalternes adopteraient un comportement différent en présence des dominants et lorsqu'ils se trouvent dans un « entre-soi ». Les « *textes cachés* » se constitueraient en effet dans des espaces d'autonomie, hors de portée des « puissants » (Roca Martinez, 2017, p. 98). De fait, ces *textes* engloberaient certaines « formes quotidiennes de résistance » telle que la *soumission pragmatique*, qui est remise en question en privé, ou la *moquerie* et l'« *ignorance feinte* », que nous verrons ci-dessous. Mais ces « *textes cachés* » seraient également un moteur pour d'autres *stratégies* qui se concrétiseraient directement face aux dominants telles que la *violence verbale* (voir *infra*). En effet, Scott (2014) nous explique que c'est parce qu'il y a des « valeurs partagées », et des « conversations en coulisses » que se façonne la lutte (p. 95). Ce faisant, lorsque des « bénéficiaires » semblent accepter le système qui leur est imposé, ils s'adressent en réalité aux dominants « *selon les exigences du « texte public* » », donc selon ce qui est attendu d'eux (Lazzeri, 2021, p. 393). En effet, ce « *texte public* » doit refléter l'image des dominants telle qu'ils désirent qu'elle soit perçue, donc dans notre cas, en récoltant le respect et la gratitude (Lazzeri, 2021, p. 391).

Ainsi, il n'est pas rare que ces *stratégies* s'accompagnent d'autres, telles que certaines formes de *solidarité* qui n'exposent pas les « bénéficiaires » à des confrontations avec des bénévoles, la *moquerie*, également issue des « *textes cachés* », ou encore la *distanciation d'autrui* que nous analyserons plus loin. De cette manière, les « bénéficiaires » compenseraient le « *coût de la soumission* » qu'impose la correspondance aux « *textes publics* » en déployant d'autres *résistances* (Lazzeri, 2021, p. 393). Prenons l'exemple de Talia, une « bénéficiaire » que nous avons interrogée avant son rendez-vous avec Cécile, l'assistante sociale. Talia était remontée

⁴³ « Hidden transcript » et « public transcript » étaient les mots originaires de Scott (2019 [1990]), qui ont été popularisés par « *texte* » en français.

contre cette dernière et nous expliquait qu'elle allait lui demander d'être plus sympathique. Pourtant, une fois face à l'assistante sociale, elle ne dit rien. Pour compenser l'*apparente soumission*, elle se moqua de Cécile en sortant du rendez-vous en nous disant : « *Avec sa tête de morte vivante.* » (extrait du JT du 12/05/2025)⁴⁴.

Néanmoins, si Scott (1985) explique qu'il n'est pas aisé de déterminer où « *s'arrête la soumission et où commence la résistance* » (p. 289), ne pourrions-nous pas envisager l'inverse ? Si l'*apparente soumission* et le *recours à la compassion* des bénévoles est une stratégie de résistance effective et que « *la soumission et la stupidité ne sont qu'une tactique nécessaire* » (Scott, 2014, p. 94), il semblerait toutefois que certains « bénéficiaires » se soumettent également foncièrement aux bénévoles et au système dans lequel ils prennent part. Nous avons en effet constaté une importante *résignation* à la *structure A* et une réelle *valorisation du système*, ainsi que des bénévoles. Cette *valorisation* s'accompagne bien souvent d'une *dévalorisation de soi* due à l'intériorisation du stigmaté. En effet, lorsque le sentiment de honte surgit, les « bénéficiaires » peuvent rejeter ce sentiment et modifier leur image, ou intérioriser ce sentiment et porter la responsabilité de leur situation (Debroise, 1998, p. 150) :

« *On doit être contents que ça existe. Mais les riches ne doivent pas venir ici. Ce sont les gens qui ont des problèmes. On est quand même des misérables.* » - Yan, « bénéficiaire »

« *Je félicite l'État pour son travail. Dans mon pays, on fait pas ça.* » - Zoé, « bénéficiaire »

« *C'est nous qui abusons avec les bénévoles, c'est pas facile pour eux. [...] C'est normal qu'ils crient, si ils parlent gentiment, on entend pas. [...] Ils ont bon cœur, ils viennent nous aider. Si eux ne le font pas, personne ne donne. Je suis réaliste.* » - Dana, « bénéficiaire »

« *Moi je dis plus rien s'il y a du favoritisme, ça sert à rien, on nous écoute pas. Et puis j'ai pas envie qu'on me crie dessus. Déjà qu'ils crient pour rien alors si je dis pour ça...* » - Walida, « bénéficiaire »

Face à ces constats, Messu (2008) pense qu'il existe une *stratégie « d'entretien de la dépendance »* (p. 105). Le sociologue postule que la dépendance est entretenue lorsqu'un « bénéficiaire » ne voit « *pas de salut pour lui en dehors de l'assistance* » (Messu, 2008, p. 105), ce qui pousse certains « bénéficiaires » à trouver ce qui leur est le plus favorable dans une relation d'assistance. Cela peut se matérialiser par la *résignation* comme c'est le cas de Walida, par une *dévalorisation de soi*, telle que le montre Yan, ou par la *valorisation du système*, à

⁴⁴ Le sociologue Gérard Mauger (2021) nous met en garde en ce qui concerne les biais que comportent la recherche : comment avoir accès aux « textes cachés » et aux discussions en coulisses (p. 107) ? Étant donné notre position (autant proche des bénévoles que des « bénéficiaires », plutôt perçue comme une stagiaire), il aurait été possible d'être perçue comme appartenant aux « dominants » et, par conséquent, de ne pas avoir accès aux propos de Talia, qui, cependant, n'a pas envisagé que ses paroles puissent être rapportées à Cécile. Postulons que cela est dû à notre méthodologie qui consistait à ne pas cacher notre position sur le terrain – ce qui a probablement mis à l'aise certains « bénéficiaires » – à l'instar de Bouhnik (2011) (voir méthodologie, p. 44).

l'instar de Dana et de Zoé. Ainsi, il est important de ne pas idéaliser, ni « romantiser » la *résistance*. Il convient également de souligner que parmi les « participants », la *valorisation* de l'association et des praticiennes est très prégnante. Nous comprenons plutôt cela comme une reconnaissance identitaire des « animatrices », permise par un échange de dons, étant donné que cette valorisation ne s'accompagne ni de *résignation*, ni de *dévalorisation de soi*, ni d'une différence identifiée entre des « textes cachés » et des « textes publics ».

Concluons cette *stratégie* en avançant que l'*apparente soumission* et l'*appel à la compassion* peuvent être principalement mises en place pour éviter les violences alimentaires des *intimidations*, des *menaces* et de la *frustration*. Elles peuvent également être comprises comme une astuce pour jouer du *pouvoir discrétionnaire* des bénévoles et ainsi, obtenir des faveurs de ceux-ci. Néanmoins, user de cette *stratégie* ne protège pas d'autres violences alimentaires, surtout lorsque l'*apparente soumission* se transforme en soumission réelle via la *valorisation du système*, la *résignation* et la *dévalorisation de soi*. Ainsi, cette *stratégie* peut plonger ses usagers dans l'*inversion de la faute* et la *culpabilisation*, ou encore l'*attente de reconnaissance*.

c) Contre la figure du « bon pauvre »

« Ok, il y a [des « bénéficiaires »] qui sont reconnaissants, mais d'autres, malgré la somme maudite qu'ils payent, ils veulent plus, ils sont exigeants. » - Nadine, bénévole (extrait du JT du 11/06/2024)

Dans cette troisième stratégie de résistance, nous constaterons que via plusieurs comportements, les « bénéficiaires » vont à l'encontre de ce qui est attendu d'eux, en tant que « bons pauvres » (Fassin, 2001 ; Violette-Bajard, 2000). La première caractéristique identifiée est l'usage, par les « bénéficiaires », de la *violence verbale*. Selon Violette-Bajard (2000), le recours aux mots est une « violence détournée » qui tente de mettre à jour le rapport de force et de se « démarquer de l'infériorisation » (p. 121). En effet, il semblerait que certains « bénéficiaires » « réagissent » lorsque cette violence ressentie devient trop offensante pour qu'ils puissent s'y résigner. C'est notamment le cas lorsque les « bénéficiaires » sont face à la violence alimentaire des *intimidations* et de la « réduction identitaire » qui s'ensuit. Ainsi, pour être « reconnus », les « bénéficiaires » rétorquent par de la violence. De fait, comme l'explique Ricœur (2019 [2003]), si les personnes ne sont pas reconnues dans leur identité, elles seront violentes dans une « *lutte pour la reconnaissance* » (p. 327). La violence dont usent les « bénéficiaires » semble également s'apparenter à une réaction à l'injustice. Cette hypothèse est aussi celle de l'historien Edward Palmer Thompson (1988 [1971]) qui a analysé les « émeutes de la faim » en Angleterre au 18^{ème} siècle. En effet, Fassin (2013a), qui introduira

plus tard son travail, explique que d'après l'historien, les violences des émeutiers « *exprimaient un sentiment d'injustice* » (p. 312) dans lequel les affects sont bien présents :

« *Par exemple, quand je viens, je vous parle gentiment, madame, si vous criez sur moi comment voulez-vous que moi je me calme ? Non, je crie aussi, donc c'est en fonction de la personne, d'eux, de comment ils sont, que nous sommes derrière comme ça. [...] On agit comme ils agissent, et parfois on essaye même nous de les calmer.* » - Gloria, « bénéficiaire »

« *Les gens sont plus agressifs, physiquement et verbalement, ça gueule.* » - Sylvie, bénévole

L'« agressivité » a également été identifiée par Goffman (1975 [1963]) en tant que « *réaction à la vue du stigmaté* », même lorsque les personnes usant de cette *stratégie* risquent des représailles (p. 30). En effet, cette *stratégie* est régulièrement observée, puisque des disputes éclatent entre certains bénévoles et « bénéficiaires » à presque chaque distribution. Cette observation contredit l'affirmation de Scott (2019 [1990]) selon laquelle les « faibles » s'aventureraient rarement à affronter directement les dominants, et qu'ils résisteraient principalement avec des « actes cachés ».

