



Cycle santé

Santé et alimentation, quels projets dans les quartiers d'habitat social ?

Un évènement copiloté par :

AORIF
L'UNION SOCIALE POUR L'HABITAT
D'ILE-DE-FRANCE

L'apes 
au service de la cohésion sociale
Groupe ActionLogement

Le 17 avril 2026
9h30-10h30



Ce webinaire sera enregistré





Le Club Habitat Social pour la Ville



Depuis plus de 20 ans, le club Habitat Social pour la Ville réunit un réseau professionnel qui pose un regard singulier sur les grandes thématiques de société impliquant les habitants et les territoires, à la convergence des politiques publiques et initiatives des bailleurs sociaux dans le champ de l'action sociale.

14
administrateurs

215
Participants en 2025

5
Événements annuels

34
structures adhérentes en 2025




<https://www.habitat-social-ville.org/>



HABITAT SOCIAL POUR LA VILLE



Nos événements 2026

-  Webinaire
-  Conférence (demi-journée)
-  Journée - Ateliers

Cycle de webinaires sur la santé

Février
Bien être
17/02

Retour d'expérience sur le sport adapté
Intervention de VIACTI et Siel Bleu



« repenser le rôle des bailleurs dans la santé des habitants »

Avril
Accès à l'alimentation
Semaine du 04/04

Comment accéder à une alimentation de qualité ?
Intervention de VRAC



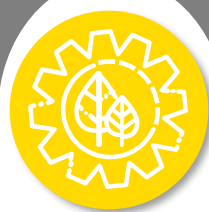
Mars
Lien social
13/03

Comment favoriser les liens avec les locataires ?
Intervention de la Fédération française pour les liens sociaux et retour d'expérience du FSM



Mai
Transition écologique
19/05

Transition écologique et adaptation du logement : un challenge pour l'ensemble des parties prenantes (locataires, bailleur et concepteur)



Juin
Tranquillité, incivilités et métiers de proximité
04/06 - avec le club CIM

Comment se sentir en sécurité (pour les locataires et les métiers de proximité ?)



Octobre
Parcours résidentiels des seniors
Semaine du 05/10

Précarité, santé, isolement : accompagner les parcours résidentiels des seniors : un défi majeur pour le logement social



Septembre
Congrès Hlm



Novembre
Impayés et prévention des expulsions
26/11

Comment accompagner les locataires au maintien dans le logement : entre recours à l'IA, évolutions des pratiques des bailleurs et des démarches d'aller-vers





Programme du webinaire

**9h35 – L’engagement des bailleurs sur les sujets d’alimentation
AORIF**

Sarah Laffon, Responsable du pôle innovation sociale



**9h40-10h – Présentation de l’engagement de VRAC sur la santé et
retour des actions de sensibilisation auprès des habitants**

VRAC Seine Ouest

Sandrine De Carlo, coordinatrice



**10h-10h10 – Présentation du dispositif de formation des
habitants**

VRAC Plaine Commune

Matie Haroutian, coordinatrice



**10h10-10h20 - Présentation de l’épicerie mobile pour enfants
La Récré Verte**

Joffrey Zamba, directeur



L'engagement des bailleurs sur les sujets d'alimentation

Sarah LAFFON

Responsable du pôle innovation sociale

AORIF
L'UNION SOCIALE POUR L'HABITAT
D'ILE-DE-FRANCE





Présentation de l'engagement de VRAC sur la santé et retour sur les actions de sensibilisation

VRAC Seine Ouest et Plaine Commune



Sandrine De Carlo et Matie Haroutian
coordinatrices





VRAC

Vers un réseau
d'achat en commun

BIEN MANGER SANS SE RUINER
DES GROUPEMENTS POUR ET AVEC LES
HABITANTS



RAISON D'ÊTRE DE L'ASSOCIATION VRAC



- Les recherches récentes démontrent que **l'alimentation joue un rôle déterminant** de protection ou d'aggravation du risque dans la survenue de maladies.
- Aussi, avoir accès à une alimentation de qualité, représente un enjeu de Santé Publique considérable, d'autant plus dans les quartiers populaires où les indicateurs de santé sont plus alarmants encore avec la prévalence de certaines pathologies chroniques, liées aux habitudes alimentaires[1].

Dans un contexte de précarité alimentaire aggravé par l'inflation, pour beaucoup de foyer, le budget Alimentation devient une variable d'ajustement.

