QUELS SONT LES BESOINS MINIMAUX D'UNE FAMILLE EN BELGIQUE?

Les budgets de référence comme guide pour un revenu digne

Bérénice Storms, Tim Goedemé et Laurent Nisen (dir.)

politeia

Colophon

Sous la direction de: Bérénice Storms, Tim Goedemé et Laurent Nisen

Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More

ISBN 9789493470927
D/2025/8132/102

© Editions Politeia sa
Boulevard de l'Empereur 34
1000 Bruxelles
Tel. (02) 289 26 10
info@politeia.be
www.politeia.be

Tous droits réservés. Aucun extrait de cet ouvrage ne peut être reproduit, ni saisi dans une banque de données, ni communiqué au public, sous quelque forme que ce soit, éléctronique, mécanique, par photocopie, film ou autre, sans le consentement écrit et préalable de l'éditeur.

AVANT-PROPOS

Depuis la première élaboration des budgets de référence il y a plus de dix-sept ans, un long chemin a été parcouru. Les budgets de référence que nous présentons dans cet ouvrage s'appuient donc sur la riche expertise que nous avons acquise au fil des années grâce à nos recherches, au développement d'applications logicielles innovantes et, tout aussi important à souligner, à la précieuse contribution de nombreuses personnes. Cette contribution est indispensable, car l'élaboration de budgets de référence fiables et valides nécessite des connaissances et une expérience transdisciplinaires dans divers domaines.

Nous tenons tout d'abord à remercier les nombreux experts (voir Annexe 1) et participants aux groupes de réflexion qui nous ont aidés à affiner la méthodologie utilisée, à explorer de nouvelles données de recherche et à tester les principes théoriques dans la pratique. Leurs réflexions nous ont sans cesse incités à affiner nos hypothèses.

C'est avec beaucoup de gratitude que nous repensons à la collaboration avec d'autres groupes de recherche, en Belgique et à l'étranger, ainsi qu'à la dynamique de notre réseau international. En plus de nous inspirer, ces échanges nous ont aidés à renforcer notre approche en la confrontant aux bonnes pratiques internationales. Nous pensons en particulier aux nombreuses collaborations avec d'autres instituts de recherche, des services publics et les partenaires de la Plateforme européenne pour les budgets de référence.

Nous souhaitons également remercier les utilisateurs, les travailleurs sociaux, les scientifiques, les politiciens et les autres collaborateurs politiques qui nous ont fait part de leurs commentaires au fil des ans. Leurs questions critiques et leurs suggestions ont contribué à ce que les budgets de référence restent utiles et pertinents pour la politique sociale à tous les niveaux.

Enfin, nous tenons à exprimer notre profonde gratitude aux chercheurs, responsables de la communication et de la valorisation, ingénieurs logiciels et collaborateurs administratifs, actuels et anciens, du Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More, ainsi qu'aux chercheurs et collaborateurs de la plateforme interfacultaire ESPRIst de l'Université de Liège. Leur engagement, leur créativité et leur détermination ont rendu ce travail possible.

Le résultat qui vous est présenté ici est donc le fruit d'un effort collectif. Nous espérons que cet ouvrage contribuera à une meilleure compréhension des besoins minimaux né-

cessaires à une existence digne et qu'il constituera une base solide pour l'élaboration de politiques et de pratiques qui aideront à concrétiser l'ambition d'une vie digne pour tous.

Bérénice Storms, Tim Goedemé et Laurent Nisen

TABLES DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS 3

1. INTRODUCTION 13

Bérénice Storms et Tim Goedemé

1.0 Pourquoi des budgets de référence ? 13
1.1 La nécessité d'une actualisation 14
1.2 L'approche des budgets de référence belges 15
1.3 De nombreux progrès ont été réalisés depuis l'élaboration des premiers budgets de référence en 2008 16
1.4 Construire l'avenir 19
1.5 Structure de l'ouvrage 21
Références 22