Toutefois, ce dernier postulat fut également constaté : la deuxième forme de *stratégie* identifiée ne correspondant pas à ce qui est attendu des « bénéficiaires », est la pratique de la *moquerie en coulisse* – à la fois des « bénéficiaires » eux-mêmes sous forme d'autodérision, et des bénévoles – et de l'« *ignorance feinte* » (Scott, 2019 [1990]). Concernant la *moquerie*, cette pratique a été identifiée par Goffman (1975 [1963]) en tant que réaction au stigmaté : « *Le stigmatisé singe les normaux comme il se singe lui-même. [...] On peut le voir jouer comiquement une scène d'humiliation avec l'un des siens dans le rôle haïssable des normaux.* » (p. 156). C'est ainsi que lorsqu'une « bénéficiaire » a demandé à Yan s'il prenait un colis, celui-ci répondit : « *Oui, je suis pauvre hein !* », suivi des rires des deux individus. Ou encore, lorsque nous avons interrogé Uma, Gloria, Fatou et Dana, quatre « bénéficiaires » discutant entre elles, leurs rires ont particulièrement retenu notre attention lorsqu'elles parlaient de sujets difficiles, tels que la qualité des produits, au point que Gloria finit par nous dire : « *Non mais il faut pas rire, c'est pas bien. Il y a beaucoup de mépris.* ». Ces dernières jouaient également des imitations décrites par Goffman (1975 [1963]) en tournant en dérision une bénévole : « *L'autre jour, une bénévole a fait passer quelqu'un devant moi juste parce que je mangeais un chewing-gum.* », dit Uma, entraînant les rires de ses compères. Violette-Bajard (2000) identifie cette *stratégie* comme un « *exutoire à la violence réelle et symbolique qui les cerne* » (p. 128). Ce vecteur de « retournement du stigmaté » constitue ce que Scott (2019 [1990]) a qualifié de « *texte caché* », à l'instar de l'*apparente soumission* et de l'« *ignorance feinte* ».

Cette ignorance dont parle Scott (2014) est une pratique qui se concrétise par le fait de « *feindre la maladie, l'ignorance ou l'incompétence, exaspérant ainsi les maîtres* » (p. 90). En effet, les « bénéficiaires » développent cette prétendue ignorance pour éviter certains bénévoles et pour se « protéger » du mécontentement de ceux-ci lorsqu'ils s'échangent des denrées, comme en relate l'extrait suivant :

« Parfois, je fais la caisse avec Leila et chez moi, il n'y a personne qui vient me donner des sous, ils préfèrent aller chez elle en prétextant qu'ils parlent pas français, que arabe. Mais parfois je sais que c'est parce qu'ils ont peur de moi. Enfin non, pas peur, mais tu vois, ils me disent qu'ils parlent pas français alors que je les vois depuis quatorze ans, comment ils peuvent me dire qu'ils parlent pas français ? » - Adriana, bénévole

La troisième forme de *résistance* observée réside dans la revendication, par les « bénéficiaires », d'un *droit à l'alimentation*, dont ils disposent en théorie, mais dont l'accès reste incertain. S'ils viennent pour recourir à un droit, il devient acceptable de ne pas rendre et de ne pas devoir exprimer une gratitude envers les bénévoles, si celle-ci n'est pas voulue : « *Le principe de justice dispense le receveur du principe de réciprocité.* » (Godbout, 2009, p. 200) :

« Mais c'est pas [les bénévoles] qui nous donnent la nourriture, c'est la nourriture que l'État nous apporte, ils doivent être gentils avec nous. [...] Parfois je leur dis et je m'énerve, je dis : « La nourriture, ce n'est pas à vous. ». Ce n'est pas eux qui vont aller avec leurs camions ou avec leurs caddies chercher la nourriture. C'est l'État qui le fait. » - Raquel, « bénéficiaire »

« Mais d'autres [« bénéficiaires »] sont là à dire « on a droit, tu es là pour nous aider ». Mais non, on est bénévoles, on vient pour les aider, mais on ne travaille pas non plus pour eux, on n'est pas à leurs ordres. Ce n'est pas parce qu'ils ont le droit qu'il faut..., non. [...] Il y en a, ils disent « on a droit, on va en prendre ». Parce que pour eux, c'est « ils ont droit, ils y vont ». » - Victor, « chef » des bénévoles

L'argument de disposer d'un *droit* est analysé par Fassin (2001) comme étant un « style vindicatif », issu du registre de la protestation (p. 461). Selon l'auteur, cet usage serait plus marginal, bien qu'efficace. Néanmoins, nous avons constaté que les bénévoles sont à l'unanimité d'accord pour avancer que cet argumentaire les « exaspère ». Aussi, ce qui fonctionne dans une vision « rationnelle » pour « tirer son épingle du jeu » est plutôt l'*apparente soumission* et l'*appel à la compassion*. Ici encore, étant donné que l'usage du *droit* est plutôt populaire parmi les « bénéficiaires », il semblerait qu'il s'agisse d'une « lutte pour la reconnaissance » face à l'impossibilité de réaliser un contre-don. Cet argument permettrait aux « bénéficiaires » de ne pas se percevoir comme tels, avec les connotations péjoratives associées à ce terme, mais plutôt comme des citoyens « ayants droit ». De fait, porter le statut de « bénéficiaire » intervient dans la construction identitaire comme un « *élément de dévalorisation de soi* » (Bergadaà et al., 2011, p. 154). Mais cette revendication serait, d'un

point de vue de la « sociologie des intérêts », stratégiquement irrationnelle. Ainsi, au-delà de l'identité et des affects, nous découvrons que les « bénéficiaires » sont également mus par les valeurs de la société dans laquelle ils se trouvent : ils sont « historiquement situés » (Martin, 2012, p. 105). S'il est mal vu d'être « bénéficiaire », il est sans doute plus acceptable d'être éligible à un droit et d'y recourir. Lorsqu'un « bénéficiaire » considère l'obtention d'un colis comme un *droit*, il devient plus enclin à formuler des *exigences* quant à ce qu'il reçoit, allant parfois jusqu'à l'*arrêt de la participation*. Cela est à nouveau mal perçu par les bénévoles :

« C'est l'attitude, c'est comment les gens réagissent. Ils disent « ouais, non, moi, je ne veux pas ça, je veux ça ». Tu vas pas au magasin, tu prends ce qu'on a à disposition. [...] Et si tu as vraiment besoin, tu prends ce qu'il y a. » - Maria, bénévole

Certains « bénéficiaires » se montrent effectivement *exigeants*, principalement en ce qui concerne la quantité, la qualité, et la variété des denrées, ainsi que le fonctionnement de l'association. Cette attitude semble s'inscrire dans l'idée que certains estiment avoir *droit* à ces colis et qu'en étant *exigeants*, ils retrouvent, d'une certaine manière, leur statut de consommateurs. Ainsi, nous comprenons cette *exigence* comme une volonté de contrer la « réduction identitaire » subie et d'exister à nouveau dans ce que les « bénéficiaires » semblent valoriser : des consommateurs libres de choisir ce qu'ils veulent manger, sans être dans l'urgence de la faim et en devant tout accepter (Violette-Bajard, 2000, p.73). Pour marquer la transition du statut de simple destinataire d'un acte charitable à celui de client, certains « bénéficiaires » arguent qu'ils payent pour leur colis. L'*exigence* peut aller jusqu'à un *arrêt de la participation*, pour un temps restreint ou indéterminé, lorsque leur dignité est trop affectée, ce qui serait probablement une incohérence pour Crozier et Friedberg (1977) :

« S'il pleut ou s'il fait trop froid, je viens pas. Imagine, tu dois remplir ton caddie avec de la nourriture mouillée. » - Zoé, « bénéficiaire »

« Quand il y a des choses mauvaises comme ça, je viens plus, et puis je reviens parce que pas le choix. » - Lou, « bénéficiaire »

« Il y a des gens qui ne viennent plus à cause de ces bêtises. Quand ils viennent, on leur crie dessus. Mon ami m'a dit qu'il viendrait plus pour ça. Donc voilà, il y a beaucoup de gens qui ne viennent plus à cause du mépris. Nous, on n'a pas le choix. » - Uma, « bénéficiaire »

Notons que cette *exigence* a également été observée au restaurant participatif où les « participants » semblent avoir intégré l'idée qu'ils sont des « clients » plutôt que de simples « bénéficiaires », notamment grâce au système de prix libre, qui leur permet d'effectuer un contre-don et d'acquérir un statut de consommateur.