L'association VRAC intervient dans les quartiers prioritaires pour rétablir cette inégalité et donner la possibilité aux personnes les plus en difficulté d'avoir accès à des produits de qualité, à des tarifs abordables.

10 millions de Français en précarité alimentaire

Entre juillet et novembre 2022, le pourcentage de la population touchée par la précarité alimentaire est passée de **12% à 16%**. Autrement dit, **un Français sur six ne mange pas à sa faim** (Credoc [2])

8 millions de personnes doivent se tourner vers l'aide alimentaire (+34% depuis 2022) (Cocolupa 2022)

45% de la population dit ne pas manger assez bien en 2022

16% d'inflation sur les produits alimentaires en mars 2023

1 telles que les cancers, les maladies cardiovasculaires, l'obésité ou l'ostéoporose. Pour une politique nutritionnelle de santé publique

2 <https://www.credoc.fr/publications/les-multiples-facettes-de-la-precarite-alimentaire>

MISSION



VRAC, avec 23 antennes en France, Belgique et Reunion, permet aux habitants des quartiers populaires de s'inscrire dans un mode de consommation digne et durable, reposant sur le collectif, la capacité à agir et les dynamiques locales.

Ainsi, VRAC vise à lutter contre les inégalités de consommation en agissant sur quatre axes :

- **Économique** : pouvoir acheter des produits bio et locaux à des prix accessibles ;
- **Social** : développer la cohésion sociale, l'entraide et la coopération ;
- **Santé** : influencer positivement sur les déterminants de santé (facteurs individuels, sociaux, économiques et environnementaux) et participer à la lutte contre l'obésité et le diabète ;
- **Environnement** : réduire la production de déchets et participer au développement durable en privilégiant les circuits courts et les produits moins polluants.

VRAC Seine Ouest

5 groupements d'achat dans 3 villes, animé avec les habitants des QPV et grâce aux soutiens de nos partenaires : villes, bailleurs sociaux, associations locales

552 adhérents dont **210 à Gennevilliers**, **224 à Nanterre** et **118 à Asnières**
: 1 720 individus touchés

10 épicerie/an, panier moyen autour de 50 euros/mois

Pres de 23 tonnes de denrées vendues à prix juste en 2025, 3 tarifs appliqués, en fonction de la situation sociale des habitants

+50 produits au catalogue : fruits et légumes (36% des ventes), produits d'entretien (13%), fruits secs (12%), Légumineuses (9%), oeufs et sardines (7%) produits d'épicerie (café, sucre, farines, sauce tomate) (7%), produits sucrés (miel, chocolat, jus) (5%), féculents (pâtes, couscous, riz) (5%)

Des animations et des temps de convivialités dans chacune des villes (ateliers culinaires, ateliers nutrition, visite de ferme, repas partagés...)



VRAC SEINE OUEST

LE SUCCES DE L'IMPLANTATION REPOSE SUR LE MAILLAGE TERRITORIAL

Centre social Aimé Cesaire
Ateliers socio linguistiques
Ateliers coutures

Gennevilliers
LAUDAICE D'UNE VILLE POPULAIRE

Gennevilliers HABITAT

Seqens
Groupe ActionLogement

in'li
Groupe ActionLogement

CCAS
Centre Communal d'Action Sociale

STRATAJM

Plein Grés

Régie de Quartier Luth

Groupe scolaire Diderot

Service Vie associative

VRAC SEINE OUEST

MON EPICERIE LOCALE et SOLIDAIRE

Régie de Quartiers DE NANTERRE

in'li
Groupe ActionLogement

C.C.A.S
Centre Communal d'Action Sociale

L'apès
au service de la cohésion sociale
Groupe ActionLogement

Association Nanterre En Transition

ICF HABITAT

SNCF IMMOBILIER

ALLOCATIONS FAMILIALES

Réseau d'accès aux droits

L'ÉPI NanTERRE

Seqens
Groupe ActionLogement

Centre social et culturel LA TRAVERSE

MAIRIE DE NANTERRE

Nanterre Coop' Mahiro

NAHDA

in'li
Property Management
Groupe ActionLogement

Parc en Ciel
CENTRE SOCIAL ET CULTUREL PARC-EN-CIEL

les petits débrouillards

in'li
Groupe ActionLogement

La Maison des Femmes

Seqens
Groupe ActionLogement

CENTRE SOCIOCULTUREL LOUISE MICHEL ASSOCIATION

MAIRIE ASNIÈRES-SUR-SEINE

Club des Chardons

L'apès
au service de la cohésion sociale
Groupe ActionLogement

Nommée "Innovation sociale et coûts évités", cette étude, menée pour le compte d'Action Logement dont Seqens et Inli, nos partenaires, sont des filiales, tente de mesurer l'impact du dispositif sur le quotidien des habitants

