

DOSSIER DE PRESSE

JANVIER 2024

OBSERVATOIRE DES PRIX 2023

FICHE MÉTHODOLOGIQUE

L'enquête a été réalisée sur quatre périodes, février, avril, juin et octobre 2023 dans **153 magasins** par une équipe de **110 « veilleurs consommation »** sur 41 départements.

Les veilleurs ont visité 4 surfaces de ventes : hypermarchés, supermarchés, enseignes à dominante marques propres (EDMP type hard-discounts) et magasins spécialisés bio.

Ils ont relevé le prix de 3 gammes de produits : les marques nationales, les plus bas constatés en magasins, les produits issus de l'agriculture biologique.

Le panier de produits :

Les relevés ont porté sur 83 produits de consommation courante répartis en fonction des 12 groupes d'aliments référencés au sein du PNNS (Plan National Nutrition Santé) :

Les familles de produits présentées au sein du PNNS	
Groupes d'aliments	Produits contenus dans notre panier
Fruits et légumes : au moins 5 par jour	<p><u>Toute l'année</u> :</p> Banane, Citron jaune, Pomme Golden ou Gala, Carottes, Oignon (jaune), Champignons de Paris (sauf été), Poire (sauf été) <p><u>Selon les saisons</u> : (A= Automne, H=Hiver, E=été, P= Printemps)</p> Mâche(AH), Laitue (verte) (PE), Betterave rouge (A), Cèleri rave (HA), Chou vert (A), Poireau (AH), Potiron ou butternut (AH), Concombre (PE), Aubergine violette (E), Courgette longue (E), Haricot vert (E), Poivron (vert) (E), Tomate grappe (E), Chou-fleur (P), Epinard en branches (P), Navet (P), Radis (P), Brocoli (H), Fenouil (H) Orange (HP), Clémentines (H), Kiwi (H), Pomelo (P), Fraise ronde (E), Melon Type Charentais (E), Pastèque verte (E), Pêche (E), Cerises (rouges) (E), Prune (A), Raisin blanc (A), Figue (A), Abricot (E)
Fruits à coque sans sel ajouté (amandes, pistaches, noix, noisettes) : une petite poignée par jour	Cerneaux de noix sèches
Légumineuses ou légumes secs (lentilles, pois chiches, haricots rouges / blancs...) : au moins 2 fois par semaine	Lentilles vertes Pois chiches
Produits céréaliers complets (pain, pâtes, riz, autres produits céréaliers non ou peu raffinés) : tous les jours	Pain complet Pâtes type penne Riz blanc long grain 10 min cuisson Semoule (couscous) Farine T45 blanche Patate douce Pomme de terre (type vapeur)
Produits laitiers (lait, yaourt, fromage...) : 2 portions par jour pour les adultes, 3 pour les enfants	Lait demi-écrémé UHT Fromage blanc nature non sucré (3% MG) Yaourt nature non sucré Comté non râpé (9 à 12 mois d'affinage) Pointe de Brie Roquefort Bûche de chèvre type Ste-Maure Mimolette (1/2 vieille)
Viandes, volaille et œufs (VO) : bœuf, veau, mouton, agneau, porc, abats, à limiter (500g/ semaine maximum)	Steak haché 100% pur bœuf, 5% MG Côte de porc (première) Filet de canard Filet de poulet Pièce pour Bœuf Bourguignon Filet de dinde Roti de porc (filet)

	Œufs moyens plein air
Poissons et fruits de mer : 2 fois par semaine dont un poisson gras (saumon, maquereau, sardine...)	Moules fraîches Lieu noir Sardine Truite Maquereau
Charcuterie : à limiter (150g par semaine maximum) – jambon blanc à privilégier	Jambon blanc sans nitrite
Matières grasses ajoutées : pas de consommation excessive, huiles végétales (colza et noix riches en Oméga 3) préférables aux matières grasses animales (beurre...)	Huile d'olive extra vierge Mélange 4 huiles Beurre doux
Produits sucrés : à limiter	Sucre cristal blanc (betterave) Poudre chocolatée petit-déjeuner Confiture de fraise (mini 50% de fruits) Tablette de chocolat noir (mini. 50% de Cacao ou extra)
Boisson : eau à privilégier	Café moulu arabica A noter : Le PNNS recommande la consommation d'eau du robinet plus économique et moins productrice de déchets
Sel : à limiter	

Nous avons ajouté à ces 12 groupes de produits des condiments ne compromettant pas l'équilibre nutritionnel (vinaigre de cidre, cumin en poudre, et tête d'ail blanc) ainsi que la poudre à lever pour la réalisation de recettes.

Le prix moyen de chaque produit est calculé de façon pondérée en prenant en compte :

- Les caractéristiques des surfaces de vente enquêtées
- La portion recommandée par le PNNS pour couvrir les besoins des adultes, des adolescents et des enfants (validée par un professionnel de santé ayant concouru à la mise en place du PNNS)
- Les recommandations de l'INRAE (Institut National de la Recherche pour l'Agriculture, l'Alimentation et l'Environnement) visant une alimentation plus durable et responsable

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Observatoire des prix Familles Rurales 2023 :

12% d'inflation alimentaire, 10,8 millions de précaires, 20 milliards dépensés pour soigner des pathologies évitables en les aidant à « manger mieux », pourtant AUCUNE mesure annoncée par le Président de la République à leur endroit lors de sa dernière conférence de presse

Familles Rurales, l'une des principales associations de défense des consommateurs et 1^{er} Mouvement familial, a réalisé, pour la 17^{ème} année consécutive, son Observatoire des prix de grande consommation.

Pour cette édition, le Mouvement appelle à un sursaut de conscience. Alors que 10,8 millions¹ de personnes souffrent de précarité alimentaire, que l'inflation a progressé de 12% sur ce secteur (données INSEE), que nos hôpitaux au bord de l'explosion accueillent et soignent des centaines de milliers de malades qui pourraient ne pas l'être, que notre assurance maladie dépense plus de 20 milliards² chaque année à soigner des pathologies évitables à la condition de manger mieux...Aucune annonce ni du Président de la République lors de sa dernière conférence de presse du 16 janvier dernier, ni de son nouveau chef du gouvernement pour s'attaquer à ce mal qui ronge tant les corps, les esprits que les finances.

Nos principaux résultats :

UNE INFLATION ALIMENTAIRE EXPONENTIELLE QUI S'EST PROLONGÉE EN 2023 : +11,9% PAR RAPPORT À 2022 QUI ENREGISTRAIT DÉJÀ UNE HAUSSE RECORD. DES PRODUITS BRUTS « SAINS POUR NOTRE SANTÉ » BEAUCOUP MOINS ÉPARGNÉS CETTE ANNÉE : +40,6% POUR LES CAROTTES, +24,8% POUR LE MAQUEREAU, +23,2% POUR LE LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ, +21% POUR L'HUILE D'OLIVES OU ENCORE +20,4% POUR LE RIZ.

Une inflation qui a particulièrement touché le secteur alimentaire : + 11,9% sur 12 mois contre 4,9% s'agissant du niveau général des prix

Contrairement à 2022, de nombreux produits sains pour notre santé encore plus touchés par la hausse moyenne : +40,6% pour la carotte, +24,8% pour le maquereau, +23,2% pour le lait demi-écrémé, +21% pour l'huile d'olives ou encore +20,4% pour le riz.

Le choix des produits reste déterminant pour limiter les hausses tout en garantissant un bon équilibre alimentaire, les fruits et légumes, qui doivent représenter 31,7% de nos assiettes, coûtent précisément la même part dans le budget à consacrer à une alimentation saine

¹ <https://www.credoc.fr/publications/en-forte-hausse-la-precarite-alimentaire-sajoute-a-dautres-fragilites>

² <https://www.tresor.economie.gouv.fr/Articles/2016/09/06/tresor-eco-n-179-obesite-quelles-consequences-pour-l-economie-et-comment-les-limiter>

S'ALIMENTER CONFORMÉMENT AUX PRÉCONISATIONS DU PNNS (PLAN NATIONAL NUTRITION SANTÉ) COÛTE ENTRE 539€ ET 1297€ TOUS LES MOIS À UNE FAMILLE DE 4 PERSONNES (2 ADULTES – 2 ENFANTS)

Le prix moyen mensuel de notre panier « varié » pour une famille de 4 personnes s'élève à 810€ pour notre panier « économique », 901€ pour celui constitué de marques nationales et 1297€ pour le bio

Cette note tombe à 539€ quand on varie moins les produits tout en respectant le PNNS et le cycle des saisons

Surfaces de vente : Une hausse particulièrement marquée pour notre panier au sein des EDMP (type hard-discount), +14,2% en 1 an contre +10,9% en supermarché et +10,1% en hypermarché

CARTONS ROUGES :

Des revenus bien moindres dans nos territoires Outre-mer mais une inflation tout aussi marquée que dans l'Hexagone et des produits qui y coûtent jusqu'à 2 fois plus cher : un revenu médian 20% moins élevé pour la Guadeloupe, 23% pour la Martinique, 33% pour la Réunion et jusqu'à 6 fois moins important pour Mayotte

En 2023, le RSA n'a augmenté que de 1,5% versus une inflation générale de 4,9% et une inflation des prix de l'alimentation à 11,9%

En ce 21ème siècle, en France, 10,8 millions de personnes soit 16% de notre population n'ont pas les moyens de s'alimenter comme elles le devraient pour être en bonne santé MAIS l'Etat préfère dépenser des milliards à soigner les pathologies qu'elles développeront de ce fait plutôt que de les aider à acquérir les produits dont elles ont besoin...