2. CADRE THÉORIQUE ET MÉTHODOLOGIQUE 25

Bérénice Storms, Tim Goedemé, Leen Van Thielen et Marieke Frederickx

2.0 Introduction 25
2.1 Caractéristiques de base 26
2.1.1 Le niveau de vie visé : ce qui est nécessaire pour mener une vie digne 26
2.1.2 La population cible 26
2.1.3 Le type de budget 27
2.2 Cadre théorique 29
2.2.1 Cadre conceptuel 29
2.2.1.1 Le droit à une vie digne comme point d'ancrage normatif 30
2.2.1.2 La participation à la société comme objectif concret 30
2.2.1.3 Le lien avec le seuil de pauvreté : le niveau de vie minimal acceptable 32
2.2.2 Fondement théorique 33
2.2.2.1 Besoins humains universels et intermédiaires 33
2.2.2.2 Variation contextuelle 36
2.2.2.3 Justification de la méthode 37
2.3 Approche méthodologique 39
2.3.1 Ménages types 40
2.3.2 Approche « *mixed-method* » 41
2.3.2.1 Directives officielles 41
2.3.2.2 Recherche scientifique 42
2.3.2.3 Connaissances d'experts 42
2.3.2.4 Groupes de réflexion 43
2.3.3 Fixation des prix et actualisation 46
2.3.3.1 Fixation des prix 46

2.3.3.2 Produits de seconde main 48
2.3.3.3 Budgets mensuels 49
2.3.3.4 Actualisation 49
2.3.4 Limites des budgets de référence 50
2.4 Conclusion 52
Références 52

3. LE BUDGET POUR UN MODE DE VIE SAIN : ALIMENTATION ET EXERCICE PHYSIQUE 57

Bérénice Storms, Tania Calogero, Helen Barte-Batsalle, Ilse Cornelis et Marieke Frederickx

3.0 Introduction 57
3.1 Recommandations alimentaires pour la Belgique : consommation de nutriments recommandée 58
3.2 L'Épi Alimentaire : consommation d'aliments recommandée pour les adultes en Belgique 60
3.3 Exercice physique et comportement sédentaire : recommandations 63
3.4 Le contenu du panier d'un mode de vie sain 65
3.4.1 Composition du panier alimentaire 65
3.4.2 Le choix des produits alimentaires 68
3.4.2.1 Bébés 68
3.4.2.2 Enfants, adolescents et adultes 69
3.4.2.2.1 Groupe des produits céréaliers et pommes de terre 69
3.4.2.2.2 Groupe des fruits et des légumes 70
3.4.2.2.3 Groupe des légumineuses 71
3.4.2.2.4 Groupe des graines et des noix 71
3.4.2.2.5 Le groupe « produits laitiers et alternatives végétariennes enrichies en calcium » 72
3.4.2.2.6 Groupe « viande, poisson et produits de substitution » 73
3.4.2.2.7 Matières grasses à tartiner et de préparation 73
3.4.2.2.8 Groupe des boissons 74
3.4.2.2.9 Groupe résiduel 75
3.4.3 Le choix des accessoires de cuisine 76
3.4.4 Le choix des activités physiques 76
3.5 Le prix du panier d'un mode de vie sain 77
3.6 Budget de référence pour un mode de vie sain 78
3.7 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ? 80
3.8 Conclusion 83
Références 85

4 LE BUDGET POUR L'HABILLEMENT **89**

Leen Van Thielen et Bérénice Storms

4.0 Introduction 89
4.1 Habillement approprié 89
4.2 Le contenu du panier d'habillement 94
4.2.1 Choix des vêtements 94
4.2.2 Choix du matériel pour l'entretien et le rangement des vêtements 97
4.3 Le prix du panier « habillement » 98
4.3.1 Le prix des vêtements 98
4.3.2 Le prix du matériel d'entretien et de rangement 101
4.4 Le budget de référence pour des vêtements appropriés 102
4.5 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les familles vulnérables ? 104
4.6 Conclusion 107
Références 108