- **VRAC représente un levier de lutte contre l'isolement, d'entraide et de coopération et d'inclusion :**
 - > **75% des adhérents** déclarent avoir rencontré de nouvelles personnes à l'occasion des distributions et les 2/3 évoquent des relations d'entraide à l'occasion des distributions (portage de courses, etc.)
 - > L'implication dans le projet renforce également le sentiment d'appartenance et l'estime de soi : 81% des adhérents se sentent plus impliqués dans la vie locale et 90% sont fiers de participer au projet.
- **Le dispositif répond à un enjeu de justice sociale, de pouvoir d'achat et de démocratie alimentaire :**
 - > Avant VRAC, **36% des adhérents ne consommaient jamais** ou rarement de produits bio. **84 % ont augmenté leur consommation de produits bio** tout en réduisant leurs achats dans les enseignes traditionnelles.
 - > L'expérience VRAC transforme, de fait, la représentation du bio. Avant leur adhésion, 64% des répondants considéraient ces produits trop chers et 46% les percevaient comme réservés à une élite sociale.
 - > Plus des 2/3 estiment que leurs dépenses n'ont pas augmenté (38%) voire qu'elles ont baissées (30%). **La majorité des ménages interrogés considère ainsi avoir gagné en pouvoir d'achat (56%).**
 - > **Plus de la moitié (52%)** estiment avoir largement modifié leurs pratiques alimentaires. Ils mangent plus de fruits et légumes frais (56 %) et de produits bruts / non transformés (44 %).

VRAC Seine Ouest Cycle d'animation



Les animations, un outil indispensable à l'animation des groupements d'achat

- Groupes produits
- Visites de Ferme, conserverie, moulins...
- Atelier lactofermentation

VRAC

Repas partagé de début d'année
VRAC Seine Ouest

Mardi 13 janvier
A partir de 12h
Centre Aimé-Cesaire - Gennevilliers

Programme

- 10h-12h : Atelier cuisine
- 12h-12h30 : Test sandwich
- 12h30-14h : Repas partagé
- 14h-15h30 : Discussions - groupe produit

Un moment convivial pour bien commencer l'année ensemble !
Ouvert à toutes et tous.



Atelier Parentalité et Contes

Chef du jour

Atelier naturopathie

Gâteau de butternut

Appareil

Préparez le pain de butternut :
- Préparer le pain de butternut à la vapeur pendant 15 à 20 minutes. Réduire les cubes en poudre à l'aide d'un robot ménager.

Préparez le gâteau de butternut :
- Dans un grand bol, mélangez les cubes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange s'écaille. Ajoutez l'huile et le pain de butternut, puis mélangez bien.

Moulin

Préparez le gâteau de butternut :
- Mélangez les ingrédients dans un bol, mélangez bien.

Déroulé

Préparez le pain de butternut :
- Préparer le pain de butternut à la vapeur pendant 15 à 20 minutes. Réduire les cubes en poudre à l'aide d'un robot ménager.

Découverte du Système alimentaire

Interconnaissance

Implantations locales et appropriations



Santé / nutrition

Intervention CCAS en épiceries

Pique Nique Rando, Pique Nique Taichi

Jeux et sensibilisation



Atelier cuisine + cartographie

VRAC Plaine Commune

VRAC
Vers un réseau
d'achat en commun



Aubervilliers

Maison des Services Mahsa Amini
1 rue Ernest Prevost
93300 Aubervilliers



Saint-Denis

Maison de quartier Floréal
3 promenade de la Basilique
93200 Saint-Denis



Stains

Maison des associations
6 avenue Jules Guesde
93240 Stains



Epinay-sur-Seine

Espace Nelson Mandela
64 avenue de la Marne
93800 Epinay-sur-Seine



L'Île-Saint-Denis

Salle Ghislaine Durand,
5 rue de la Commune de Paris, Cité Thorez
93450 L'Île-Saint-Denis

VRAC est maintenant présent dans 5 villes de Plaine Commune et rassemble 500 foyers adhérents et 2350 personnes touchées sur le territoire chaque mois. En plus des épiceries, VRAC Plaine Commune anime des ateliers de démocratie alimentaire et en 2025 a touché 1200 personnes à travers ses événements.

