



Communiqué de presse

Pouvoir d'achat : ces 100 aliments bons pour la santé doivent être à prix coûtant, exigent Familles Rurales, foodwatch et le Secours Catholique

Les recommandations de santé publique sur l'alimentation contrastent violemment avec la réalité. Manger sainement est devenu un luxe pour de trop nombreuses personnes. Familles Rurales, foodwatch et le Secours Catholique interpellent le gouvernement et lancent une [pétition](#) pour une mesure concrète et urgente : imposer à la grande distribution de vendre à prix coûtant 100 produits recommandés par le Programme national nutrition santé (PNNS). La pétition est adressée à Roland Lescure, ministre de l'Économie et Serge Papin, ministre du Commerce et du Pouvoir d'achat.

Paris, le 30 octobre 2025. Une personne sur trois en France (29 %) déclare devoir sauter un repas et beaucoup n'ont pas accès aux produits recommandés par le Programme National Nutrition Santé (PNNS). Une situation intolérable qui voit les maladies liées à une mauvaise alimentation exploser (diabète, maladies cardio-vasculaires, cancers...) et qui pèse des milliards sur notre économie et nos systèmes de santé.

Familles Rurales, foodwatch et le Secours catholique exigent donc une mesure simple et urgente : imposer à la grande distribution de vendre à prix coûtant 100 produits alimentaires prioritaires selon les recommandations du Programme National Nutrition Santé (PNNS).

Pour les trois associations, cette mesure doit s'appliquer sur tout le territoire, y compris en Outre-mer, et ne doit en aucun cas avoir une incidence négative sur les prix d'achats des productions des agricultrices et agriculteurs.

Cette liste de 100 produits regroupe des produits de consommation courante recommandés par les experts de santé publique : 37 fruits et légumes en frais, surgelés ou conserves et des légumineuses (lentilles, pois chiches, haricots...), 17 produits céréaliers comme des pâtes, de la farine ou du pain mais aussi par exemple des œufs, des produits laitiers et du poisson. La liste contient aussi des aliments permettant de cuisiner et des produits pour bébés. Elle propose une proportion significative d'aliments biologiques, et vise aussi à valoriser des produits d'origine française.

Pour Familles Rurales, foodwatch et le Secours Catholique : « C'est aux autorités publiques de faire enfin respecter le droit à une alimentation saine, choisie et de rendre accessibles les recommandations officielles de santé publique. Dépassons les injonctions. Donnons les moyens, en particulier aux plus démunis, de s'acheter des produits bons pour la santé comme tout un chacun. Nous demandons que ces prix coûтants pour les 100 aliments sains soient une obligation légale ».

Les associations dénoncent depuis fin 2023 l'opacité de la formation des prix des aliments et les marges abusives sur des produits essentiels pour la santé, comme les fruits et légumes.

Familles Rurales, foodwatch et le Secours Catholique appellent le gouvernement à l'action et lancent conjointement une [pétition](#) pour réclamer massivement cette mesure concrète pour le pouvoir d'achat, l'alimentation et la santé.

Sources

- Pétition « Exigeons 100 aliments bons pour la santé à prix coûтant dans les supermarchés » <https://www.foodwatch.org/fr/sinformer/nos-campagnes/alimentation-et-sante/malbouffe/exigeons-100-aliments-bons-pour-la-sante-a-prix-coutant-dans-les-supermarches>
- Liste des 100 aliments à prix coûтant :
https://www.famillesrurales.org/sites/multisite.famillesrurales.org._www/files/ckeditor/_actualites/fichiers/Lista-produits-prioritaires-communication.pdf
- Lettre ouverte aux ministres en charge de l'économie et du pouvoir d'achat :
https://www.famillesrurales.org/sites/multisite.famillesrurales.org._www/files/ckeditor/_actualites/fichiers/Lettre_ouverte_Bercy_Familles_Rurales_foodwatch_SCCF.pdf
Recommandations Programme national nutrition santé (PNNS)
<https://www.mangerbouger.fr/l-essentiel/les-recommandations-sur-l-alimentation-l-activite-physique-et-la-sedentarite>.
- La liste de 100 produits prioritaires à prix coûтant est basée sur les recommandations du PNNS qui s'articule en trois groupes : « à augmenter », « aller vers », « à réduire ». En voici un aperçu :
 - **« A augmenter » : des fruits et légumes frais de saison, des conserves ou surgelés de fruits/légumes non transformés, des fruits à coque** (noix, noisettes, amandes et pistaches non salées, etc.) **et des légumineuses** (lentilles, pois chiche par exemple).

Le PNNS recommande également de **privilégier le « fait maison »**, pour lequel il est nécessaire tout à la fois de disposer de temps, mais aussi d'ingrédients de base. La liste comprend pour cela du **vinaigre sans sucre ajouté, du beurre, du**

poivre et du sucre, permettant notamment de maîtriser l'ajout de sucre ajouté dans les recettes et d'acheter moins de produits industriels transformés et ultra-transformés qui en contiennent souvent trop.

- « **Aller vers** » : la liste inclut par exemple **des produits laitiers** (yaourt nature sans sucre, ou lait ou fromages AOP par exemple), des **huiles** (olive, colza, noix) **et des féculents (pâte, riz, farine, diverses céréales) semi-complets ou complets**, beaucoup plus riches en fibres que les produits raffinés (comme le pain blanc par exemple).