Loin d'accepter une forme de fatalité, Familles Rurales attend un sursaut politique de la part de nos décideurs en consacrant un « plan alimentaire » instaurant :

- Une allocation alimentaire mensuelle, ciblant les seuls produits bons pour notre santé à destination de l'ensemble des consommateurs vivant avec ou sous le seuil de pauvreté
- Une transparence des marges et la modération de celles manifestement excessives afin de ne pas compromettre l'accès des consommateurs aux produits sains pour leur santé
- L'abandon des « sur-marges » imposées par la loi (seuil de revente à perte + 10%)
- La mise en place d'un « Bouclier Qualité Prix » y compris en métropole afin de sacraliser un panier composé d'une cinquantaine de produits sains tant pour notre santé, pour notre environnement que pour notre pouvoir d'achat, dont les prix seraient plafonnés à l'instar de ce qui se pratique en Outre-mer.

C'est, à ces conditions que les consommateurs pourront retrouver confiance en leur avenir comme en leurs dirigeants. Familles Rurales attend de surcroît que des ministres en charge du pouvoir d'achat, de la santé et de la ruralité soient rapidement nommés.

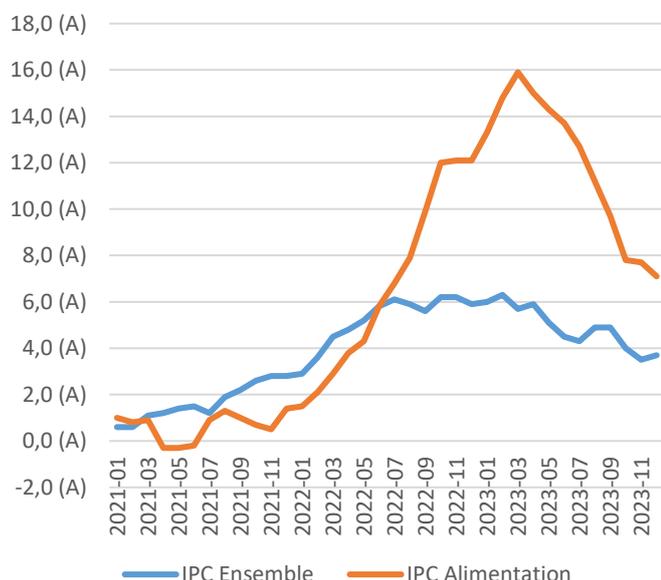
CONTACT : Niki Vouzas – niki.vouzas@famillesrurales.org – 06 49 49 75 17

OBSERVATOIRE DES PRIX 2023 : RESULTATS DETAILLÉS

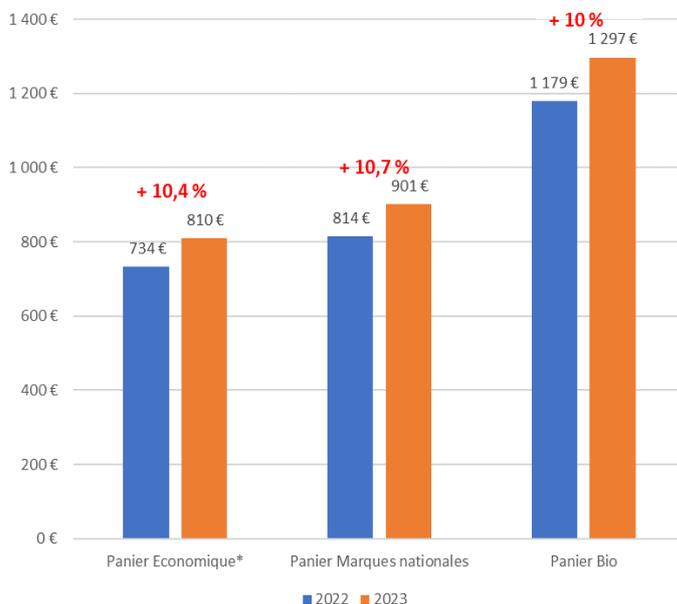
UNE INFLATION ALIMENTAIRE EXPONENTIELLE QUI S'EST PROLONGÉE EN 2023 : +11,9% PAR RAPPORT À 2022 QUI ENREGISTRAIT DÉJÀ UNE HAUSSE RECORD. DES PRODUITS BRUTS « SAINS POUR NOTRE SANTÉ » BEAUCOUP MOINS ÉPARGNÉS CETTE ANNÉE : +40,6% POUR LES CAROTTES, +24,8% POUR LE MAQUEREAU, +23,2% POUR LE LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ, +21% POUR L'HUILE D'OLIVES OU ENCORE +20,4% POUR LE RIZ.

Une inflation qui a particulièrement touché le secteur alimentaire : + 11,9% sur 12 mois contre 4,9% s'agissant du niveau général des prix

Inflation générale et inflation des produits alimentaires (2021-2023, en % - Insee)



Evolution du panier Familles Rurales 2022-23



En moyenne sur 12 mois (janvier 23 – décembre 23), l'inflation générale des prix s'est élevée à 4,9%, portée par une inflation alimentaire particulièrement marquée de 11,9%. La « charge » de cette dernière est encore plus remarquable sur 2 ans. En effet, entre janvier 2022 et décembre 2023, alors que l'inflation générale des prix s'élève déjà à 9,5%, celle liée aux prix de l'alimentaire explose littéralement et s'établit à 19,4%.

Si, à partir de mi-2022, l'inflation générale des prix se stabilisait autour de 6% avant d'entamer sa décline en avril 2023, l'inflation alimentaire continuait, elle, d'augmenter fortement pour atteindre son pic à 15,9% en mars 2023. Depuis cette date, elle baisse mais reste très largement au-dessus du niveau général des prix. Ainsi, en décembre 2023, elle s'établissait encore à 7,1% soit deux fois plus que l'inflation générale à 3,7%.

La guerre des marges, qui a opposé les industriels à la grande distribution, a été remportée dans un premier temps par les distributeurs qui ont pu augmenter à leur guise les produits de leurs propres marques. Le jeu des négociations a permis par la suite aux marques nationales d'augmenter leurs prix et de rattraper les Marques De Distributeurs (MDD) pour reconstituer leurs marges, voire dépasser celles d'avant crise. Sur le banc de touche, le consommateur n'a pu qu'assister impuissant à cette bataille, avec comme seule certitude de payer davantage.

S'agissant de nos paniers conformes au PNNS – Plan National Nutrition Santé, ils ont augmenté de plus de 10%, qu'ils soient composés de prix les plus bas, de marques nationales ou de produits bio.

Ce montant significatif, s'il reste néanmoins inférieur à l'inflation alimentaire globale cache en réalité des hausses très marquées sur de nombreux produits sains pour notre santé.

Contrairement à 2022, de nombreux produits sains pour notre santé encore plus touchés par la hausse moyenne : +40,6% pour la carotte, +24,8% pour le maquereau, +23,2% pour le lait demi-écrémé, +21% pour l'huile d'olives ou encore +20,4% pour le riz.

En 2022, si l'inflation alimentaire atteignait déjà des sommets, soit +12,1% selon l'INSEE, les produits les plus bruts qui sont généralement également les plus sains pour notre santé, avaient été relativement « épargnés ». En effet, la hausse du prix de notre panier avait alors été « contenue » à +8,3%. Manger conformément aux recommandations du PNNS était alors non seulement intéressant d'un point de vue sanitaire mais aussi économique.

Si cette année, la tendance reste la même avec une hausse plus modérée pour nos paniers sains (autour de 10 – 11%), elle cache une réalité inquiétante s'agissant de l'augmentation très substantielle de certains aliments recommandés pour notre santé à l'instar des carottes +40,6%, du maquereau +24,8%, du lait demi-écrémé +23,2%, de l'huile d'olives +21% ou encore du riz +20,4%.