Enfin, la quatrième façon de contrer la « bonne figure du pauvre » que nous avons identifiée consiste à accorder une attention particulière à son *apparence physique*. Cette stratégie ne

déplaît pas nécessairement aux bénévoles, bien que cela varie selon les individus, comme l'illustre l'extrait d'Adriana ci-dessous. Cette attention au soin ne semble pas s'inscrire comme un acte compensatoire à l'absence de contre-don puisqu'il est autant mobilisé par des « participants » (en ce compris les « bon payeurs ») que des « bénéficiaires ». Il serait surtout un vecteur de « retournement du stigmate ». En effet, selon Goffman (1975 [1963]), « *quand l'individu [stigmatisé] a les mêmes idées que nous [les non-stigmatisés] sur l'identité, il est sensible à ce que les autres voient comme [étant] sa déficience* » (p. 17). Alors, si les « bénéficiaires » pensent, à l'instar d'Adriana ou de Nadine, que les personnes demandant de l'aide devraient porter sur elles les affres de la pauvreté, une *stratégie* pour eux est de retourner cette attente en renforçant ainsi leur identité de personnes non stigmatisées. Cette apparence soignée ne permet pas de transformer la condition économique ou sociale de la personne, mais bien de « *briser un tableau cohérent* » en tant que « *désidentificateur* » de pauvreté (Goffman, 1975 [1963], p. 60). L'*apparence physique* est ainsi importante dès lors que « *le corps fait office de baromètre et de rappel de leur condition sociale* » (Violette-Bajard, 2000, p. 91) :

« *Et il y a des personnes qui viennent pour me dire « écoute madame, je n'ai pas d'argent ». Mais quand je les regarde je me dis mais moi, je n'ai pas le temps pour me peigner. Elles, elles viennent à 10h, bien habillées, les ongles faits, et elles viennent me dire qu'elles ont pas d'argent.* » - Adriana, bénévole

« *Je trouve qu'ils sont dignes pour la majorité. Les femmes musulmanes sont souvent bien habillées, propres, elles se laissent pas aller. Et franchement, c'est pas la vision que je me faisais de la mendicité.* » - Nadine, bénévole

Ainsi, dans la file de la distribution, la pauvreté ne transparaît pas en ce qui concerne la majorité des « bénéficiaires ». C'est ce que Violette-Bajard (2000) qualifie de « *pellicule protectrice* » permettant de se fondre dans la masse des « normaux » en ne répondant pas à l'imaginaire social des personnes précaires (pp. 80-81) : quand les « bénéficiaires » sortent du centre de distribution, les passants ne peuvent pas savoir que leur sac contient des invendus et des produits du FEAD. Porter une attention à ce que l'apparence renvoie concerne également certains « participants » de la *structure B* qui semblent sortir leurs beaux habits : ils vont au restaurant.

Voilà comment les « bénéficiaires » et un nombre minime de « participants » sortent de l'*attente d'un comportement*, en tant que stratégie de résistance. Cette dernière se décline en plusieurs mécanismes que sont la *violence verbale* (1), les *moqueries* et l'« *ignorance feinte* » (2), l'*argument du droit* qui découle sur de l'*exigence* et un *arrêt de la participation* (3), ainsi qu'une *apparence physique soignée* (4). Il semblerait que ces actes soient principalement motivés par la violence alimentaire exercée à travers les *intimidations*, ainsi que par la « *réduction identitaire* » et la *stigmatisation* qui en résultent. Cette *stratégie*, très prégnante au

sein de la *structure A*, se matérialise principalement par des confrontations directes avec les bénévoles, voire par ce que Crozier et Friedberg (1977) auraient potentiellement pu qualifier d'« autosabotage » en ce qui concerne l'arrêt de la participation. Ces actions ne semblent pas motivées par une *stratégie* de recherche de « gain matériel », mais plutôt par la volonté de préserver son estime de soi et sa dignité, perdues dans l'absence de contre-don.

d) Le « retournement du discrédit » par la distanciation d'autrui

« Hier, il y avait trois SDF, dont un Africain qui est méchant, il traîne souvent à l'arrêt de bus. Alors j'ai débarrassé les assiettes, mais pas chez eux. Tu sais, quand on dit aux clodos qu'ils doivent payer selon leurs moyens, ils ne payent rien en disant qu'ils n'en ont pas puis achètent de l'alcool. » - Ana, « participante »

Le sociologue Nicolas Duvoux (2009) a pensé plusieurs *stratégies* de « neutralisation des effets de la socialisation auprès des services sociaux » (p. 99). Deux d'entre elles sont particulièrement éloquentes dans les deux associations étudiées et se mettent en place en tant que *résistance* aux stigmates et au sentiment de déclassement (Duvoux, 2009, p. 100). En effet, bien que les *stratégies* précédentes soient peu ou pas présentes à la *structure B*, celle-ci semble importante pour les « participants » qui ne font pas, ou estiment ne pas faire, de contre-don, se sentant ainsi minés dans leur estime de soi. Ce faisant, commençons avec l'analyse du restaurant participatif. La première *stratégie* mise en avant par Duvoux (2009) est la distinction entre les « participants » et le système inégalitaire dans lequel ils prennent part, ce qui s'apparente au « refus de la société » pouvant se concrétiser comme une auto-différentiation des personnes avec un statut jugé « supérieur » par la société (p. 106). En effet, observons d'abord que les membres du collectif ne sont pas toujours bien perçus, comme l'explique Imane :

« C'est pas normal que des gens du collectif, on ne les voie jamais. Ils ne participent pas vraiment, ils font des trucs sur ordi, mais ils ne cuisinent pas. » - Imane, « participante »

Par ailleurs, l'association ouvre ponctuellement ses portes à des activités de *team building* pour des entreprises fortunées, dans le but de renflouer ses caisses. Lorsque nous avons demandé dans nos entretiens ce que les « participants » en pensaient, l'un d'eux a répondu :

« Les team building, c'est du cinéma. Il faut savoir qui sont ces gens, quel est leur statut dans la société. N'oublie pas, c'est bientôt les élections [du 13/10/2024]. » - David, « participant »

La seconde *stratégie* identifiée par Duvoux (2009) consiste en une distanciation morale vis-à-vis d'autres personnes partageant le même stigmate, en les stigmatisant à son tour, notamment à travers l'usage des termes « profiteurs » ou « assistés » (p. 104). Ce constat, que nous avons également formulé préalablement, fait écho à l'intériorisation, par certaines personnes recourant à l'aide alimentaire, des discours de *stigmatisation* les visant (Duvoux, 2009, p. 104).

L'intégration de ces discours mène à une distinction en marquant sa « *bonne volonté individuelle* » (Duvoux, 2009, p. 104), ce que nous avons remarqué à travers des discours d'auto-valorisation de sa participation et de son paiement :

« *Il y en a qui profitent du système : ils mangent beaucoup puis ils reprennent à la maison en gratillant le fond des casseroles pour leur famille. Au moins, tout le monde donne, paye, mais bon, manger entrée-plat-dessert et donner qu'un euro...* » - Imane, « participante »

On le comprend, certains « participants » opèrent des « *retournements du discrédit* » (Duvoux, 2009, p. 104) : la honte sépare. En effet, les ressemblances peuvent provoquer une réaction de défense et de mise à distance (Debroise, 1998, p. 149). Sur le terrain, nous avons pu entendre Anabelle, une « participante » en grande insécurité alimentaire, plaindre un « participant » sans-abri, ou encore dire d'une autre « participante » qu'elle « *n'est pas nette mentalement* », comme pour se rassurer vis-à-vis d'elle-même (extrait du JT du 13/09/2024). Comprenons que mettre à distance ou rabaisser d'autres « participantes » revient à rendre sa situation de précarité plus acceptable :

« *Le fait de voir d'autres gens en difficulté, ça te permet de pas être si seul, tu relativises.* » - Anabelle, « participante »

Ainsi, les deux *stratégies* proposées par Duvoux (2009) ont en commun que les « participants » revendiquent une place différente de celle qui leur est attribuée dans l'espace social (p. 106). Comme l'explique Violette-Bajard (2000), « *chacun essaye de s'extraire de cette inclusion à une « communauté de pauvres* » » (p. 98). Ce faisant, les pauvres auraient leurs propres « plus pauvres », à la fois rassurants, comme le suggère l'extrait d'Anabelle, et menaçants, comme l'évoque celui de la bénévole de la *structure A*, Adriana⁴⁵ (Violette-Bajard, 2000, p. 205). Au centre de distribution de colis, la distanciation des personnes jugées « supérieures » a été interprétée précédemment via la *moquerie*. Nous avons observé très peu de tentatives de « *retournement du discrédit* » par la distanciation d'autres « bénéficiaires ». Néanmoins, une forme particulière de distanciation a été relevée, consistant en la critique d'autres « bénéficiaires » adressée aux bénévoles. En effet, un « bénéficiaire » s'est immiscé dans une conversation que nous avions avec la bénévole Nadine qui expliquait que, lorsque des pains étaient déposés à l'extérieur, dans la file, les « bénéficiaires » se « *ruaient* » dessus pour se servir. Le « bénéficiaire » a alors montré son mépris pour ces « autres bénéficiaires » en expliquant qu'ils étaient « *malpolis* » et « *sales de toucher un pain sans le prendre* » (extrait du JT du 23/04/2025). À cet égard, Goffman (1975 [1963]) nous explique que « *plus un individu s'allie avec les normaux, plus il en vient à se concevoir en termes non stigmatisés* » (p. 129).

⁴⁵ Voir page 68 concernant la « *tripartition de la conscience sociale* » (Schwartz, 2009, p. 5).

Ce faisant, si les personnes stigmatisées peuvent s'emparer de leur stigmatisme via la *solidarité* et la *moquerie* (comprendons l'autodérision), ces dernières peuvent également s'en séparer au moyen de « *tentatives d'épurement* » (Goffman, 1975 [1963], p. 129). Enfin, nous considérons que la *stratégie* de la *distanciation d'autrui* – qu'il s'agisse de « semblables » ou de personnes perçues comme « supérieures » – constitue une forme de *résistance* à la violence alimentaire des *intimidations*, et de la stigmatisation qui en résulte. Lorsque la distanciation se fait à l'égard d'autres « bénéficiaires » et « participants », celle-ci est compatible avec une analyse stratégique et rationnelle proposée par Crozier et Friedberg (1977), bien que la reconnaissance et l'identité soient également en jeu.

9.3. En quelques mots : résister, un enjeu identitaire ou matériel ?

Dans ce chapitre, nous avons tenté d'identifier les différentes *stratégies* mises en place par les « bénéficiaires » et, dans une moindre mesure, par les « participants », en fonction de la faible « marge de liberté » dont ils disposent. Nous avons constaté que ce qui se jouait dans la grande majorité des *stratégies* utilisées était la reconnaissance des « bénéficiaires » dans leur identité d'individus et non d'« assistés ». Ainsi, les éléments qui semblent pousser les individus à agir peuvent être énumérés comme suit : les affects ; le sentiment d'injustice ; l'identification à un autre semblable ; le « retournement » de son stigmatisme et de sa « réduction identitaire » ; la conjoncture politique, historique et économique ; et le vécu individuel. Afin de différencier les *stratégies* qui ont pour objectif une lutte matérielle, comme le prônait Scott (2019 [1990]), de celles qui visent une lutte identitaire, nous récapitulons ces dernières dans le tableau 3. Lorsque nous utilisons les symboles « -, +, = », c'est pour identifier si les *stratégies* utilisées ont pour effet d'augmenter les gains matériels, de risquer de les diminuer, ou de ne pas modifier la situation des personnes concernées. Nous proposons également une quatrième colonne montrant à l'encontre de quelles violences alimentaires les différentes *stratégies* semblent répondre. L'objectif est de montrer que les « bénéficiaires » agissent aussi contrairement à une « sociologie des intérêts » et que la dignité et l'estime de soi perdues dans l'absence de contre-don sont autant, voire plus importantes que ce que reçoivent les publics cibles.