VRAC Plaine Commune



Saint-Denis

Maison de quartier Floréal



SFC93



DionyCoop



Les enfants de Saint-Denis



Saint Denis



La maison de l'écologie



CNL Floréal

Le 110
Centre Socioculturel Coopératif



L'Île-Saint-Denis



Autres Acteurs



Stains



Epiney-sur-Seine



Les Chlorophylliens

EPINAY-SUR-SEINE



Formation Ambassadeurs Nutrition Santé

+ Animée par le CODES 93



Tous les mercredis de janvier - 9h30 à 16h



1. Déterminants de santé et pouvoir d'agir
2. Alimentation : manger équilibré avec un petit budget, Nutri-Score, PNNS, dispositifs d'aide
3. Activité physique : motivations et freins, solutions pour bouger, dispositifs existants sur le territoire
4. Santé mentale : facteurs de protection et de vulnérabilité, comment prendre soin de sa santé mentale, dispositifs d'aide et de soutien existants
5. Méthodologie de projet

Objectifs :

1

Acquérir de nouvelles connaissances et compétences sur la santé et la nutrition

2

Devenir ambassadeur.rice Nutrition Santé au sein de l'association VRAC

3

Co- Animer des ateliers Nutrition Santé avec l'équipe VRAC



VRAC Plaine Commune

VRAC
Vers un réseau
d'achat en commun



VRAC Plaine Commune



Une vidéo pour comprendre VRAC -
<https://www.youtube.com/shorts/rxPKCVdjYXg>



Merci pour votre attention
Des questions?





Présentation de l'épicerie mobile pour enfants

La Récré Verte



Joffrey Zamba
Directeur



La Récupé Verte



La transition écologique à portée de tous !



Qui sommes-nous ?

La Récré Verte est une association loi 1901 basée à Lille (Hauts-de-France). **Elle démocratise le développement durable à l'échelle du quartier.**

Agréée par l'Éducation nationale, ces univers sont déployés au sein d'écoles élémentaires ou salles communales.

Pour remplir sa mission, elle dispose d'univers pédagogiques dans lesquels **les enfants apprennent concrètement ce qu'est le développement durable.**



Le concept

Sensibiliser par la pédagogie active

Les ateliers de La Récré Verte proposent une approche pédagogique innovante qui allie apprentissage et amusement. **Leurs objectifs ? Favoriser le lien social, stimuler l'imagination et la créativité** des enfants, tout en contribuant à leur **bien-être**.

Ces espaces ludiques et itinérants offrent aux enfants **une première sensibilisation à la transition écologique adaptée à leur âge**.

Grâce à des scénarios pédagogiques conçus sur mesure, chaque tranche d'âge bénéficie d'un parcours d'apprentissage adapté, favorisant une découverte active et engageante de l'écologie.



L'épicerie

L'**Univers mobile de l'épicerie** a été spécialement conçu **à taille d'enfant** pour offrir une immersion ludique et interactive.

Grâce à des personnages hauts en couleur comme "Sissi, la reine des sucreries", "Frayeur, le roi des pollueurs" ou "Bizarroïde, le roi des pesticides", les enfants découvrent de manière amusante et éducative les enjeux liés à l'alimentation et à l'environnement.

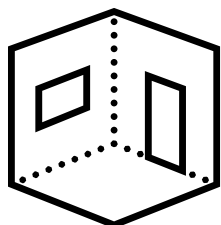
Ce concept original permet de mieux comprendre ces thématiques tout en s'amusant !