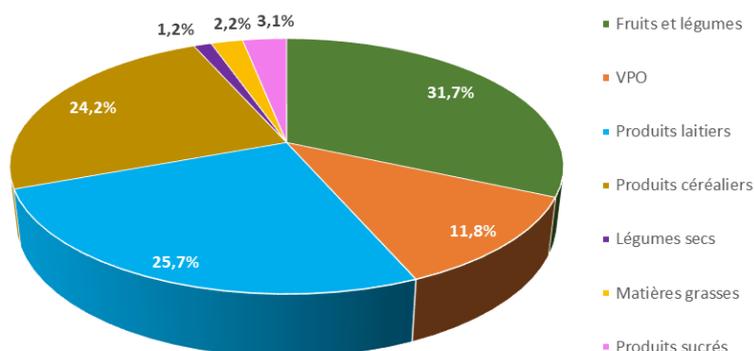
Evolution des prix 2022 – 2023 de quelques produits composant nos paniers sains (€/Kg ou L) :

Produit	2023		2022		Evolution	
	conventionnel	bio	conventionnel	bio	conventionnel	bio
Carottes	2,04	2,59	1,45	2,14	40,6%	21,2%
Maquereau	10,27	8,58	8,23	7,56	24,8%	13,5%
Lait demi-écrémé UHT	1,10	1,40	0,90	1,22	23,2%	14,9%
Huile d'olives extra vierge	8,72	11,35	7,21	9,27	21,0%	22,5%
Riz blanc long grain 10 min cuisson	2,89	4,67	2,40	4,65	20,4%	0,5%

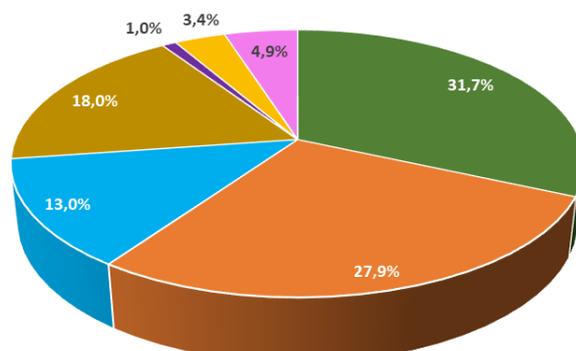
Le choix des produits reste déterminant pour limiter les hausses tout en garantissant un bon équilibre alimentaire, les fruits et légumes, qui doivent représenter 31,7% de nos assiettes, coûtent précisément la même part dans le budget à consacrer à une alimentation saine

Comparaison entre les quantités d'aliments recommandées par le PNNS et leur coût dans le budget d'une famille de 4 personnes en 2023

Composition du panier (en % par catégorie d'aliments)



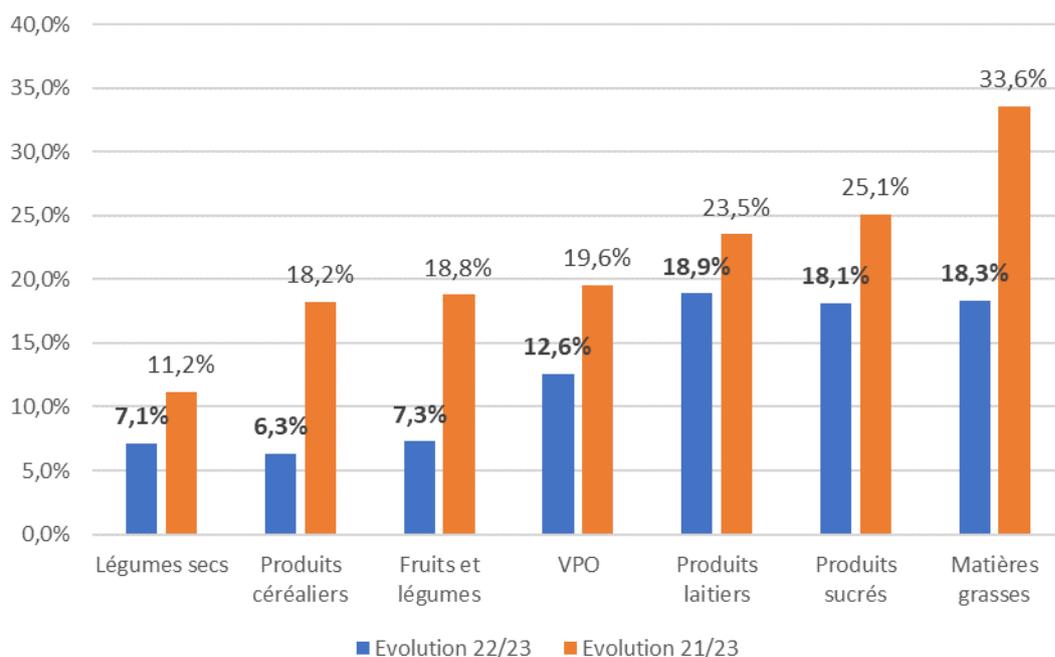
Composition du budget (en % par catégorie d'aliments)



VPO : Viandes, poissons, œuf

Parfois pointée comme « trop chère », la catégorie des fruits et légumes coûte en réalité une proportion de notre budget équivalente au poids qu'elle devrait représenter dans notre alimentation : 1/3 de nos assiettes et 1/3 du coût de notre panier. Pour le reste, l'enseignement à tirer tant pour des raisons écologiques qu'économiques est de favoriser le régime dit « flexitarien », c'est-à-dire visant à réduire la proportion de viande dans notre alimentation sans la retirer. En somme, il s'agirait d'en consommer moins mais mieux.

Augmentation du prix des catégories de produits du panier Familles Rurales entre 2021 et 2023



VPO : Viandes, poissons, œuf

Tous les aliments de notre panier ont augmenté, mais 3 postes ont connu une inflation particulièrement marquée, supérieure à 18% en 2023 : les produits sucrés, les matières grasses et surtout les produits laitiers.

1. Les produits laitiers, +18,9% en un an :

Selon France Agrimer³, la production de lait française a été plus faible en 2023 qu'en 2022. « En septembre 2023, les fabrications de produits laitiers ont globalement toutes été en recul par rapport à septembre 2022 : les tonnages de fromages se sont repliés de 3,6 %, ceux de beurre ont diminué de 9,1 % et ceux de crème de 6,1 %. En parallèle, les fabrications de poudres de lait se sont établies à 13,3 % sous leur niveau de septembre 2022. » Pour la fin de l'année, « les événements climatiques de début novembre (tempêtes et inondations) ont affecté les volumes ».

Parallèlement à cette baisse de la production, le prix sur le marché du lait a fortement augmenté : de 330 € / 1000 litres en mai 2021, il a atteint son pic en janvier 2023 aux alentours de 470 € / 1000 litres.

³ <https://www.franceagrimer.fr/content/download/72465/document/NCO-NOT-LAI-2023-11.pdf>

Alors que dans notre panier 2022, l'augmentation des produits laitiers était mesurée (+3,9% par rapport à 2021), les prix ont explosé en 2023. La hausse des produits de base tels que le lait ½ écrémé, les yaourts naturels ou le fromage blanc a dépassé les 20%.

Pour les fromages de notre panier, l'augmentation va de 12,2% à 18,6% (mimolette). Mais le fromage qui augmente le moins vite, le comté, est aussi le plus cher de notre panier. La pointe de brie, fromage le plus abordable de notre sélection de produits, fait partie des fromages qui augmentent le plus (+17,2%).

Si le calcium peut être apporté par d'autres catégories d'aliments (légumineuses, produits céréaliers, certains légumes feuilles, fruits à coque, fruits de mer, eaux riches en calcium), les produits laitiers facilitent la couverture du besoin nutritionnel en calcium en particulier chez les enfants⁴. Il sera donc difficile d'échapper à l'inflation sur cette catégorie.

2. Les matières grasses, +18,3% en un an :

Déjà identifié comme le poste ayant le plus augmenté l'an dernier (+12,9%), les matières grasses ont encore atteint des sommets cette année. Ainsi, l'inflation cumulée sur deux ans atteint 33,6%.

Les matières grasses n'ont cependant pas toutes subi la même pression inflationniste.

Prix moyen en € / kg	2022	2023	Evolution
Beurre doux	8,26	9,89	19,8%
Huile d'olive extra vierge	7,21	8,72	21,0%
Mélange 4 huiles	3,23	3,50	8,3%

Le mélange 4 huiles reste avantageux pour le consommateur que ce soit du point de vue de son prix ou du point de vue nutritionnel. En effet, les autorités de santé recommandent de favoriser les matières grasses végétales par rapport aux matières grasses animales. Le beurre peut être conservé pour les tartines du petit déjeuner ou la pâtisserie, mais il est recommandé d'utiliser pour la cuisson de la matière grasse végétale qui, de plus, peut s'avérer nettement moins chère.