Ces *stratégies* de résistance, bien qu'éloquentes, ne peuvent permettre à elles seules de relativiser les violences alimentaires que subissent les « bénéficiaires » et les « participants ». Certes, ces *stratégies* constituent une forme de justice dans l'injustice. Toutefois, elles ne permettent ni de transformer les conditions d'existence des « bénéficiaires » et des « participants », ni de les protéger durablement contre les différentes formes de violences alimentaires, qu'elles soient psychologiques, physiques ou structurelles. Ainsi, ce n'est pas parce que les « bénéficiaires » et les « participants » ne sont pas passifs face à leur situation

(Messu, 2008, p. 110) et qu'ils parviennent à atténuer les conséquences de leur « statut d'assisté », que ces *stratégies* ne doivent pas s'accompagner, voire être remplacées, par des changements structurels et permanents. Effectivement, s'il est important de reconnaître aux individus un pouvoir d'agir – ou une certaine « marge de liberté » – et de comprendre comment ils parviennent à améliorer certains aspects de leur quotidien, il est tout aussi nécessaire de réfléchir aux moyens de provoquer des changements profonds et durables.

Tableau 3 : Synthèse des quatre stratégies de résistance.

Stratégies	Lutte identitaire	Lutte matérielle	Violences alimentaires
<i>Résister à travers le lien social et la solidarité</i>		Partage de nourriture (+) (-)	Isolement (« disqualification sociale », non-choix) ; intimidations ; frustration ; violences alimentaires physiques
	Prise de défense d'autres « bénéficiaires » (-)		
	Importance du groupe et des discussions (=)		
	Transmission de savoir (=)		
<i>Valoriser le système et s'y soumettre pour résister ?</i>		Apparente soumission et appel à la compassion (+)	Frustration ; intimidations ; menaces
<i>Contre la figure du « bon pauvre »</i>	Violence verbale (-)		Intimidations (« réduction identitaire » et stigmatisation)
	Moquerie et « ignorance feinte » (=) (-)		
	Argument du droit, exigence et arrêt de la participation (-)		
	Apparence physique (=)		
<i>Le « retournement du discrédit » par la distanciation d'autrui</i>	Distanciation des « dominants » (=)		Intimidations (« réduction identitaire » et stigmatisation)
	Distanciation d'autres stigmatisés (=) (+)	Distanciation d'autres stigmatisés (=) (+)	

Troisième partie.

Aide alimentaire : quelles conclusions, quelles perspectives ?

Conclusion générale

« De quelles manières les « violences alimentaires » vécues et les stratégies de résistance mises en place par les « bénéficiaires » de l'aide alimentaire se manifestent-elles dans les associations dites « traditionnelles » et « alternatives » ? ».

Dans ce mémoire, nous avons tenté de répondre à cette question en menant une analyse comparative entre deux formes d'aide alimentaire : une forme « traditionnelle », incarnée par le centre de distribution de colis, et une forme « alternative », représentée par le restaurant participatif. Ces deux types d'associations s'inscrivent dans la typologie proposée par Estany *et al.* (2020b). Ainsi, afin de déterminer si les violences alimentaires se manifestaient de manière similaire dans les deux structures et, dans le cas contraire, d'en identifier les sources et les effets, nous avons construit notre analyse autour de trois chapitres. Celle-ci s'appuie sur deux périodes d'observation participante, à savoir une dans chaque association, ainsi que sur une trentaine d'entretiens menés auprès de divers acteurs de l'aide alimentaire.

Le premier chapitre, intitulé *Les ambivalences du don dans les dispositifs d'aide alimentaire*, nous a permis de saisir l'une des principales différences entre les deux associations. En nous appuyant sur le postulat de Marcel Mauss (2012 [1925]) selon lequel tout don nécessite un contre-don, nous avons constaté que les « participants » de la *structure B* ont davantage la possibilité de répondre au don de nourriture réalisé par les « animatrices », grâce à des formes de réciprocité, qu'elles soient financières (via le prix libre) ou symboliques. Ce retour est facilité par la « valeur de lien » (Godbout, 2009) qui consolide la possibilité et l'envie de réaliser un contre-don. À la *structure A*, pour les « bénéficiaires », la possibilité de rendre le don s'avère largement entravée par plusieurs facteurs. En premier lieu, l'État confisque en quelque sorte ce contre-don en le réorientant vers les entreprises, par le biais des mécanismes de défiscalisation appliqués aux « dons » de denrées invendues. Dans ce cadre, les « conventions de don » ne relèvent pas d'un élan de générosité des entreprises, mais d'une logique de rentabilité où la misère devient source de profit : tel est le fonctionnement du « marché de la faim » (Bonzi, 2023a, p. 359). Deuxièmement, les bénévoles faisaient obstacle à la possibilité de contre-don lorsque celui-ci était initié par les « bénéficiaires ». Invoquant un manque de temps et animés par une certaine méfiance, ils cherchaient à éviter tout favoritisme et à prévenir la création d'une « valeur de lien ». Ainsi, à la fin de ce chapitre, nous comprenons que le don permet de renforcer les liens sociaux, comme au restaurant participatif, mais qu'il peut aussi produire de l'humiliation lorsque l'échange de dons est incomplet, comme au centre de distribution.

Le chapitre suivant : *Vivre des violences alimentaires : quelles variations selon les types de structures ?* met en évidence que là où la « valeur de lien » circule et où le contre-don est possible et souhaitable, les violences alimentaires sont moins marquées. Cela s'est particulièrement vérifié à la *structure B*, où certains « participants » vivent les *violences* suivantes : 1) l'infantilisation présente dans les *intimidations*, 2) la *frustration*, 3) le *contrôle*, 4) la *culpabilité* pouvant être liée au paiement, et 5) l'*attente de reconnaissance*, ce dernier élément ayant été ajouté pour enrichir la typologie. Les « bénéficiaires » de la *structure A*, quant à eux, subissent l'ensemble des violences envisagées par Bonzi (2023a), à savoir : 1) les *intimidations* via la *stigmatisation*, la « *réduction identitaire* » (McAll et al., 2015) et la *hiérarchie*, 2) l'*isolement*, 3) la *frustration*, 4) le *contrôle*, le *harcèlement* et les *menaces*, 5) l'*inversion de la faute* et la *culpabilité*, et 6) l'*attente de reconnaissance*. Après avoir souligné la prégnance des violences alimentaires structurelles et étatiques, qui créent et/ou renforcent les violences alimentaires physiques et psychologiques en acceptant et/ou en générant la précarité des associations, nous avons identifié les stratégies de résistance développées par les individus face à ces *violences*.

Le troisième chapitre, intitulé *Les visages de la résistance*, propose une typologie élaborée à partir de nos analyses de terrain, en s'appuyant sur les travaux de plusieurs auteurs ayant étudié les *résistances* des « faibles ». L'analyse de ces *stratégies* nous a permis de comprendre que la « *lutte pour la reconnaissance* », c'est-à-dire la volonté d'être reconnu dans son identité (Ricoeur, 2019 [2003], p. 327), était davantage importante pour les « bénéficiaires » et les « participants » que la « *lutte matérielle* » (Scott, 2019 [1990]). Ainsi, les stratégies de résistance que nous avons proposées, chacune déclinée en plusieurs *sous-stratégies*, sont les suivantes : 1) *Résister à travers le lien social et la solidarité*, 2) *Valoriser le système et s'y soumettre ?*, 3) *Contre la figure du « bon pauvre »*, et 4) *Le « retournement du discrédit » par la distanciation d'autrui*, qui constitue la seule *stratégie* dominante à la *structure B* par rapport à la *structure A*. De fait, ces *stratégies* étaient majoritairement menées par les « bénéficiaires », ce qui a mis en évidence que lorsque le contre-don n'est pas effectué, plus de violences alimentaires émergent et par conséquent, plus de *résistances* aussi.

Si « *définir et décrire sont deux actes nécessaires à la reconnaissance des atteintes physiques et morales faites aux femmes, aux hommes et à leurs enfants maintenus dans la survie* » (Bonzi, 2023a, p. 419), nous avons tenté de rendre visible, de rendre « *pensable pour agir* » le monde de l'aide alimentaire à travers l'étude de ces deux associations. En effet, à l'instar de Bonzi (2023a), nous avançons l'importance de « *mettre la violence en mots afin que la justice et la responsabilité puissent s'exercer* » (p. 405), et ce, au-delà du champ de l'aide alimentaire et des

violences alimentaires. Les résultats nous ont montré qu’être un « participant » est bien plus souhaitable qu’un « bénéficiaire », bien que les associations soient complémentaires dès lors qu’elles répondent à des besoins et des profils différents. Néanmoins, s’il semble intéressant d’assister à l’émergence d’associations comme le restaurant participatif, nous nous interrogeons quant à sa pérennité. En effet, la *structure B* s’avère à la fois plus coûteuse et moins efficiente en termes de nombre de personnes aidées que la *structure A*. Aussi, nous nous interrogeons : si la « valeur de lien » circule au sein de la *structure B* et que la « réduction identitaire » n’y a pas été observée, est-ce en raison du nombre plus restreint des « participants » accueillis ? Ou bien parce que cette structure dépend de plus de financements ? Si tel est le cas, comment généraliser ce type d’aide « alternative » à l’ensemble des publics de l’aide alimentaire, alors même que des coupes budgétaires de près d’un tiers sont prévues d’ici 2026 (Dejace *et al.*, 2025) ? Dans cette perspective, il convient de s’interroger sur l’avenir global de l’aide alimentaire. Comment les structures pourront-elles perdurer alors que des décisions politiques, guidées par une « *accélération de la trajectoire de néolibéralisation de l’État belge* » (Evrard et Piron, 2025, s. p.), limitent désormais les allocations de chômage à deux années et repoussent l’âge de la retraite, affectant directement les profils qui composent majoritairement le bénévolat ? Afin d’alimenter ces réflexions, nous proposons d’ouvrir quelques pistes à explorer et de suggérer des axes de recherche pour enrichir ce mémoire. Toutefois, avant cela, un exercice réflexif s’impose sur notre objet et notre posture de recherche.