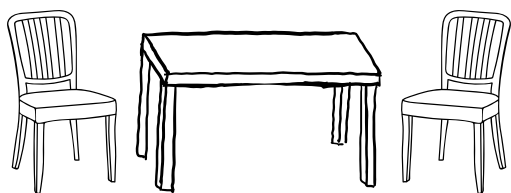
Nos besoins pour l'épicerie

en matériel logistique

Une salle pour l'épicerie

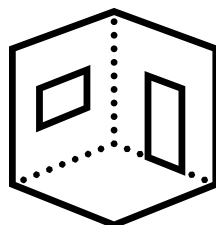


min 30 m²

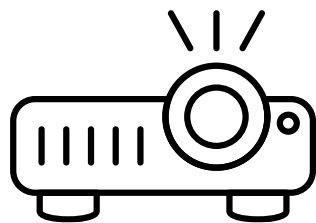


4 tables et 20 chaises

Une salle pour le demi-groupe



min 20 m²



Un vidéo projecteur



Les ateliers

Les ateliers se déroulent sur une semaine :

- Les **lundis, mardis, jeudis et vendredis** sont dédiés aux groupes scolaires.

Sur des créneaux de deux heures, les enfants apprennent à consommer durablement. Une cartographie leur est également présentée pour repérer tous les lieux durables autour de chez eux.

- Les **mercredis ou les samedis** sont ouverts aux parents et enfants afin de permettre la coéducation.

Des spécialistes, comme des diététiciennes ou des associations en maîtrise de l'énergie, interviennent auprès des familles pour les accompagner dans l'adoption de nouvelles habitudes de consommation.



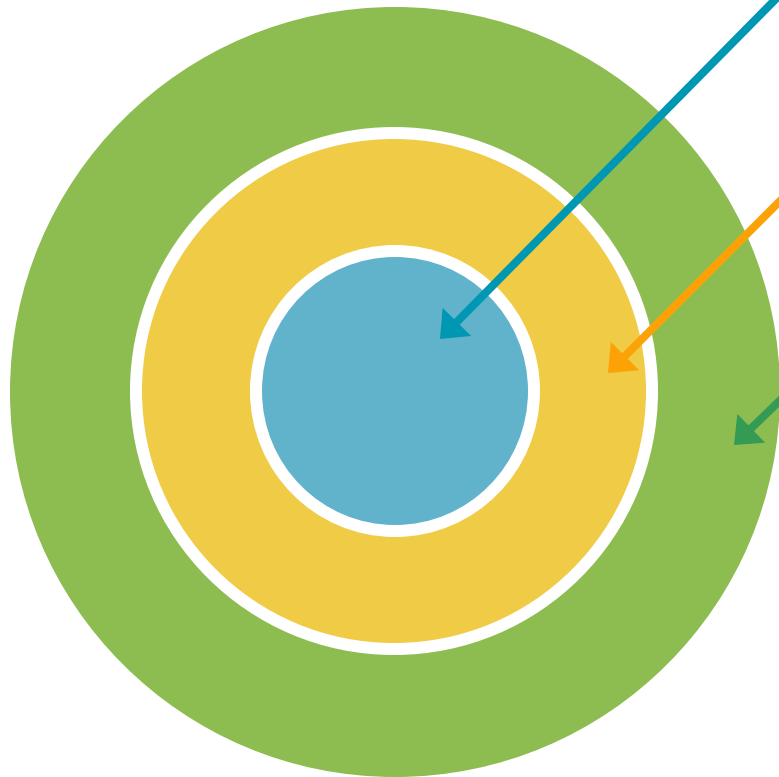
Une semaine type

Jour	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi (Optionnel)
Matin	Installation	Atelier école	Ateliers parents enfants	Atelier école	Atelier école	Atelier parents / enfants
Après-Midi	Atelier école	Atelier école	Ateliers parents enfants	Atelier école	Désinstallation ou atelier école si option samedi est prise	Désinstallation

*Ces ateliers peuvent également être des ateliers pour les centres aérés

L'ancrage territorial

Pour que la transition soit effective, il faut travailler avec toutes les forces vives !



Enfants :

150 enfants touchés sur une semaine

Parents :

270 parents touchés sur une semaine

Territoires

10 organisations touchées ad vitam æternam



Notre offre complète avec les univers

Organisation de la semaine par la Récré Verte

- Prise de contact avec les écoles, centres aérés et sociaux
- Planification des créneaux et préparation des supports pédagogiques
- Présentation des scénarios aux enseignants avant intervention

Ateliers en temps scolaire (péri-scolaire) (6 séances de 2h)

- **1h** d'immersion dans l'un des univers de Paulette et Ahmet
- **1h** de réflexion et passage à l'action (jeux, échanges, cartographie...)