La liste contient une **proportion significative d'aliments biologiques**, nécessaires pour toutes les catégories alimentaires. Elle vise aussi à **valoriser des produits d'origine française**.

- « **À réduire** » : la liste ne retient pas les produits dont la consommation excessive peut nuire à la santé selon le PNNS. Il s'agit notamment la viande et la charcuterie, les produits avec un Nutri-Score D ou E, l'alcool, le sel et les produits salés, les produits gras, sucrés, ultra-transformés, et les boissons sucrées.
- Communiqué de presse de Familles Rurales, foodwatch et UFC-Que Choisir du 29/11/2023 « [Inflation alimentaire : il est urgent d'en finir avec les profits opaques des industriels et des distributeurs, exigent foodwatch, Familles Rurales, UFC-Que Choisir et la CLCV | FW FR](#) »
- Une personne sur trois en France (29 %) déclare devoir sauter un repas par manque d'argent. Source : Familles Rurales <https://www.famillesrurales.org/plan-france-ruralites-etude-ifop-territoires-ruraux-2023>
- Une récente étude « L'injuste prix de l'alimentation » estimait à minima à 20 milliards d'euros par an les coûts « cachés » du système alimentaire. La FAO, l'organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture, estime l'ensemble des coûts cachés directs et indirects qu'induit notre système agroalimentaire à près de 160 milliards d'euros par an en France, dont les trois quarts en coûts de santé (« The State of Food and Agriculture, revealing the True Cost of Food to Transform Agrifood Systems », FAO, 2023, <https://www.secours-catholique.org/agir/porter-nos-messages/linjuste-prix-de-notre-alimentation>
- Sur les limites des engagements « volontaires » des acteurs de la grande distribution, Familles Rurales note qu'en Martinique, face à la détresse de la population, un protocole de « lutte contre la vie chère » signé en octobre 2024 visait une baisse de prix de l'ordre de 20 à 25% sur 6000 références du quotidien. L'Etat et la Collectivité territoriale ont tenu leurs engagements en supprimant la TVA et l'octroi de mer. Les distributeurs, eux,

n'ont pas joué le jeu : la baisse s'est limitée à - 10,8%.

<https://www.martinique.gouv.fr/Actions-de-l-Etat/Consommation-et-commerce/Lutte-contre-la-vie-chere/Bilan-general-a-fin-juillet-2025-Protocole-de-lutte-contre-la-vie-chere-signé-le-16-octobre-2024>

Contacts presse:

- Ingrid Kragl, foodwatch – ingrid.kragl@foodwatch.fr – 06 01 23 12 46
- Niki Vouzas, Familles Rurales – niki.vouzas@famillesrurales.org – 06 49 49 75

17

Familles Rurales est une association reconnue d'utilité publique qui agit en faveur des familles sur tout le territoire, en milieu rural et périurbain. Avec 127 000 familles adhérentes, 1 700 associations locales, 65 fédérations départementales et 10 fédérations régionales, 25 000 bénévoles et 14 000 salariés, c'est le premier Mouvement familial associatif de France, mais aussi un acteur incontournable de l'économie sociale et solidaire et de l'éducation populaire. Familles Rurales est agréé association de défense des consommateurs. Pluraliste, indépendant et laïc, il porte un projet humaniste et social fondé sur la famille, les territoires et la vie associative.

foodwatch est une organisation à but non lucratif qui se bat pour une alimentation sans risques, saine et abordable pour tous et toutes. Nous faisons entendre la voix des consommateurs et consommatrices nous militons pour plus de transparence dans le secteur alimentaire, et défendons notre droit à une alimentation qui ne porte atteinte ni aux personnes, ni à l'environnement. foodwatch est un contre-pouvoir citoyen et lanceur d'alerte dans le secteur alimentaire. foodwatch est totalement indépendante et refuse tout subvention des gouvernements et de l'industrie agroalimentaire. Nous agissons aux niveaux national et européen, et sommes présents en France, en Allemagne, aux Pays-Bas, en Autriche et à Bruxelles.

Secours Catholique - Caritas France (SCCF) Fondé en 1946, le Secours Catholique-Caritas France (SCCF) défend l'accès de toutes et tous à une alimentation durable et de qualité. Cofondateur de la première banque alimentaire à Arcueil en 1984, il prend ses distances dès 1987 avec l'aide alimentaire d'urgence qui s'institutionnalise, pour privilégier des actions centrées sur la rencontre et l'accompagnement. En 2015, il participe à la COP21, puis au Forum social mondial de Montréal en 2016 pour défendre un accès digne à l'alimentation durable et de qualité. La crise du Covid-19 renforce cette orientation et en 2021, il lance le programme *Ensemble, bien vivre, bien manger* pour renforcer le changement des pratiques en internes et renforcer ses actions en faveur du droit à l'alimentation. En 2024, il publie, avec Solidarité Paysans, le Réseau Civam et la Fédération française des diabétiques, l'étude *L'injuste prix de notre alimentation*, qui met en évidence le coût pris en charge par la puissance publique pour

compenser les impacts négatifs de nos modes de productions et consommations, en particulier pour la santé et pour pallier la précarisation du monde agricole.

EMBARGO 30/106H