5 LE BUDGET POUR L'HYGIÈNE PERSONNELLE ET DES SOINS DE SANTÉ ADÉQUATS **113**

Bérénice Storms et Heleen Delanghe

5.0 Introduction 113
5.1 Hygiène personnelle et soins corporels 114
5.1.1 Le contenu du panier « hygiène personnelle et soins corporels » 114
5.1.1.1 Hygiène des mains 114
5.1.1.2 Hygiène buccale 115
5.1.1.3 Hygiène générale 115
5.1.1.4 Hygiène sexuelle 118
5.1.2 Le calcul du prix du panier « hygiène personnelle et soins corporels » 118
5.2 Soins de santé adéquats 119
5.2.1 Le contenu du panier « soins de santé adéquats » 119
5.2.2 Le contenu du panier « santé » 121
5.2.2.1 Les soins pour les problèmes de santé courants 121
5.2.2.2 Soins pour les traumatismes et blessures 126
5.2.2.3 Prévention des maladies 127
5.2.2.4 Assurance pour l'accès aux soins de santé 131
5.2.3 Le calcul du prix du panier « soins de santé adéquats » 132
5.3 Le budget de référence pour l'hygiène personnelle et des soins de santé adéquats 133
5.4 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ? 135
5.5 Conclusion 136
Références 137

6 LE BUDGET POUR LE LOGEMENT ET LA SÉCURITÉ 145

Marieke Frederickx, Kristof Heylen, Eveline Teppers, Xander Huygels, Nickey Van Den Bulck et Bérénice Storms

6.0 Introduction 145
6.1 L'importance d'un logement de qualité et de la sécurité 146
6.2 Le contenu du panier « logement » 147
6.2.1 Un logement de qualité 147
6.2.2 Coûts de consommation des locataires 150
6.2.2.1 Le contenu du panier énergétique 150
6.2.2.2 Le contenu du panier « eau » 153
6.2.3 Autres frais de logement 155
6.3 Le contenu du panier « sécurité » 155
6.3.1 Compte bancaire et compte d'épargne 156
6.3.2 Assurance 156
6.3.3 Prévention des incendies et du monoxyde de carbone 156
6.3.4 Sécurité physique 157
6.4 La tarification du panier « logement et sécurité » 157
6.4.1 Les loyers sur le marché du logement privé et social 157
6.4.1.1 Méthodologie 159
6.4.1.2 Les loyers régionaux pour la location privée et sociale 160
6.4.1.3 Loyer et efficacité énergétique du logement 161
6.4.2 Le calcul des frais de consommation nécessaires 163
6.4.2.1 Le calcul des coûts énergétiques nécessaires 163
6.4.2.2 Le calcul du coût nécessaire de l'eau courante 165
6.4.3 Le calcul des coûts nécessaires pour l'entretien et les réparations 165
6.4.4 Le calcul des coûts nécessaires pour la sécurité 166
6.5 Le budget de référence pour le logement et la sécurité 166
6.6 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ? 168
6.7 Conclusion 169
Références 171
Annexe 174

7 LE BUDGET POUR LE REPOS ET LA DÉTENTE 175

Leen Van Thielen et Bérénice Storms

7.0 Introduction 175
7.1 Le budget « repos nocturne » 175
7.1.1 Le besoin et les conditions d'un bon repos nocturne 175
7.1.1.1 Un sommeil sain 175
7.1.1.2 Le système de couchage 178
7.1.2 Le contenu du panier « repos nocturne » 180
7.1.3 Le calcul du prix du panier « repos nocturne » 181
7.2 Le budget « loisirs et détente » 182
7.2.1 Besoin et conditions de loisirs et de détente 182

7.2.2 Le contenu du panier « détente » 186
7.2.2.1 Vacances à l'intérieur du pays 186
7.2.2.2 Participation à des activités de loisirs (non) organisées 187
7.2.2.3 Détente à domicile 188
7.2.3 Le prix du panier « loisirs et détente » 189
7.3 Le budget de référence repos nocturne 191
7.4 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les familles vulnérables ? 194
7.5 Conclusion 196
Références 197