- Parents/enfants (ex : avec le PRE)
- Centres aérés

Accompagnement et ressources

- Soutien aux enseignants et encadrants
- Accès illimité à une ressource en ligne (jeux, tutos explicatifs)

Ce format permet une immersion complète et adaptée à chaque public, pour sensibiliser les enfants à la transition écologique de manière ludique et interactive !



Les dispositifs complémentaires



Le Tréliquizz :

- Formats d'une demi-journée ;
- Jeu type "ma famille en or", sur les économies d'énergies, la pollution plastiques, la saisonnalité ;
- Tout public (familles, seniors, CCAS, enfants, forum, CSE...)

Les revues de Paulette et Ahmet :

- Revues pédagogiques et ludiques, adaptés à l'âge des enfants ;
- Abordant des thèmes du développement durable.

Distribution de paniers saisonniers, biologiques et locaux :

- Distribution gratuites aux familles participantes des ateliers de l'Épicerie.

Suivis diététiques :

- Suivi par un expert en diététique ;
- 3 rendez vous d'accompagnement aux changements alimentaires.

Suivis énergétiques :

- Suivi par un expert en énergies d'Interfaces ;
- 1 rendez-vous pour orienter vers une aide énergétique.

Ils nous font confiance





Pour plus d'informations :

06 33 40 81 92

292 rue Camille Guérin, 59800 Lille

à Bientôt !

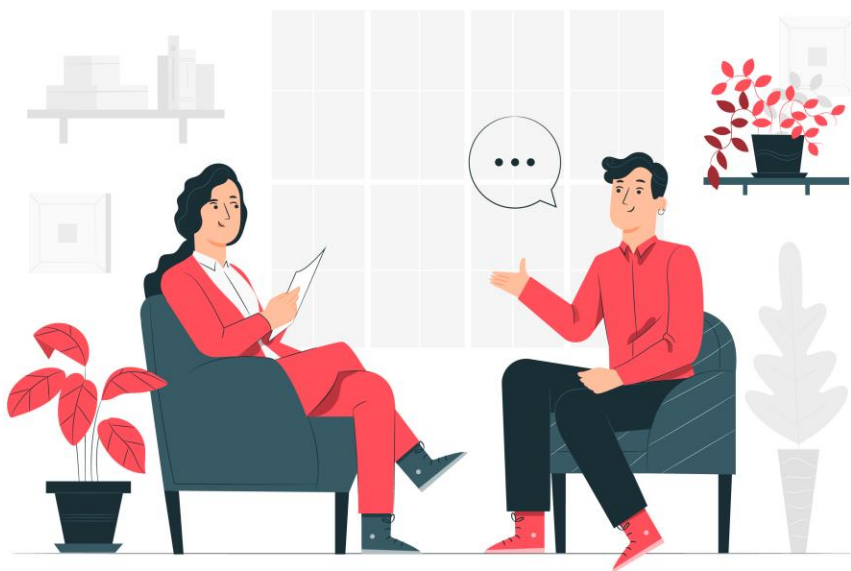


<https://www.larecreverte.fr/>



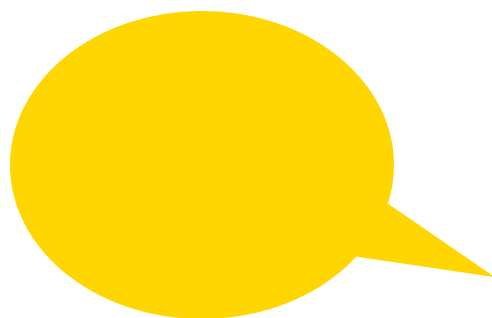


Place aux échanges !





**Et dans votre organisme,
quels exemples de
partenariats sur les sujets
d'alimentation ?**





Merci pour votre participation !



RDV le 19 mai pour notre prochain événement !

Quelle implication des locataires dans la transition écologique ?

Présentiel à Paris de 9h30 à 12h30

Inscription en ligne





Président :

Florian Maillebuau

florian.maillebuau@parishabitat.fr

Secrétaire général :

Julia N'DA

julia.nda@habitat-territoires.com

Lidia Pinilla

secretariat@habitat-social-ville.org

Nous contacter :

2 rue Lord Byron – 75008 PARIS

Tél : 07 65 18 92 10