Réflexivité de la démarche d’enquête et du rapport à l’objet

Selon Bourdieu (2003), une des conditions permettant d’atteindre une objectivité scientifique (et non pas une prétendue neutralité) est de mettre en avant, en tant que (future) sociologue, mon rapport subjectif à l’enquête (p. 44). Dans le cas de ce mémoire, il s’agit de mon rapport à l’aide alimentaire et plus précisément, aux violences alimentaires et aux stratégies de résistance des enquêtés des deux terrains d’étude. En effet, le choix d’un sujet d’étude est en lui-même un parti pris, et une production de savoir n’est jamais dénuée de valeur (Bourdieu, 2003, p. 45). Ce faisant, mon choix de travailler sur le sujet de l’aide alimentaire a été influencé par un sentiment d’injustice ou bien de révolte ; par le contexte spatio-temporel dans lequel je vis ; par mon bagage à la fois familial et intellectuel, ainsi que mes valeurs qui en découlent ; et surtout, par ma position privilégiée dans l’espace social. Cette même position dans l’environnement social a ainsi, *de facto*, influencé ma position sur les deux terrains d’enquête.

En effet, j’avais des *a priori* avant de commencer mes observations participantes en tant qu’étudiante en sociologie, blanche et aisée, dans des lieux où des personnes n’ont pas assez d’argent pour se nourrir. Ces doutes reposaient sur ma légitimité en tant que personne n’ayant

jamais connu de situation de précarité, ainsi que sur une volonté de ne pas perpétuer la hiérarchie existante entre les scientifiques et les enquêtés, ou entre les « non-bénéficiaires » et les « bénéficiaires ». Ainsi, ces inquiétudes ont, en amont, été le fruit de discussions avec des professionnelles de terrain, telles que des travailleuses de la Fédération des Services Sociaux, qui m'ont mise en garde contre une potentielle violence de ma part – telle que l'infantilisation des enquêtés – et de la part des enquêtés – telle qu'un refus violent face à ma recherche. À cet effet, il me semble qu'en m'insérant dans la posture de Bouhnik (2011), qui consiste à prendre position, dans les limites de ma recherche, en ne posant pas de barrière de « neutralité » avec les enquêtés, j'ai pu limiter la reproduction de la domination scientifique presque inhérente à notre pratique. Néanmoins, je me suis rendue compte de deux éléments lors de la rédaction de ce mémoire. Le premier est qu'une de mes craintes persiste : ai-je retranscrit de manière juste le vécu de personnes duquel je suis tant éloignée ? Ai-je tout saisi, ai-je extrapolé ou minimisé certains éléments ? C'est probablement pour faire face à cette crainte que j'ai réalisé un nombre important d'entretiens. Le second constat est que je n'avais pas réussi à me dégager totalement des violences alimentaires ambiantes dans les structures, en en reproduisant moi-même.

« *L'individu stigmatisé est une personne que n'importe qui peut aborder à volonté, à condition de compatir de son sort.* » (Goffman, 1975 [1963], p. 29). C'est en lisant cette phrase que j'ai compris que le fait d'aller déranger les « bénéficiaires » du centre de distribution, alors qu'ils sont dans une situation vulnérable, pour leur demander de me parler de leur vécu – une fois de plus – et des effets douloureux du « statut d'assisté » qui leur est obligé, n'était pas exempt de violence. Mais dans une situation où la violence est prédominante, comment ne pas reproduire celle-ci ? Je n'ai certainement pas assez de recul sur ma recherche pour le dire aujourd'hui. Toutefois, il est clair que le fonctionnement de l'association et les violences alimentaires qui s'y produisent ont influencé ma reproduction de ces dernières dès lors qu'au restaurant participatif, je n'ai eu ni ce sentiment, ni ces retours. En effet, les « participants » ont tous montré de l'enthousiasme quant à nos échanges. Ils savaient qu'ils allaient être entendus, ils savaient que mon travail allait être pris en compte par les « animatrices », ils savaient qu'elles n'y seraient pas hermétiques. De plus, en interrogeant les « bénéficiaires », ceux-ci m'expliquaient les dysfonctionnements de la distribution, en me demandant de les relayer. Même si je ne me mettais pas dans ce rôle, j'ai probablement donné de l'espoir, malgré moi, à ces derniers. L'espoir d'un changement qu'ils ne verront probablement pas dans un avenir proche. Ainsi, il semblerait que j'aie contribué à la violence alimentaire qu'est la *frustration*, en renforçant leur sentiment d'injustice face à un espoir non abouti : quelqu'un leur a enfin demandé leur point de vue, et ce dernier fut sans conséquence. Face à ces déceptions, comment ne pas se résigner ?

Quelles perspectives de recherches sur l'aide alimentaire ?

Le sujet que nous avons étudié pourrait être enrichi par d'autres perspectives. Par exemple, il aurait été intéressant de creuser les raisons du bénévolat et, en fonction des raisons, de constater les incidences sur les « bénéficiaires » et les violences alimentaires. À cet égard, il aurait été pertinent de reprendre le concept d'« économies morales », popularisé par Fassin (2009 ; 2012 ; 2013c), qu'il définit ainsi : « *La production, la répartition, la circulation et l'utilisation des sentiments moraux, des émotions et des valeurs, des normes et des obligations dans l'espace social.* » (Fassin, 2009, p. 1257). Selon Roca Martinez (2017), Scott a également utilisé cette notion en pensant que, pour comprendre les *stratégies* de ses enquêtés, il était nécessaire d'introduire la question de la morale (p. 109). Alors, pour enrichir la question de ce qui circule, pour saisir quels actes et « *sentiments moraux, émotions et valeurs* » poussent le plus les individus à agir, et pour comprendre les dimensions politiques et historiques des conflits moraux, sans individualiser les actions des publics de l'aide alimentaire (Fassin, 2009, p. 1265), il semblerait que ce concept ait toute sa place dans notre analyse.

Une autre proposition serait aussi d'ancrer cette étude dans un projet pensé depuis 2019 : une Sécurité Sociale de l'Alimentation. Cela s'inscrit dans le questionnement suivant : acceptons-nous que l'aide alimentaire soit une source viable d'accès à l'alimentation ? En effet, les inadéquations du système capitaliste dans lequel prend part l'aide alimentaire sont profondes et, comme le souligne Nancy Fraser (2005), la « *reconnaissance* » doit s'accompagner d'une amélioration des conditions matérielles de vie. Il semble alors souhaitable de se mobiliser pour atteindre une réelle sécurité alimentaire, et ce, dès la production des aliments, de renforcer le droit à l'alimentation et ainsi, de faire en sorte que les « bénéficiaires » n'en soient plus.

Enfin, constatons que d'un point de vue méthodologique, il serait intéressant de transposer cette étude à d'autres associations, toujours dans une optique comparative, afin d'étendre la portée de nos résultats, et peut-être, de les généraliser. Par ailleurs, nous avons proposé une typologie pour les stratégies de résistance. Celle-ci s'est faite au regard de nos terrains, mais pourrait-elle être appliquée à d'autres « bénéficiaires » de l'aide alimentaire ou d'autres types d'aides ?

Ainsi se clôt ce mémoire et les cinq années d'études qui ont rythmé ma vie et mon cheminement de sociologue. La sociologie est, selon moi, un outil pour percevoir et *changer* le monde qui nous entoure. Si cette vision est sans doute idéaliste, c'est dans cette perspective de changement que je m'emploierai à utiliser cette science, et c'est avec cette intention que j'ai réalisé ce mémoire. Je souhaite conclure cet écrit et ces apprentissages par une ouverture sur un champ des possibles souhaitables et, je l'espère pour l'avenir, communément souhaité : l'égalité.