A noter : Le « beurre » à teneur réduite en matière grasse (60% au lieu de 80% minimum) est de plus en plus présent sur nos étals. Familles Rurales appelle à la vigilance des consommateurs. En effet si sa présentation ressemble trait pour trait au beurre « classique », la matière grasse a été remplacée en partie par de l'eau voire du lait écrémé.

3. Les produits sucrés +18,1% :

Poudre chocolatée, sucre, confiture, tablette de chocolat ou encore café.

Le sucre est le produit de notre panier qui augmente le plus avec une hausse annuelle de 46,7%. Cet aliment a subi entre autres l'envolée des cours mondiaux : au début de janvier 2021, son cours était de 14,05\$ pour 100 livres. Il a atteint son pic début novembre 2023 à 28,14\$⁵. En cause, principalement les événements climatiques qui ont eu de lourds impacts sur la production. Les produits sucrés pâtissent logiquement de la hausse de cette matière première également.

⁴ <https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2017SA0142.pdf> ANSES avis relatif à l'actualisation des repères alimentaires du PNNS pour les enfants de 4 à 17 ans. P14-15

⁵ <https://www.abcbourse.com/graphes/eod/ABCSBu/lc6>

Bon pour votre santé

Bien qu'ayant davantage augmenté que l'an dernier, les légumes secs restent une source de protéines très largement bon marché par rapport aux sources de protéines carnées.

Les 5 fruits et légumes de saison les moins chers de notre panier en 2023



S'ALIMENTER CONFORMÉMENT AUX PRÉCONISATIONS DU PNNS (PLAN NATIONAL NUTRITION SANTÉ) COÛTE ENTRE 539€ ET 1297€ TOUS LES MOIS À UNE FAMILLE DE 4 PERSONNES (2 ADULTES - 2 ENFANTS)

Pour rester en bonne santé, le PNNS recommande de manger (pour un adulte) :

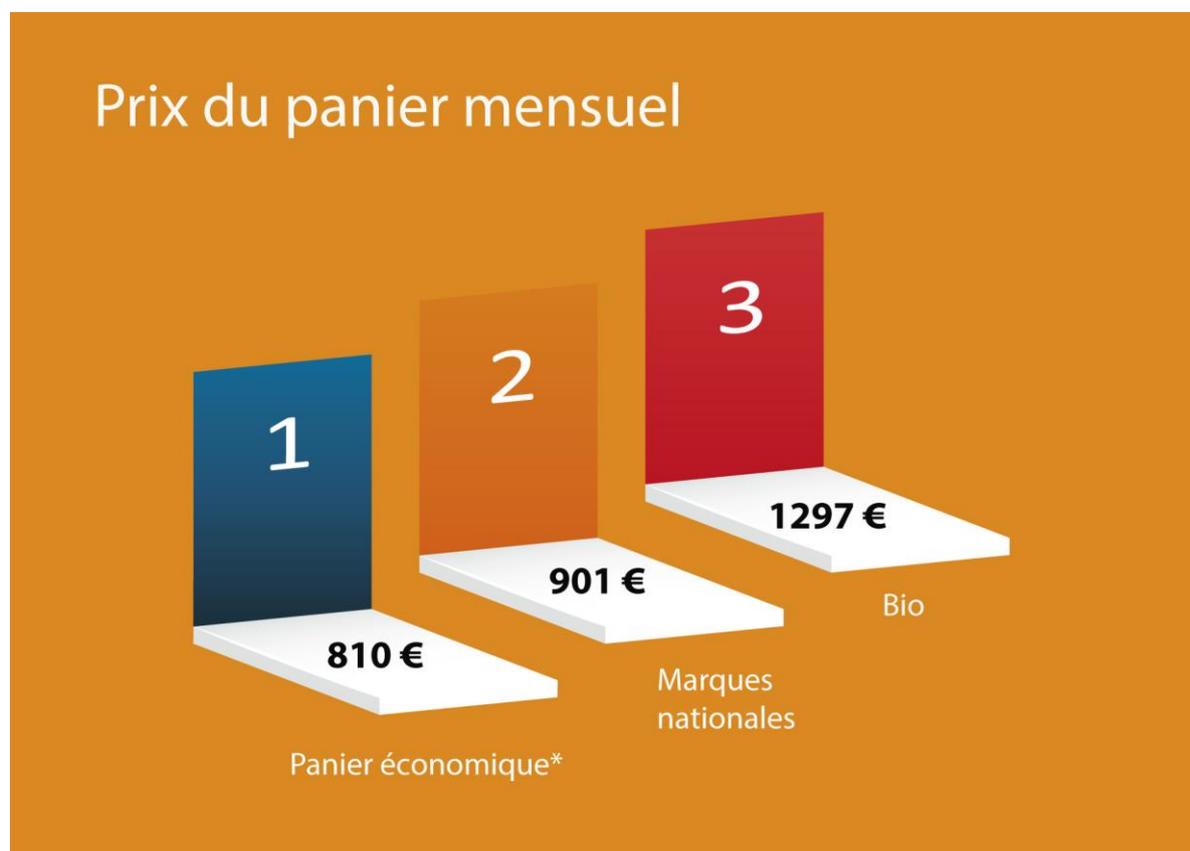
- Au moins 5 fruits et légumes par jour
- Des légumes secs (lentilles, haricots, pois chiches) au moins 2 fois par semaine
- Des féculents complets au moins une fois par jour
- Du poisson au moins 2 fois par semaine dont un poisson gras (sardine, maquereau, hareng, saumon)
- Des produits laitiers (lait, yaourts, fromages et fromage blanc) 2 fois par jour
- Des matières grasses et prioritairement des huiles de colza, de noix ou d'olive tous les jours, en petites quantités

Il conseille par ailleurs de réduire notre consommation de sel, d'alcool, de boissons sucrées, d'aliments gras, sucrés, salés, ultra-transformés.

Pour ce qui concerne la viande, il recommande de privilégier la volaille et de limiter le porc, le bœuf, le veau, le mouton, l'agneau et les abats à 500 grammes maximum par semaine, la charcuterie à 150 grammes maximum par semaine en privilégiant les jambons blancs ou de volaille.

Le prix moyen mensuel de notre panier économique « varié » pour une famille de 4 personnes s'élève à 810€, 901€ pour les marques nationales et 1297€ pour le bio

Podium de nos paniers variés par classe de produits : Panier économique (prix le plus bas constaté en magasin) – marques nationales - bio



* prix le plus bas constaté en magasin

Pour s'alimenter à partir d'un panier de produits variés respectant les recommandations nutrition/santé et la saisonnalité des fruits et des légumes, un couple avec un adolescent et un enfant a dû dépenser, chaque mois, en 2023 :

- 810€ à la condition d'opter pour les prix les plus bas proposés en magasin
- 901€ pour un panier exclusivement composé de marques nationales, soit 11% de plus
- 1297€ pour un panier « tout bio » soit 60% de plus que notre panier le plus économique.

S'alimenter exclusivement en produits bio représente désormais une charge que peu de consommateurs sont encore en capacité d'absorber. C'est ainsi, en cette période de crise, que les professionnels du secteur, autant les producteurs que les distributeurs, constatent une baisse de la consommation de cette gamme de produits. Parallèlement, nos « Veilleurs Conso », qui relèvent les prix en magasins, sont les témoins d'une diminution sensible du nombre de produits bio voire même, par endroit, de la disparition pure et simple du rayon. Certains magasins spécialisés ont d'ailleurs définitivement fermé leurs portes du fait de ce contexte et des renoncements qu'il a induit.