Bibliographie

- Alberghini, A., Brunet, F., Grandseigne, R. & Lehrmann, J. (2017). L'aide alimentaire : acteurs, pratiques et modalités d'accompagnement des publics (II). *Recherche sociale*, 222, 5-110.
<https://doi.org/10.3917/recsoc.222.0005>
- Assouly, O. (2013). *L'organisation criminelle de la faim : essai*. Arles, Actes Sud.
- ATD Quart Monde, FdSS & Université de Louvain (2019). *L'expérience de l'aide alimentaire. Quelle(s) alternative(s) ? Rapport d'une recherche en croisement des savoirs*. Bruxelles, ATD Quart Monde. Consulté le 11 mai 2025.
https://atd-quartmonde.be/cms/wp-content/uploads/2019/11/19033-rapport-croisement_06-compp.pdf
- Bergadaà, M., Le Gall-Ely, M. & Urien, B. (2011). *Don et pratiques caritatives*. Bruxelles, De Boeck, coll. « Méthodes & recherches ».
- Beurois, T. (2023). Verdir l'aide alimentaire ? Les réceptions différenciées de la norme écologique dans une épicerie sociale d'un quartier populaire. *Sociétés contemporaines*, 131(3), 83-112.
<https://doi.org/10.3917/soco.131.0083>
- Boltanski, L. (2007 [1993]). *La souffrance à distance*. Paris, Gallimard.
- Bonzi, B. (2019). Dilemme de l'aide alimentaire et conflits de normes. *Socio-anthropologie*, 39, 67-82.
<https://doi.org/10.4000/socio-anthropologie.5248>
- Bonzi, B. (2023a). *La France qui a faim. Le don à l'épreuve des violences alimentaires*. Paris, Seuil, coll. « Anthropocène ».
- Bonzi, B. (2023b). L'aide alimentaire, facteur de résistance pour une démocratie alimentaire. Pour une sécurité sociale de l'alimentation. *Multitudes*, 92(3), 86-94.
<https://doi.org/10.3917/mult.092.0086>
- Boucher, G., Fournier, F., & Torres, S. (2024). Une exploration des inégalités sociales, économiques et de santé. Observatoire québécois des inégalités.
<https://observatoiredesinegalites.com/wp-content/uploads/2024/09/Une-exploration-des-inegalites-sociales-economiques-et-de-sante.pdf>
- Bouhnik, P. (2011). « Intimité et couleur des choses : du corps à corps au mot à mot. Ethnographie des expériences intimes liées à l'usage de drogues en milieu précaire ». In Naudier, D. & Simonet, M. (dir.). *Des sociologues sans qualités ? Pratiques de recherche et engagements*. (pp. 186-200). Paris, La Découverte.
<https://doi.org/10.3917/dec.naudi.2011.01.0186>

- Bourdieu, P. (1979). *La Distinction*. Paris, Éditions de Minuit.
- Bourdieu, P. (1993). *La misère du monde*. Paris, Éditions du Seuil.
- Bourdieu, P. (2003). L'objectivation participante. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 150(5), 43-58.
<https://doi.org/10.3917/arss.150.0043>
- Bousquet, C. & Calvet, M. (2021). L'alimentation durable, une question sociale ? *Sociographe*, 14(4), 61-85.
<https://doi.org/10.3917/graph1.hs014.0061>
- Caillé, A. (2000). *Anthropologie du don. Le tiers paradigme*. Paris, La Découverte.
- Castel, R. (1996). *Les métamorphoses de la question sociale. Une chronique du salariat*. Paris, Fayard.
- César, C. (2009). Que sait-on sur l'aide alimentaire. *La Santé de l'homme*, 402, 31-32.
<https://www.santepubliquefrance.fr/docs/la-sante-de-l-homme-juil-aout-2009-n-402-populations-precarisees-l-accessibilite-de-l-alimentation>
- Chanial, P. (2008). Générosité, réciprocité, pouvoir et violence. Esquisse d'une grammaire des relations humaines en clé de don. *Revue du MAUSS*, 32(2), 97-123.
<https://doi.org/10.3917/rdm.032.0097>.
- Chiffolleau, Y., Akermann, G., Paturel, D. & Noël, J. (2023). Des circuits courts à la sécurité sociale de l'alimentation : économies concrètes et récit politique pour la solidarité alimentaire. *Lien social et Politiques*, 90, 310-329.
<https://doi.org/10.7202/1105099ar>
- CAA. (s. d). L'aide alimentaire en Belgique. *Concertation Aide Alimentaire*.
<https://www.fdss.be/fr/caa/laide-alimentaire-en-belgique/>
- Crozier, M. & Friedberg, E. (1977). *L'acteur et le système : Les contraintes de l'action collective*. Paris, Éditions du Seuil.
- Damhuis, L. (2019a). Alimentation durable et mixité sociale : soucis démocratiques ou idéaux élitistes ? *Revue Démocratie*, 5, 5-9.
<https://www.revue-democratie.be/images/articles-en-pdf/aidealimentaire-min.pdf>
- Damhuis, L. (2019b). « L'aide alimentaire dans le paysage de l'action sociale : Regards des travailleurs de terrain ». In Myaux, D. (Éd.). *Aide alimentaire : Les protections sociales en jeu*. (pp. 115-142). Louvain-la-Neuve, Académia-L'Harmattan.

- Damhuis, L., Serré, A. & Rosenzweig, M. (2020). Concrétiser l'ambition démocratique de l'alimentation durable ? *Anthropology of Food*, S15, 1-19.
<https://doi.org/10.4000/aof.11372>
- de Saint Pol, T. (2017). Les évolutions de l'alimentation et de sa sociologie au regard des inégalités sociales. *L'Année sociologique*, 67, 11-22.
<https://doi.org/10.3917/anso.171.0011>
- De Schutter, O. (2014). Le droit à l'alimentation, facteur de changement. *Rapport soumis par le Rapporteur spécial sur le droit à l'alimentation*, GE.14-10538. Genève, Nations Unies, A/HRC/25/57.
<https://docs.un.org/fr/A/HRC/25/57>
- de Verdalle, L., Vigour, C. & Le Bianic, T. (2012). S'inscrire dans une démarche comparative. Enjeux et controverses. *Terrains & travaux*, 21(2), 5-21.
<https://doi.org/10.3917/tt.021.0005>
- Debroise, A. (1998). Gaulejac, Vincent de. 1996. Les Sources de la honte. Paris, Desclée de Brouwer. *Lien social et Politiques*, 39, 149-152.
<https://doi.org/10.7202/005206ar>
- Dejace, P., Grisar, B., Berny, L., De Gryse, F., Szollosy, C., Vancutsem, P., Haquin, S., Hubert, J.-F., Carra, L., Bongartz, R., Abdissi, Y., Duclaud-Lacoste, P., Bouret, X., Perignon, F., Moerman, T., Bailly, S., Terrasi, F., Van Leynseele, B., Donnay, L., (...) & Paredes, T. (2025, 2 juillet). « Aberration totale » : des dizaines d'associations actives dans l'aide alimentaire alertent sur la réduction d'un tiers de leur budget. *RTBF*.
<https://www.rtb.be/article/carte-blanche-aide-alimentaire-l-approvisionnement-en-chute-libre-1-3-de-budget-en-moins-pour-2026-11570515>
- Domenach, J.-M., Donzelot, J., Foucault, M., Julliard, J., Meyer, P., Pucheu, R., Thibaud, P., Treanton, J.-R. & Virilio, P. (1972). Table ronde. Réclusion et capitalisme. *Esprit*, 413 (4/5), 678-703.
<http://www.jstor.org/stable/24469308>
- Dubois, V. (2012). Le rôle des street-level bureaucrats dans la conduite de l'action publique en France. [Work paper, non publié].
<https://shs.hal.science/halshs-00660673>
- Dubois, V. (2021). *Contrôler les assistés. Genèses et usages d'un mot d'ordre*. Paris, Raisons d'agir.
- Dupuy, F. (2008). « Chapitre 4. Don et contre-don ». In Dupuy, F. *Anthropologie économique*. (pp. 80-98). Paris, Armand Colin.
<https://shs.cairn.info/anthropologie-economique--9782200351960-page-80?lang=fr>

- Duvoux, N. (2009). Les assistés peuvent-ils être autonomes ? Sociologie compréhensive des politiques d'insertion. *Lien social et Politiques*, 61, 97-107.
<https://doi.org/10.7202/038476ar>
- Duvoux, N. (2011). Nouveaux pauvres, nouvelles politiques. *Politiques sociales et familiales*, 104, 7-17.
<https://doi.org/10.3406/caf.2011.2592>
- Duvoux, N. & Trachman, M. (2015). Les sciences sociales comme présence au monde. Entretien avec Didier Fassin. *La Vie des idées*.
<https://laviedesidees.fr/Les-sciences-sociales-comme-presence-au-monde>
- Egbe, E. M. & Montserrat-Mas, M. (2014). Hacer frente a la precarización alimentaria en la provincia de Tarragona; estrategias, fronteras y diálogos. *Actas del XIII Congreso de Antropología de la FAAEE*, 1698-1722.
<http://dx.doi.org/10.13140/2.1.2071.3761>
- Eisenberg, M. A. (1997). The World of Contract and the World of Gift. *California Law Review*, 85(4), 821-866.
<https://doi.org/10.2307/3481126>
- Elisha, O. (2013). « Compassion et responsabilisation ». Présentation et traduction de Bouagga Y. In Fassin, D. & Lézé, S. *La question morale. Une anthologie critique*. (pp. 450-464). Paris, Presses Universitaires de France.
<https://doi.org/10.3917/puf.fassi.2013.01.0450>
- Escande-Gauquié, P. (2023). Une enquête par le proche : vers la participation observante. *Communication & langages*, 217, 71-89.
<https://doi-org.ezproxy.ulb.ac.be/10.3917/comla1.217.0071>
- Estany, M. L., Monfort, P. D., González, C. R. M., García, A. M. & Simioli, E. P. (2020a). Précarisation alimentaire, résistances individuelles et expériences pratiques : regards locaux, régionaux, transnationaux. *Anthropology of Food*, S15, 1-18.
<https://doi.org/10.4000/aof.10931>
- Estany, M. L., Monfort, P. D., González, C. R. M., García, A. M. & Simioli, E. P. (2020b). Précarisation alimentaire et bien-être : réponses et pratiques pour lutter contre l'insécurité alimentaire à Barcelone. *Anthropology of Food*, S15, 1-20.
<https://doi.org/10.4000/aof.11112>
- Eurofound. (2015, 21 septembre). Access to social benefits: Reducing non-take-up.
<https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/2015/access-social-benefits-reducing-non-take>