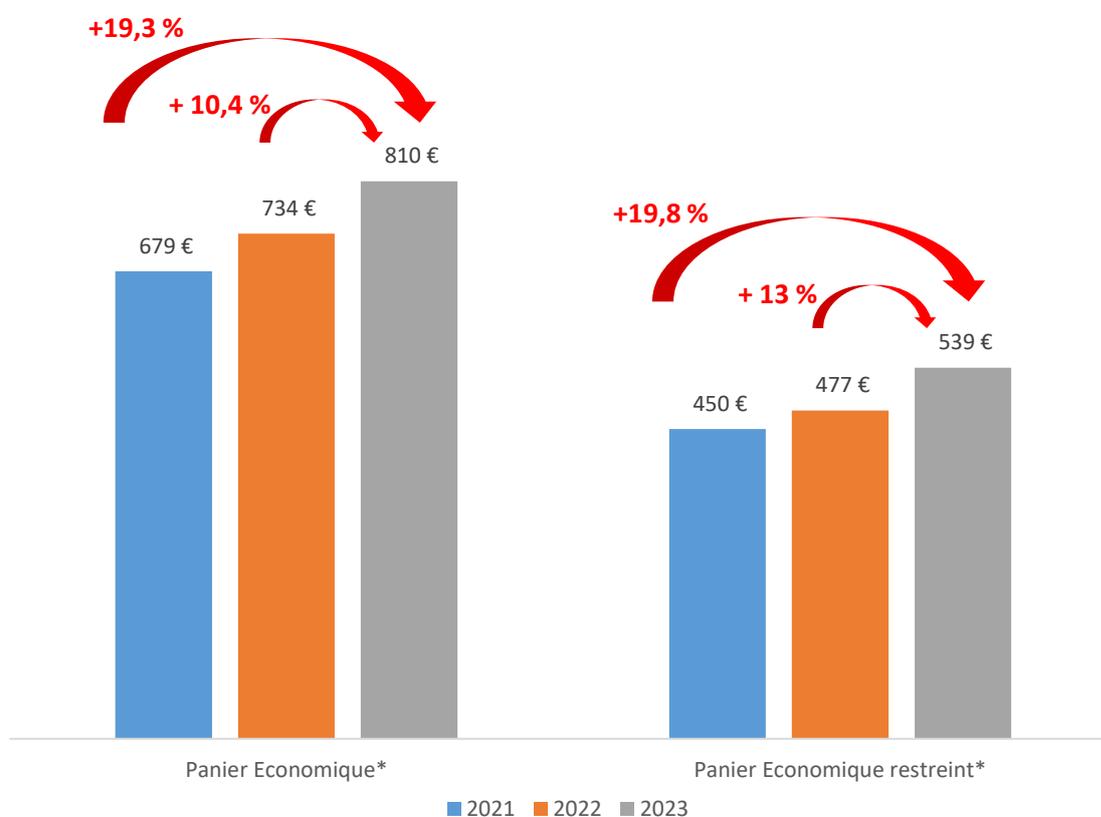
Pour rassurer les familles, rappelons néanmoins que pour rester en bonne santé, l'essentiel demeure de consommer suffisamment de produits sains au sens du PNNS, en particulier les fruits et légumes, peu importe qu'ils soient bio ou non, et d'éviter les produits trop transformés, trop gras, trop sucrés et trop salés.

Cette note tombe à 539€ quand on varie moins les produits tout en respectant le PNNS et le cycle des saisons

Dans l'idéal, le PNNS invite à varier les produits de chaque catégorie : plusieurs types de fruits et légumes en fonction des saisons, plusieurs types de matières grasses, de féculents, de légumes secs...

Pour ne pas dissuader les budgets les plus contraints en les éloignant d'une alimentation saine dont chacun a besoin pour rester en bonne santé, Familles Rurales a établi un panier moins varié mais qui respecte néanmoins la diversité des catégories et leur saisonnalité. Ce sont les fruits et légumes les moins chers qui ont ainsi été pris en compte, mais également les viandes les plus accessibles (poulet et porc sans dépasser les limites indiquées), les poissons les moins onéreux... Ce panier, constitué de 42 produits respectant le PNNS est ainsi le plus adapté aux moins aisés d'entre nous⁶.

Prix du panier économique selon la diversité des produits achetés en (€)



* prix le plus bas constaté dans le magasin

⁶ Principe de constitution du panier économique restreint 2023 : 42 produits en tout : 17 FL (dont les 5 FL les moins chers de chaque saison), les 3 viandes différentes les moins chères, les 2 poissons les moins chers, le fromage le moins cher et les produits basiques, soit : Courgette (longue), Chou vert (frisé), Carottes, Oignon (jaune), Aubergine (violette), Potiron ou butternut, Poireaux, Tomate grappe, Chou-fleur, Pastèque verte, Orange (Naveline), Banane, Pomme Golden ou Gala, Melon Type Charentais, Pomelo rose, Prune, Concombre, Côte de porc (première), Filet de poulet, Bœuf Bourguignon, Moules fraîches, Sardines, Œufs moyen de plein air, Lait demi-écrémé UHT, Yaourt nature non sucré (ferme), Pointe de Brie, Pomme de terre (type vapeur), Farine T45 blanche, Pâtes type penne, Riz blanc long grain 10 min cuisson, Lentilles vertes, Pain complet (non tranché env. 300g), Beurre doux, Huile d'olive extra vierge, Mélange 4 huiles, Poudre chocolatée petit-déjeuner, Sucre cristal blanc (betterave), Confiture de fraise (50% de fruits), Tablette de chocolat noir (env. 50% de Cacao ou extra), Café moulu pur arabica, Poudre à lever et Vinaigre de cidre.

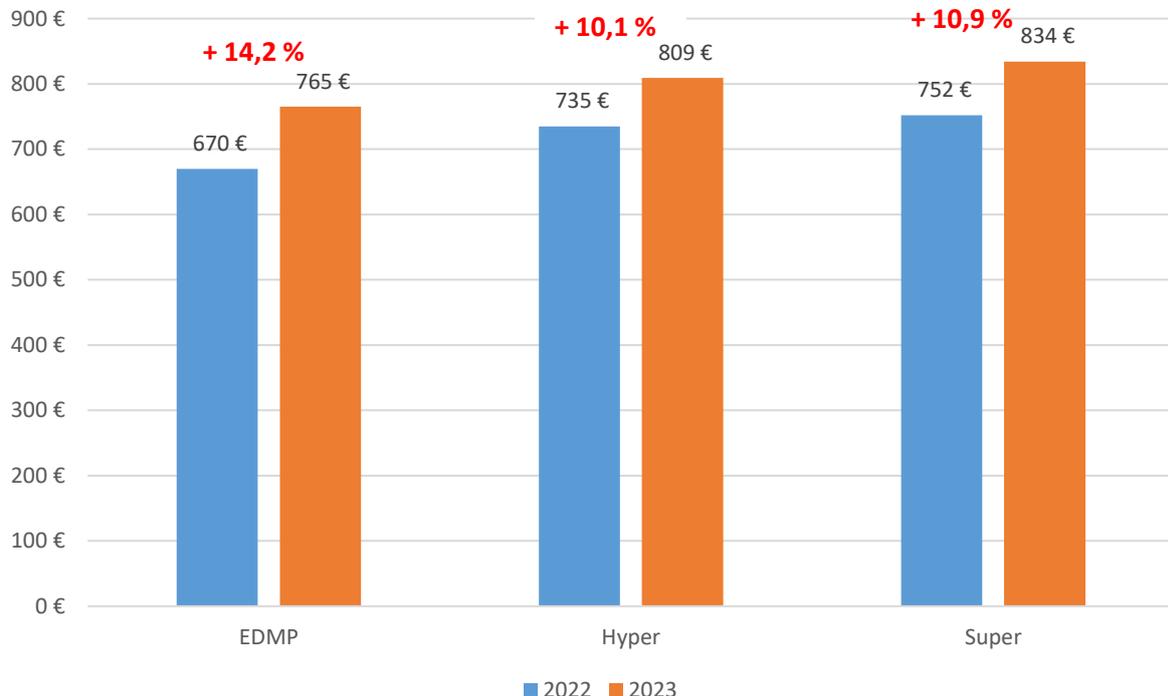
En choisissant les 42 produits les plus abordables de notre panier (qui en contient 83 en tout), il est possible de limiter encore plus le budget nécessaire à l'achat de l'ensemble des produits dont une famille de 4 personnes a besoin pour être en bonne santé, soit un coût de 539€.

En 2023, ce panier au choix restreint a malheureusement subi une inflation plus forte (+13%) que le panier varié réunissant les prix les plus bas (+10,4%). Entre 2021 et 2022, ce panier n'avait augmenté « que » de +6%. Son évolution tarifaire a donc rattrapé les autres paniers pour s'aligner sur une augmentation proche de 20% en deux ans.

Surfaces de vente : Une hausse particulièrement marquée pour notre panier au sein des EDMP (type hard-discount), +14,2% en 1 an contre +10,9% en supermarché et +10,1% en hypermarché

Les établissements à marques propres (EDMP – type hard discount) restent les surfaces de vente les moins chères. Pour notre panier économique (prix le plus bas constaté en magasin), il en coûtera 765€ en EDMP, soit près de 6% de moins en moyenne que dans les hypermarchés et 9% que dans les supermarchés, établissements les plus onéreux. Cependant, cet écart s'est réduit, les prix ayant plus augmenté dans les EDMP (+14,2% en un an contre +10,1% dans les hypers et + 10,9% dans les supers).