- Evrard, Z. & Piron, D. (2023). « Introduction. La Belgique à l'épreuve du néolibéralisme : controverses, approches théoriques et dimensions d'analyse ». In Evrard, Z. & Piron, D. (eds). *Le(s) néolibéralisme(s) en Belgique : Cadre macroéconomique, applications sectorielles et formes de résistance*. (pp. 9-45). Bruxelles, Academia.
- Evrard, Z. & Piron, D. (2025, 17 mars). Décoder l'Arizona : l'accélération d'un néolibéralisme aux accents autoritaires. *Revue Politique*.
<https://www.revuepolitique.be/decoder-larizona-laceleration-dun-neoliberalisme-aux-accents-autoritaires/#08f4275e-a432-4230-b75f-2f0a28fba326>
- Farmer, P. (2003). *Pathologies of Power. Health, Human Rights, and the New War on the Poor*. Berkeley - Los Angeles - London, University of California Press.
- Fassin, D. (2000). La supplique. Stratégies rhétoriques et constructions identitaires dans les demandes de secours. *Annales histoires, sciences sociales*, 55(5), 953-981.
<https://doi.org/10.3406/ahess.2000.279895>
- Fassin, D. (2001). Charité bien ordonnée : Principes de justice et pratiques de jugement dans l'attribution des aides d'urgence. *Revue française de sociologie*, 42(3), 437-475.
<https://doi.org/10.2307/3323029>
- Fassin, D. (2002). La souffrance du monde. Considérations anthropologiques sur les politiques contemporaines de la compassion. *Evolution psychiatrique*, 67(4), 676-689.
[https://doi.org/10.1016/S0014-3855\(02\)00163-9](https://doi.org/10.1016/S0014-3855(02)00163-9)
- Fassin, D. (2009). Les économies morales revisitées. *Annales. Histoire, Sciences Sociales*, 64(6), 1237-1266.
<https://shs.cairn.info/revue-Annales-2009-6-page-1237?lang=fr>.
- Fassin, D. (2010a). Évaluer les vies. Essai d'anthropologie biopolitique. *Cahiers internationaux de sociologie*, 128-129(1), 105-115.
<https://doi.org/10.3917/cis.128.0105>
- Fassin, D. (2010b). *La raison humanitaire*. Paris, Hautes études, Gallimard/seuil,
- Fassin, D. (2013a) « Palmer Thompson, E. Présentation par Fassin, D. Économie morale de la foule ». In Fassin, D. & Lézé, S. *La question morale. Une anthologie critique*. (pp. 311-316). Paris, Presses Universitaires de France.
<https://doi.org/10.3917/puf.fassi.2013.01.0311>.
- Fassin, D. (2013b). « L'immunité de l'humanitaire ». In Fassin, D. & Lézé, S. *La question morale. Une anthologie critique*. (pp. 516-532). Paris, Presses Universitaires de France.
<https://doi.org/10.3917/puf.fassi.2013.01.0516>.

- Fassin, D. (2016). Une anthropologie politique et morale de la question sociale. De la culture de la pauvreté à la critique de la domination. Entretien. *Communications*, 98(1), 147-158.
<https://doi.org/10.3917/commu.098.0147>
- Fassin, D. & Memmi, D. (2004). *Le gouvernement des corps*. Paris, Ecole des hautes études en sciences sociales.
- Fassin, D. & Eideliman, J.-S. (2012). « Introduction. Défense et illustrations des économies morales ». In Fassin, D. & Eideliman, J.-S. *Economies morales contemporaines* (pp. 9-18). Paris, La Découverte.
<https://doi.org/10.3917/dec.fassi.2012.01.0009>
- Fassin, D. & Lézé, S. (dir.) (2013c). *La question morale. Une anthologie critique*. Paris, Presses Universitaires de France.
<https://doi.org/10.3917/puf.fassi.2013.01>.
- FBBA. (2022, 14 juillet). Les demandes d'aide alimentaire ont augmenté de 15% depuis janvier, alors que les dons diminuent. *Fédération Belge des Banques Alimentaires*.
<https://www.foodbanks.be/fr/presse/6/2022-11-08/les-demandes-d-aide-alimentaire-ont-augmente-de-15-depuis-janvier-alors-que-les-dons-diminuent-14-07-2022>
- FBBA. (2025, 14 février). Rapport annuel 2024. *Fédération Belge des Banques Alimentaires*.
<https://www.foodbanks.be/fr/presse/33/2025-02-14/rapport-annuel-2024>
- FBBA. (s. d.). La Fédération Belge des Banques Alimentaires et Deliveroo annoncent un succès remarquable dans la lutte contre la pauvreté alimentaire en Belgique. *Fédération Belge des Banques Alimentaires*.
<https://www.foodbanks.be/fr/blog/113/2024-03-21/la-federation-belge-des-banques-alimentaires-et-deliveroo-annoncent-un-succes-remarquable-dans-la-lutte-contre-la-pauvrete-alimentaire-en-belgique>
- FdSS. (2021, janvier). Des nouvelles sur l'avenir du FEAD. *Concertation Aide Alimentaire. Les News. Fédération des Services Sociaux*.
https://www.fdess.be/wp-content/uploads/Newsletter-CAA_2022_01-Special-FEAD.pdf
- FdSS. (s. d.). La FdSS. Brochure de présentation. *Fédération des Services Sociaux*.
https://www.fdess.be/wp-content/uploads/2025_FdSS_PUB_brochure-interactive_105x210_FR_V01.pdf
- FIAN Belgium. (s. d.). Le droit à l'alimentation.
<https://www.fian.be/-le-droit-a-l-alimentation->
- Foucault, M. (1994). *Dits et écrits. Tome IV*. Paris, Gallimard.

- Fraser, N. (2005). *Qu'est-ce que la justice sociale ? Reconnaissance et redistribution*. Paris, La Découverte.
- Fustier, P. (2008). « 20. Du travail social : la part du don ». In P. Chanial. *La société vue du don : Manuel de sociologie anti-utilitariste appliquée*. (pp. 321-331). Paris, La Découverte.
<https://doi-org.ezproxy.ulb.ac.be/10.3917/dec.chani.2008.01.0321>
- Galloy, P. (2025, 15 avril). Les dons des Belges proches d'un record absolu en 2024. *L'Echo*.
<https://www.lecho.be/monargent/impots/avantages-fiscaux/les-dons-des-belges-proches-d-un-record-absolu-en-2024/10602766.html>
- Geremek, B. (1987). *La potence et la pitié*. Paris, Gallimard.
- Godbout, J.-T. (2004). De la continuité du don. *Revue du MAUSS*, 23(1), 224-241.
<https://doi.org/10.3917/rdm.023.0224>
- Godbout, J.-T. (2006). Le don au-delà de la dette. *Revue du MAUSS*, 27(1), 91-104.
<https://doi.org/10.3917/rdm.027.0091>
- Godbout, J. T. (2008). « 2. Don et stratégie ». In Chanial, P. *La société vue du don : Manuel de sociologie anti-utilitariste appliquée*. (pp. 70-84). Paris, La Découverte.
<https://doi-org.ezproxy.ulb.ac.be/10.3917/dec.chani.2008.01.0070>
- Godbout, J. T. (2009). *Ce qui circule entre nous : Donner, recevoir, rendre*. Paris, Le Seuil.
<https://shs.cairn.info/ce-qui-circule-entre-nous-donner-recevoir-rendre--9782020923644?lang=fr>
- Goffman, E. (1975 [1963]). *Stigmate. Les usages sociaux des handicaps*. Paris, Minuit.
- Gruel, L. (1985). Conjurier l'exclusion : rhétorique et identité revendiquée dans des habitats socialement disqualifiés. *Revue française de sociologie*, 26 (3), 431-453.
https://www.persee.fr/doc/rfsoc_0035-2969_1985_num_26_3_3964
- Hadji, C. (2017). Remettre en question ce que peut supporter une société. *Ballast*, 1-16.
<https://www.revue-ballast.fr/entretien-chahr-hadji-abrisme/>
- Halbwachs, M. (1938). *Esquisse d'une psychologie des classes sociales*. Paris, Librairie Marcel Rivière et Cie.
- Hall P. A. & Lamont, M. (2019). La résilience sociale à l'ère néolibérale. *Revue des politiques sociales et familiales*, 131-132, 85-96.
<https://doi.org/10.3406/caf.2019.3346>
- Hirigoyen, M.-F. (1998). *Le Harcèlement moral. La violence perverse au quotidien*. Paris, La Découverte.

- Hoggart, R. (1970). *La Culture du Pauvre*. Paris, Les Éditions de Minuit.
- Hubert, H.-O. & Vleminckx, J. (2016). L'aide alimentaire à Bruxelles. Le regard des bénéficiaires ». *Les cahiers de la recherche action*, 6.
[https://www.fdss.be/wp-content/uploads/A5_Publication Rechercheaction 06.pdf](https://www.fdss.be/wp-content/uploads/A5_Publication_Rechercheaction_06.pdf)
- Kandil, F. (2024). Le pouvoir de subversion du don. *Cahiers d'économie politique*, 85(2), 263-291.
<https://doi.org/10.3917/cep1.085.0264>
- Lazzeri, C. (2021). Domination, rationalité et résistance : « l'infra politique » des groupes subalternes de James C. Scott. *Sociologie*, 12(4), 389-398.
<https://doi-org.ezproxy.ulb.ac.be/10.3917/socio.124.0389>
- Leclair, F., Myaux, D. & Damhuis, L. (2023). Le droit à l'alimentation à l'épreuve de l'urgence en Belgique. *Autonomie locali e servizi sociali*, 319-337.
<https://www.rivisteweb.it/doi/10.1447/108280>
- Le Crom, J.-P. & Retière, J.-N. (2018). *Une solidarité en miettes : Socio-histoire de l'aide alimentaire des années 1930 à nos jours*. Rennes, Presses universitaires de Rennes.
- Le Play, F. (1855). *Ouvriers européens. Études sur les travaux, la vie domestique et la condition morale des populations ouvrières de l'Europe*. Paris, Imprimerie impériale.
- Mahy, C. (2020, 23 mars). Les personnes précarisées sont la poubelle de l'agro-industrie. *Tchak !*
<https://tchak.be/index.php/2020/03/23/les-personnes-precarisees-sont-la-poubelle-de-lagro-industrie/>
- Maisin, C. & Méhauden, L. (2019). « Epicerie sociale : Le point de vue des usagers ». In Myaux, D. (Éd.). *Aide alimentaire : Les protections sociales en jeu*. (p. 143-173). Louvain-la-Neuve, Académia-L'Harmattan.
- Mauger, G. (2021). Domination et résistance. À propos de James C. Scott, La Domination et les arts de la résistance. Fragments du discours subalterne. Traduit de l'anglais par O. Ruchet, Paris, Éditions Amsterdam, 2008 [1992]. *Savoir/Agir*, 55(1), 99-108.
<https://doi.org/10.3917/sava.055.0101>
- Martin, D. (2012). L'analyse stratégique en perspective. *Revue européenne des sciences sociales*, 50-2, 93-114.
<https://journals.openedition.org/ress/2255>
- Mauss, M. (1985 [1950]). *Sociologie et anthropologie*, Paris, Presses universitaires de France, coll. « Quadrige ».