Montant du panier économique (prix le plus bas constaté dans le magasin) selon la surface de vente : EDMP, hyper, super



CARTONS ROUGES :

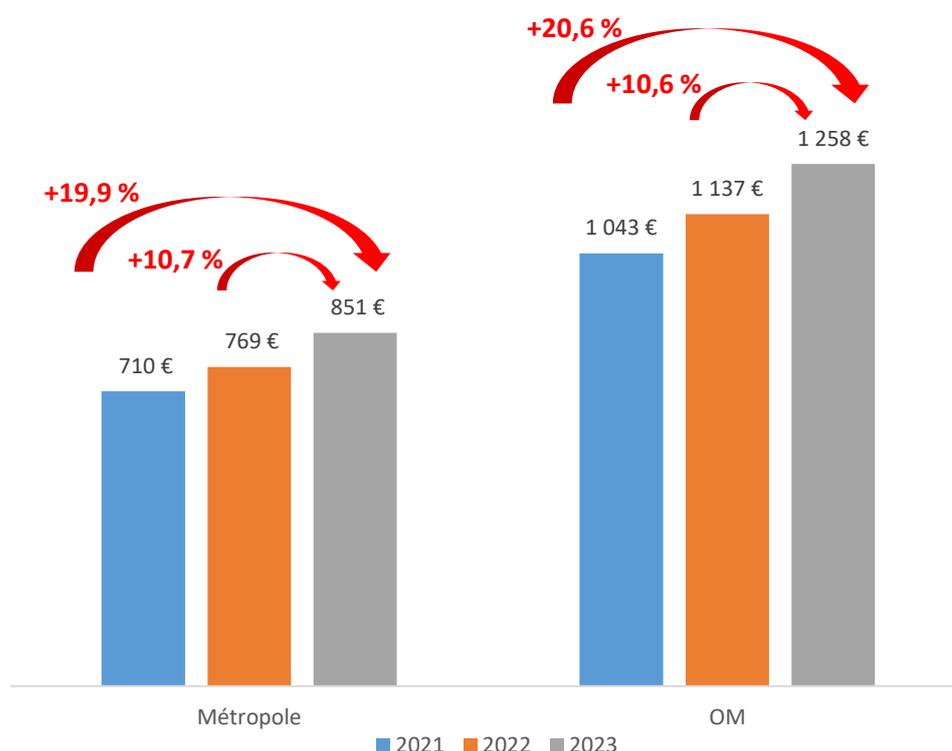
Des revenus bien moindres dans nos territoires Outre-mer mais une inflation tout aussi marquée que dans l'Hexagone et des produits qui y coûtent jusqu'à 2 fois plus cher : un revenu médian 20% moins élevé pour la Guadeloupe, 23% pour la Martinique, 33% pour la Réunion et jusqu'à 6 fois moins important pour Mayotte.

En 2023, Familles Rurales a poursuivi sa veille de prix engagée en 2018 sur les territoires Outre-mer. 4 départements ont fait l'objet des mêmes relevés de prix que ceux effectués en métropole :

- La Réunion
- Mayotte
- La Guadeloupe
- La Martinique

A noter : cette année les prix relevés en Outre-mer proviennent essentiellement de Guadeloupe, de Martinique et de La Réunion, le climat social restant particulièrement dégradé à Mayotte, empêchant la relève des prix.

Prix du panier conventionnel « varié » en métropole et Outre-mer en euros



Les territoires d'Outre-mer ont subi la même inflation de 10,6% entre 2022 et 2023 qu'en métropole. Le panier ultra-marin reste toujours 48% plus cher que le panier métropolitain. Cependant, s'il faut rajouter 82€ depuis 2022 en métropole, le surplus inflationniste est de 121€ pour nos territoires Outre-Mer.

Or, en Martinique et en Guadeloupe, les niveaux de vie médians sont inférieurs de 20 % et 23% à celui observé en France métropolitaine. Celui de La Réunion est inférieur d'un tiers au niveau de vie médian de métropole. À Mayotte, il ne représente qu'un sixième de la valeur métropolitaine⁷. Le taux de pauvreté est deux à trois fois plus important en Martinique (33%), Guadeloupe (34%) et la Réunion (42%) que dans l'hexagone. Il explose à Mayotte (77%)⁸. Le nombre de bénéficiaires du RSA représente, au 31 janvier 2018, 15,6% de la population dans les quatre départements et régions d'Outre-Mer (DROM) historiques, contre 5,8% de celle de métropole, selon les chiffres publiés par la Drees en 2020⁹.

Ainsi, l'impact du poste alimentaire est bien plus élevé dans nos territoires Outre-mer qu'en métropole, non seulement parce que les prix y explosent mais surtout parce que les revenus y sont moindres.

Prix au kilo de quelques produits conventionnels en métropole et Outre-mer en €/kg :

	Métropole	Outre-mer	Différentiel
Oignon (jaune)	2,96	2,33	-21%
Banane	2,32	1,94	-16%
Steaks hachés 100% pur bœuf, 5% MG	18,95	20,52	8%
Filet de poulet	13,06	16,35	25%
Lait demi-écrémé UHT	1,10	1,42	29%
Carottes	2,04	2,68	31%
Œufs moyen de plein air	0,29	0,39	36%
Pomme de terre (type vapeur)	1,69	2,35	39%
Mélange 4 huiles	3,50	4,89	40%
Jambon blanc sans nitrite (4 tranches)	19,48	27,78	43%
Pomme Golden ou Gala	2,52	3,67	46%
Farine T45 blanche	1,07	1,66	54%
Café moulu pur arabica	12,58	22,31	77%
Yaourt nature non sucré (ferme)	1,49	2,66	78%
Riz blanc long grain 10 min cuisson	2,89	5,48	90%
Pâtes type penne	2,10	4,22	102%
Fromage blanc nature non sucré (lisse) 3% MG	2,37	5,16	118%

⁷ Chiffres de 2017 <https://www.insee.fr/fr/statistiques/4622377>

⁸ https://www.inegalites.fr/DOM-des-inegalites-de-revenus-et-une-pauvrete-tres-eleves?id_theme=25

⁹ <https://www.vie-publique.fr/eclairage/19624-outre-mer-inegalites-et-retards-de-developpement>

Le Bouclier Qualité-Prix (BQP)



Instauré en 2012 dans les territoires ultra-marins (loi relative à la régulation économique Outre-mer), le bouclier qualité-prix, le BQP, est un panier de produits de consommation courante concernant principalement les produits alimentaires et d'hygiène/santé vendus dans les grandes surfaces.

Le BQP instaure dans chaque territoire, sous l'égide des préfets, des négociations annuelles obligatoires entre distributeurs, importateurs et producteurs (et parfois associations de consommateurs), après avis des Observatoires des prix, des marges et des revenus. Chaque territoire doit élaborer son propre bouclier qualité prix, avec un panel de produits reflétant ses habitudes de consommation et intégrant la production locale.

Chaque année, le prix global et la composition de ce panier de produits sont négociés. Un prix global maximum est fixé par arrêté préfectoral. La composition alimentaire du panier doit prendre en compte les politiques publiques de santé.

En 2023, il regroupe plus de 150 produits sur chaque territoire. Par exemple à la Réunion, il concernait 153 produits (dont 105 alimentaires) pour un total de 348 €¹⁰. Les produits locaux représentent 40% du BQP en nombre et 50% en valeur. En Martinique, un panier de fruits et légumes a été mis en place.

Des contrôles sont réalisés régulièrement par la DGCCRF, avec deux motifs de contrôle : le bon affichage du dispositif bouclier qualité-prix à l'entrée du magasin et dans les rayons et la concordance des prix affichés avec l'accord passé.

Pour en savoir plus sur les modalités de négociations : <https://www.opmr.re/qui-sommes-nous/bouclier-qualite-prix/>

En 2023, le RSA n'a augmenté que de 1,5% versus une inflation générale de 4,9% et une inflation des prix de l'alimentation à 11,9%

Poids budgétaire du panier économique restreint pour un couple avec 2 enfants (1 de plus de 14 ans et 1 de moins de 14 ans soit 2,3 unités de consommation).