- Mauss, M. (2012 [1925]). *Essai sur le don. Forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques*. Paris, Presses universitaires de France, coll. « Quadrige ».
- McAll, C. (2017). Des brèches dans le mur : inégalités sociales, sociologie et savoirs d'expérience. *Sociologie et sociétés*, 49, 89-117.
<https://doi.org/10.7202/1042807ar>
- McAll, C. (2020). Bringing equality down to earth: food, identity reduction and the five dimensions of well-being. *Anthropology of Food*, S15, 1-16.
<https://doi.org/10.4000/aof.10958>
- McAll, C., Fournier, A. & Godrie, B. (2014). Vivre et survivre à domicile : le bien-être en cinq dimensions. *Revue du CREMIS*, 7, 4-8.
<https://api.cremis.ca/wp-content/uploads/2023/03/RevueCREMISvol7no1art1.pdf.pdf>
- McAll, C., Van de Velde, C., Charest, R., Roncarolo, F., McClure, G., Dupéré, S., Régimbal, F., Lupien, P.-L., Mazaëff, C., Villet, C., Ngafeu, M., Llobet, M., Duran Montfort, P. & Berti, F. (2015). Inégalités sociales et insécurité alimentaire. Réduction identitaire et approche globale. *Revue du CREMIS*, 8, 28-34.
<https://api.cremis.ca/wp-content/uploads/2023/04/RevueCREMISvol8no2art5.pdf.pdf>
- Messu, M. (2008). Apprendre à être soi lorsqu'on est un assisté social. *Éducation et Sociétés*, 22(2), 97-111.
<https://doi.org/10.3917/es.022.0097>
- Myaux, D. (2019a). « Introduction ». In Myaux, D. (Éd.). *Aide alimentaire : Les protections sociales en jeu*. (p. 9-15). Louvain-la-Neuve, Académia-L'Harmattan.
- Myaux, D. (2019b). « L'aide alimentaire : Un état des lieux ». In Myaux, D. (Éd.). *Aide alimentaire : Les protections sociales en jeu*. (pp. 17-47). Louvain-la-Neuve, Académia-L'Harmattan.
- Observatoire de la Santé et du Social Bruxelles. (2016). Aperçus du non-recours aux droits sociaux et de la sous-protection sociale en Région Bruxelloise. Rapport bruxellois sur l'état de la pauvreté en 2016. *Commission Communautaire Commune*.
https://www.ccc-ggc.brussels/sites/default/files/documents/graphics/rapport-pauvrete/rapport_thema_fr_2016.pdf
- Olivier, N. (2008). Marcel Mauss, Essai sur le don. Forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques. *Lectures. Les comptes rendus*, 520, 1-11.
<https://doi.org/10.4000/lectures.520>
- Paturel, D. & Ndiaye, P. (2020). *Le droit à l'alimentation durable en démocratie*. Nîmes, Champ social.

- Paugam, S. (2008 [1991]). *La disqualification sociale. Essai sur la nouvelle pauvreté*. Paris, Presses universitaires de France.
- Paugam, S. (1994). L'essor des associations humanitaires. Une nouvelle forme de lien social ? *Commentaire*, 68(4), 905-912.
<https://doi-org.ezproxy.ulb.ac.be/10.3917/comm.068.0905>
- Paugam, S. (2010). « Concepts ». In Paugam, S. *Les 100 mots de la sociologie*. (pp. 44-102). Paris, Presses Universitaires de France.
<https://shs.cairn.info/les-100-mots-de-la-sociologie--9782130574057-page-44?lang=fr>
- Paugam, S. (2016). La perception de la pauvreté sous l'angle de la théorie de l'attachement. Naturalisation, culpabilisation et victimisation. *Communications*, 98(1), 125-146.
<https://doi.org/10.3917/commu.098.0125>
- Perriot, V. (2021). *Gratuité*. Massat, Edition Dandelion.
- Puaud, D. (2013). *Le travail social ou l'art de l'ordinaire*. Paris, Fabert.
- Ramel, M. & Boissonnat, H. (2018). Nourrir ou se nourrir. Renouveler le sens que l'on porte à l'acte alimentaire pour renouveler nos pratiques face à la précarité alimentaire. *Forum*, 153, 53-61.
<https://doi.org/10.3917/forum.153.0053>
- Reman, P. & Defeyt, P. (2019). « Entre construction et déconstruction de l'État social : La place de l'aide alimentaire ». In Myaux, D. (Éd.). *Aide alimentaire : Les protections sociales en jeu*. (pp. 89-113). Louvain-la-Neuve, Académia-L'Harmattan.
- Ricœur, P. (2004). *Parcours de la reconnaissance. Trois études*. Paris, Stock, coll. « Les Essais ».
- Ricœur, P. (2019 [2003]). « 17. La lutte pour la reconnaissance et l'économie du don ». In Ricœur, P. *Politique, économie et société : Écrits et conférences 4*. (pp. 313-327). Paris, Le Seuil.
<https://shs.cairn.info/politique-economie-et-societe-ecrits-et-conferences-4--9782021419429-page-313?lang=fr>
- Roca Martinez, B. (2017). Penser con James Scott: Dominación, conocimiento, resistencia. *Araucaria*, 37, 91-113.
<http://dx.doi.org/10.12795/araucaria.2017.i37.05>
- Rojas, C. (2012). « 8. Applaudissez-vous, vous êtes des privilégiés ! Une analyse politique et morale d'un programme d'assistance au Chili ». In Fassin, D. & Eideliman, J. *Economies morales contemporaines*. (pp. 175-192). Paris, La Découverte.
<https://doi.org/10.3917/dec.fassi.2012.01.0175>

- Rousseau, C. & Damhuis, L. (2019). « Accès à une alimentation de qualité pour tous : Promesses et limites de l'alimentation durable ». In Myaux, D. (Éd.). *Aide alimentaire : Les protections sociales en jeu*. (pp. 175-199). Louvain-la-Neuve, Académia-L'Harmattan.
- Sainsaulieu, R. (1977). *L'Identité au travail. Les effets culturels de l'organisation*. Paris, Presses de Sciences Po.
<https://doi.org/10.3917/scpo.sains.2019.01>
- Schwartz, O. (2009). Vivons-nous encore dans une société de classes ? Trois remarques sur la société française contemporaine. *La Vie des idées*, 1-7.
<https://laviedesidees.fr/Vivons-nous-encore-dans-une>
- Scott, J. C. (1985). *Weapons of the Weak: Everyday Forms of Peasant Resistance*. New Haven and London, Yale University Press.
- Scott, J. C. (2014). Explotación normal, resistencia normal. *Relaciones Internacionales*, 26, 85-104.
<https://revistas.uam.es/relacionesinternacionales/article/view/5226/5670>
- Scott, J. C. (2019 [1990]). *La domination et les arts de la résistance. Fragments du discours subalterne*. Paris, Amsterdam éditions.
- Slocum, R., Valentine Cadieux, K. & Blumberg, R. (2016). Solidarité, espace et « race » : vers des géographies de la justice alimentaire. *Justice spatiale | spatial justice*, 1-40.
<https://shs.hal.science/halshs-01507275/>
- SPP Intégration Sociale. (2024, 9 janvier). Calendrier de livraison des produits de la campagne 2024.
<https://www.mi-is.be/fr/themes/fead-fse-aidealimentaire/campagne-2024>
- Stark, O. & Falk, I. (1998). Transfers, Empathy Formation, and Reverse Transfers. *The American Economic Review*, 88(2), 271-276.
<http://www.jstor.org/stable/116932>
- Statbel. (2025, 29 janvier). Plus de 2,1 millions de Belges courent un risque de pauvreté ou d'exclusion sociale.
<https://statbel.fgov.be/fr/themes/menages/pauvrete-et-conditions-de-vie/risque-de-pauvrete-ou-dexclusion-sociale>
- Tétreault, S. (2014). « Observation Participante ». In Tétreault, S. & Guillez, P. *Guide pratique de recherche en réadaptation*. (pp. 317-325). Louvain-la-Neuve, De Boeck Supérieur.
<https://doi-org.ezproxy.ulb.ac.be/10.3917/dbu.guill.2014.01.0317>

- Thompson, E. P. (1988 [1971]). « L'économie morale de la foule dans l'Angleterre du XVIIIe siècle ». In Gauthier, F. & Ikni, G.-R. (dir.). *La guerre du blé au XVIIIe siècle*. (pp. 31-92). Paris, Les Editions de la Passion.
- Van de Velde, C. (2010). « Comparaison ». In Paugam, S. (dir.). *Les 100 mots de la sociologie*. (pp. 7-8). Paris, Presses Universitaires de France.
<https://shs.cairn.info/les-100-mots-de-la-sociologie--9782130574057-page-7?lang=fr>.
- Violette-Bajard, C. (2000). *Visage de la pauvreté. Don alimentaire et précarité urbaine*. Lyon, Ed. Chronique Sociale.
- Weber, F. (2012). « Présentation. Vers une ethnographie des prestations sans marché ». In Mauss, M. *Essai sur le don*. (pp. 1- 59). Paris, Presses universitaires de France.
- Zamora Vargas, D. (2017). *De l'égalité à la pauvreté : Une socio-histoire de l'assistance en Belgique (1895-2015)*. Bruxelles, Editions de l'Université de Bruxelles.