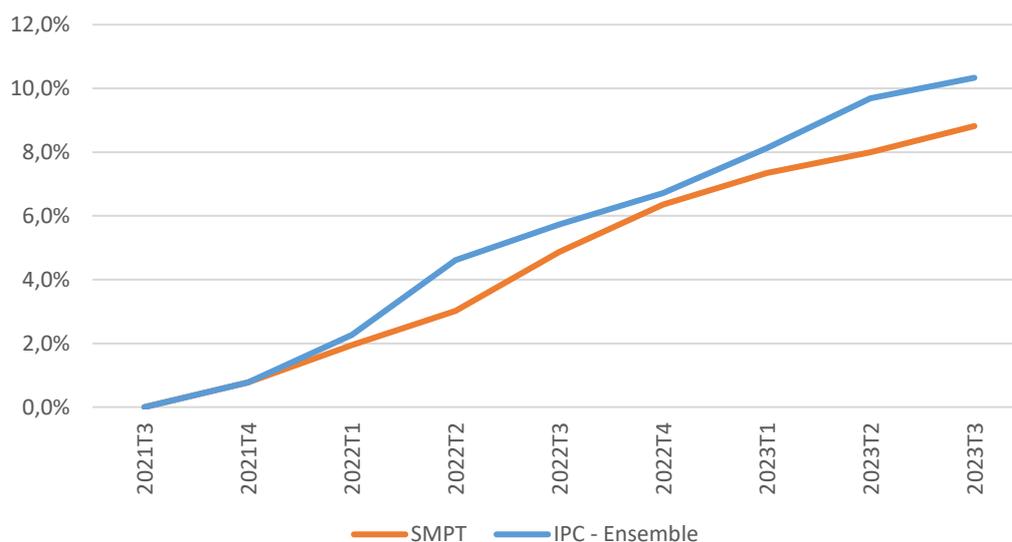
	2021		2022		2023	
Panier économique restreint	450 €		477 €		539 €	
Indicateur de niveau de vie	Montant du revenu	Poids du panier dans le budget	Montant du revenu	Poids du panier dans le budget	Montant du revenu	Poids du panier dans le budget
RSA (au 1er avril)	1 187 €	38%	1 257 €	38%	1 276 €	42%
Seuil de pauvreté*	2 663 €	17%	2 663 €	18%	2 663 €	20%
2 personnes au SMIC **	2 516 €	18%	2 658 €	18%	2 766 €	19%
Niveau de vie médian*	4 439 €	10%	4 439 €	11%	4 439 €	12%

* 2021 : dernière donnée disponible ** En décembre de chaque année

¹⁰ Voir liste des produits sur <https://www.reunion.gouv.fr/Actions-de-l-Etat/Economie-commerce-exterieur-et-fiscalite-locale/Bouclier-qualite-prix-BQP/Liste-produits-BQP-2023-grande-distribution>

Le poids de l'alimentation dans le budget des ménages s'est fortement accru en 2023. Alors que nous avons calculé le poids budgétaire à partir de notre panier le moins cher possible, manger « sain » représente un minimum de 42% du budget d'une famille touchant le RSA, un poids qui a augmenté de 4 points en un an. Même pour les familles dont les deux parents sont rémunérés au SMIC, le poste alimentation « saine » représente presque un cinquième de leurs salaires. Pour ces deux catégories de familles, le poids de l'alimentation devient de fait difficilement soutenable.

Evolution du Salaire moyen par tête (SMPT)¹¹ et de l'indice général des prix (en cumulé)



Familles Rurales s'inquiète de cette évolution générale des prix qui augmente plus vite que le salaire moyen par tête et qui induit un décrochage auquel peu de consommateurs savent faire face. Au troisième trimestre 2023, l'écart s'élève à 1,5 points, ce qui signifie une perte de pouvoir d'achat.

Dans ce contexte peu favorable, seule bonne nouvelle, l'évolution du SMPT est portée par l'augmentation automatique du SMIC qui, lui, est resté indexé sur l'inflation. Les autres salaires devraient s'ajuster avec un retard dû au temps de négociations salariales.

Compte-tenu de ce contexte, si les personnes en situation d'emploi devraient pouvoir espérer voir leur salaire s'ajuster, qu'en sera-t-il des aides publiques ? Au 1^{er} avril 2023, le RSA pour une famille (couple avec deux enfants) est passé de 1257€ à 1276€ soit une augmentation de 1,5% (19€) alors que l'inflation moyenne en 2023 était de 4,9%. Force est donc de constater que la perte de pouvoir d'achat s'avère encore plus marquée pour les personnes bénéficiaires des aides sociales, généralement les plus fragiles.

Donnons à titre d'illustration concrète, celle de notre panier économique restreint mensuel, considéré comme le panier minimum pour rester en bonne santé, lequel a augmenté de 62€ soit trois fois l'augmentation du RSA. La dépense non seulement contrainte mais aussi vitale qu'est l'alimentation pèse ainsi d'autant plus sur le budget de ces ménages.

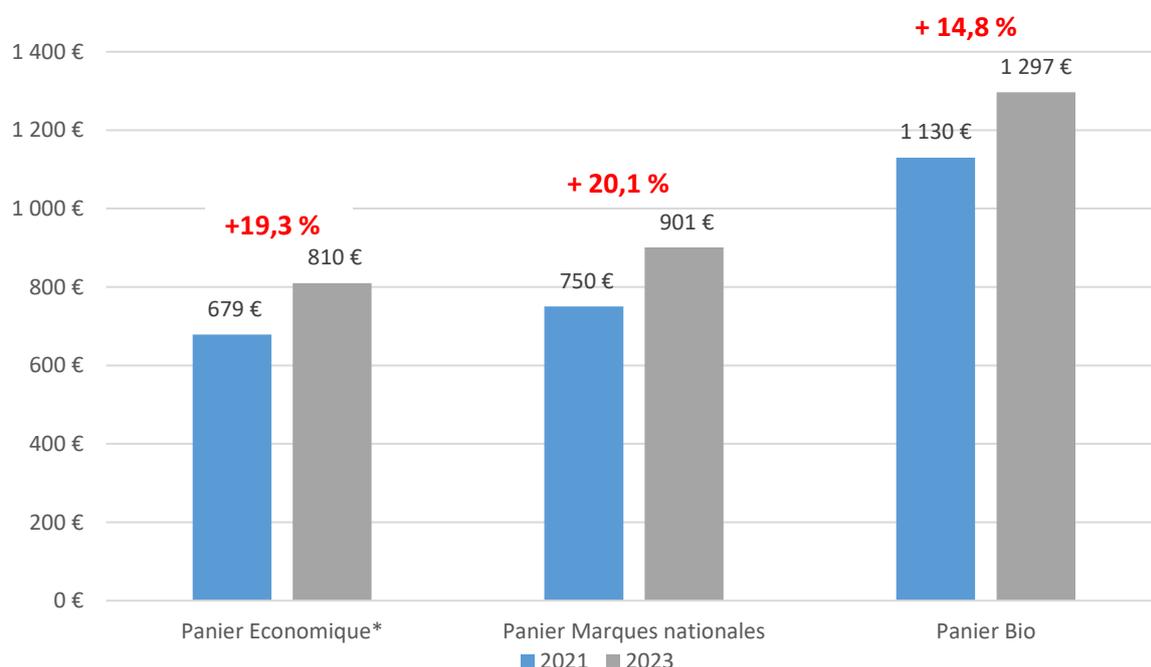
¹¹ Définition salaire moyen par tête (SMPT) selon l'Insee : retrace la rémunération effectivement perçue par les salariés en moyenne. Calculé par trimestre. Le salaire moyen par tête (SMPT) rapporte les masses salariales brutes versées par l'ensemble des employeurs au nombre de salariés en personnes physiques. L'évolution du SMPT reflète l'évolution des qualifications et de la quotité du travail (effets de structure) et celle de la rémunération des heures supplémentaires et des primes (effets saisonniers et liés à la conjoncture).

En ce 21ème Siècle, en France, 10,8 millions de personnes n'ont pas les moyens de s'alimenter comme elles le devraient pour être en bonne santé MAIS l'Etat préfère dépenser des milliards à soigner les pathologies qu'elles développeront de ce fait plutôt que de les aider à acquérir les produits dont elles ont besoin...

Selon les derniers chiffres publiés par le CREDOC en mai 2023¹², 16% de notre population soit 10,8 millions de personnes souffriraient de précarité alimentaire. Les demandes adressées aux associations spécialisées type banques alimentaires ont explosé ces derniers mois.

Pour Familles Rurales une partie de l'explication tient naturellement en l'insuffisance de moyens face à une augmentation des prix de l'alimentation devenue inabsorbable pour des millions de nos concitoyens. Le constat est d'autant plus marqué entre 2021 et 2023.

Evolution sur 2 ans (2021-2023) de nos paniers variés par classe de produits : Panier économique* (prix le plus bas constaté en magasin) – marques nationales - bio



-

* prix le plus bas constaté en magasin

Si cette réalité a induit des changements de comportements pour de nombreuses familles (renoncement à certains aliments voire repas, descente en gamme...) aucune solution à ce stade n'est réellement mise en œuvre par nos décideurs. Certes plusieurs associations spécialisées ont vu leur budget augmenter mais, loin de remettre en cause ce « coup de pouce » nécessaire, Familles Rurales regrette la goutte d'eau que cela représente dans l'océan de détresse dans lequel se noient des centaines de milliers de consommateurs. S'attaquer aux effets, sans éradiquer les causes équivaut en réalité à mettre plusieurs petits pansements sur une jambe de bois. Le mal est bien plus profond mais reste possible à éradiquer.

Le Mouvement entend ainsi rappeler qu'en matière de santé « prévenir plutôt que guérir » coûterait bien moins cher à moyen et long terme. Consacrer un plan national autour du

¹² <https://www.credoc.fr/publications/en-forte-hausse-la-precarite-alimentaire-sajoute-a-dautres-fragilites>

« manger mieux » en allouant notamment aux ménages les plus précaires la somme mensuelle qui leur manque pour s'alimenter sainement serait même « rentable ».

Le bon sens commanderait en effet qu'on investisse dans la prévention de certaines pathologies dont on sait qu'elles sont le fait d'une alimentation insuffisamment riche en fruits, en légumes, légumineuses, céréales, poissons, produits laitiers...et pour lesquelles nous acceptons de dépenser plus de 20 milliards chaque année en soins (Cf. rapport rédigé par la Direction Générale du Trésor DGT)¹³ plutôt que de les consacrer à l'achat de produits sains pour notre santé.

Rappelons à titre d'exemple l'étude publiée par l'ANSES (Agence nationale de sécurité alimentaire, de santé et du travail) en 2016¹⁴ laquelle établit sans équivoque que « la consommation de fruits et légumes diminue le risque de maladies cardio-vasculaires (MCV) avec un niveau de preuve convaincant. Leur consommation est par ailleurs associée à une diminution du risque de cancer colorectal, de cancer du sein de statut ER négatif (ER-), ainsi que de diabète de type 2, de prise de poids (...). Pour les MCV, des bénéfices sont observés dès la consommation d'une portion quotidienne. Toute portion supplémentaire diminue le risque de MCV d'environ 4% ».

Pourtant pas un mot prononcé à l'endroit des 10,8 millions de personnes souffrant de précarité alimentaire par le Président de la République à l'occasion de sa conférence de presse du 16 janvier dernier. Pas une allusion au chèque alimentaire promis à plusieurs reprises :

- D'abord dès le 22 mars 2022, en indiquant vouloir « *mettre en place un chèque alimentaire pour aider les ménages les plus modestes et les classes moyennes à faire face aux surcoûts* »,
- Ce que confirmait son ministre de l'économie Bruno Le Maire un an plus tard le 6 mars 2023 « *il y aura bien un chèque alimentaire pour les plus modestes, sur base locale* » ;

Pas une référence à l'engagement de modérer les marges excessives réalisées par les géants de l'industrie agro-alimentaire :

- Notamment, le 24 septembre 2023 en évoquant la mise en place d'un « *accord sur la modération des marges dans tout le secteur [alimentaire]* » lors d'une [interview télévisée](#)
- Reprise de nouveau par son ministre de l'économie 3 jours plus tard « *Nous veillerons, c'est ce qu'a demandé le Président de la République, à ce que les marges soient raisonnables. (...) C'est le rôle de l'Etat de garantir l'ordre public, économique, qu'il n'y a pas de profits qui soient excessifs, de rentes faites par certains et que l'argent soit rendu aux consommateurs.* »

Pas une mesure annoncée pour faciliter ce quotidien devenu un véritable combat pour les moins aisés d'entre nous et qui les expose à des pathologies évitables mais que notre système de santé, à bout de souffle, devra pourtant prendre en charge.

Si Familles Rurales soutenait tant la mise en place d'une allocation alimentaire mensuelle dédiée aux ménages précaires ciblant l'achat exclusif d'aliments sains, que la transparence et une plus juste répartition des marges, force est de constater que **ce n'est pas les idées qui manquent au sein de l'exécutif mais bien l'ambition politique de les mettre en œuvre.**

¹³ <https://www.tresor.economie.gouv.fr/Articles/2016/09/06/tresor-eco-n-179-obesite-quelles-consequences-pour-l-economie-et-comment-les-limiter>

¹⁴ Actualisation des repères du PNNS : étude des relations entre consommation de groupes d'aliments et risque de maladies chroniques non transmissibles novembre 2016
<https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2012SA0103Ra-3.pdf>

Ainsi, malgré la promesse du Chef de l'Etat qu'il avait lui-même reprise, Bruno Le Maire annonçait finalement le 7 janvier dernier dans l'émission Dimanche en politique qu'il fallait « oublier » l'idée d'un chèque alimentaire. Quant à une meilleure régulation des marges, l'Etat préfère vraisemblablement laisser à ceux qui ont réalisé des profits excessifs sur le dos des consommateurs, le soin de poursuivre en ce sens, sans craindre la quelconque intervention d'une autorité soucieuse de la respectabilité de ses propres concitoyens ...Pire encore la Loi Descrozaille est venue ajouter à la marge minimale de 10% applicable aux aliments, le même « profit imposé par la loi » s'agissant des produits d'hygiène....Une véritable aberration selon Familles Rurales.

Nos propositions :

Loin d'accepter une forme de fatalité, Familles Rurales attend un sursaut politique de la part de nos décideurs en consacrant un « plan alimentaire » instaurant :

- Une allocation alimentaire mensuelle, ciblant les seuls produits bons pour notre santé à destination de l'ensemble des consommateurs vivant avec ou sous le seuil de pauvreté
- Une transparence des marges et la modération de celles manifestement excessives afin de ne pas compromettre l'accès des consommateurs aux produits sains pour leur santé
- L'abandon des « sur-marges » imposées par la loi (seuil de revente à perte + 10%)
- La mise en place d'un « Bouclier Qualité Prix » y compris en métropole afin de sacraliser un panier composé d'une cinquantaine de produits sains tant pour notre santé, pour notre environnement que pour notre pouvoir d'achat dont les prix seraient plafonnés à l'instar de ce qui se pratique en Outre-mer.

C'est, à ces conditions que les consommateurs pourront retrouver confiance en leur avenir comme en leurs dirigeants. Familles Rurales attend de surcroît que des ministres en charge du pouvoir d'achat, de la santé et de la ruralité soient rapidement nommés.



FAMILLES RURALES EN UN REGARD

PREMIER MOUVEMENT FAMILIAL ASSOCIATIF DE FRANCE

Familles Rurales est une association reconnue d'utilité publique qui agit en faveur des familles sur tout le territoire, en milieu rural et périurbain. Le Mouvement familial et d'éducation populaire intervient dans tous les domaines de l'intérêt général : petite enfance, enfance, formation, parentalité, grand âge, défense des consommateurs. Son action : accompagner les projets et développer des initiatives, des structures et des services pour répondre aux besoins des familles et défendre leurs intérêts.

Les missions

- Informer les familles et faire entendre leur voix
- Proposer des réponses adaptées aux besoins des familles
- Développer l'entraide de proximité
- Dynamiser les territoires ruraux et périurbains
- Soutenir l'engagement associatif

Les valeurs

- Entraide et solidarité
- Initiative et responsabilité
- Participation et citoyenneté
- Convivialité et échange

Les chiffres clés

- 121 000 familles adhérentes
- 25 000 bénévoles
- 17 000 salariés



1 850

associations locales

69

fédérations départementales

11

fédérations régionales

1

fédération nationale

AGIR ENSEMBLE À CHAQUE ÉTAPE DE LA VIE

Agir au quotidien

Avec les familles adhérentes, Familles Rurales invente et développe les activités et services adaptés à leurs besoins :

- 260 structures petite enfance
- 2100 accueils de loisirs
- 6000 jeunes engagés
- 7500 personnes en formation
- 150 points de médiation numérique
- 36 tiers-lieux ruraux
- 130 « permanences consommation »
- 500 clubs séniors
- 156 associations de services d'aide à domicile

mais aussi des séjours de vacances, de l'accompagnement scolaire, du soutien à la parentalité, de la prévention routière, des Espaces de Vie Sociale, des points conseil budget...

Représenter les familles

Association familiale et agréée défense des consommateurs, Familles Rurales se mobilise pour défendre les intérêts des familles. Le Mouvement a notamment obtenu :

- la mise en place du chèque énergie pour les ménages modestes,
- l'instauration d'un droit à l'oubli sur Internet pour les mineurs,
- l'encadrement des services de transport d'utilité sociale,
- un étiquetage des aliments plus lisible pour préserver la sécurité alimentaire des consommateurs.

Construire les ruralités de demain

Familles Rurales présente des solutions nouvelles pour préparer l'avenir des familles et des territoires ruraux en prenant en compte la voix des familles. Parmi les thématiques prioritaires :

- préserver les services publics dans les territoires ruraux,
- connecter les territoires ruraux en très haut débit,
- développer le télétravail et les tiers-lieux,
- être un acteur de la transition écologique,
- créer de nouvelles synergies et mobiliser les entreprises à travers le fonds de dotation RURAL MOUV.



PETITE ENFANCE



ENFANCE



ÉDUCATION ET
PRÉVENTION



JEUNESSE



SENIORS



CONSOMMATION
ET VIE PRATIQUE



LOISIRS ET
CULTURE



ENTRAIDE ET
CONVIVIALITÉ



FORMATION