8 LE BUDGET POUR LA MOBILITÉ 203

Marieke Frederickx et Daan Deferm

8.0 Introduction 203
8.1 Le besoin de mobilité pour la participation sociale 203
8.2 Politique de mobilité et accessibilité 205
8.3 Le contenu du panier de mobilité 207
8.3.1 À pied 207
8.3.2 Vélo 208
8.3.3 Transports publics 209
8.3.4 Voiture 210
8.3.5 Permis de conduire 211
8.4 Les prix du panier de mobilité 211
8.4.1 À pied 211
8.4.2 Vélo 212
8.4.3 Transports publics 212
8.4.4 Voiture partagée 212
8.4.5 Véhicule personnel 213
8.4.6 Permis de conduire 214
8.5 Le budget de référence pour la mobilité 214
8.6 Les hypothèses sous-jacentes : dans quelle mesure sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ? 217
8.7 Conclusion 219
Références 221

9 LE BUDGET POUR UNE ENFANCE EN SÉCURITÉ 225

Leen van Thielen, Bérénice Storms, Tess Penne, Ilse Cornelis et Marieke Frederickx

9.0 Introduction 225
9.1 L'importance d'une enfance en sécurité 226
9.1.1 Amour, amitié et sécurité affective 227
9.1.2 Acquérir de nouvelles expériences 228
9.1.2.1 Informations 228
9.1.2.2 Éducation 228

9.1.2.3 Jeux, repos et culture 229
9.1.3 Être reconnu et encouragé 229
9.1.3.1 Être reconnu 230
9.1.3.2 Être encouragé 230
9.1.4 Élargissement progressif des responsabilités 230
9.1.4.1 Capacités croissantes de l'enfant 231
9.2 Le contenu du panier « enfance en sécurité » 232
9.2.1 Amour, amitié et sécurité affective 232
9.2.1.1 Activité sportive en famille 233
9.2.1.2 Excursion en famille 233
9.2.1.3 Fête d'anniversaire à la maison 233
9.2.1.4 Smartphone 234
9.2.2 Acquérir de nouvelles expériences 234
9.2.2.1 Abonnement à la bibliothèque 234
9.2.2.2 Participation à des activités de loisirs organisées ou non organisées 235
9.2.2.3 Jouets à offrir lors d'une occasion spéciale 235
9.2.2.4 Participation à des activités culturelles 235
9.2.2.5 Frais de scolarité et de garde 235
9.2.3 Être reconnu et encouragé 236
9.2.3.1 Sortie restaurant/repas à emporter 237
9.2.4 Élargissement progressif des responsabilités 237
9.3 La tarification du panier « enfance en sécurité » 238
9.3.1 Amour, amitié et sécurité affective 239
9.3.1.1 Excursion en famille 239
9.3.1.2 Fête d'anniversaire à la maison 239
9.3.1.3 Smartphone 239
9.3.2 Acquérir de nouvelles expériences 240
9.3.2.1 Abonnement à la bibliothèque 240
9.3.2.2 Participation à des activités de loisirs organisées ou non organisées 240
9.3.2.3 Jouets à offrir lors d'une occasion spéciale 240
9.3.2.4 Participation à des activités culturelles 241
9.3.2.5 Coûts d'enseignement 241
9.3.2.6 Frais de garde d'enfants 244
9.3.3 Être reconnu et encouragé 246
9.3.3.1 Élargissement progressif des responsabilités 246
9.4 Le budget de référence pour une enfance en sécurité 246
9.5 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ? 247
9.6 Conclusion 250
Références 251

10 LE BUDGET POUR LE MAINTIEN DES RELATIONS 255

Bérénice Storms, Leen Van Thielen, Heleen Delanghe et Daan Deferm

10.1 Importance des relations sociales significatives 255
10.2 Le contenu du panier « maintien des relations » 257
10.2.1 Visites de la famille et des amis 258
10.2.2 Fêtes 259
10.2.3 Cadeaux et cartes de vœux 260
10.2.4 Sortie restaurant/repas à emporter 262
10.2.5 Confort domestique 263
10.2.6 Communication numérique 264
10.2.6.1 L'importance de l'Internet et des médias numériques pour la participation sociale 264
10.2.6.2 Le smartphone, un outil de communication essentiel 265
10.2.6.3 Rôle d'une tablette et capacités d'impression 265
10.2.7 Activités entre collègues 267
10.2.8 Obligations civiques 267
10.3 Le calcul du prix du panier maintien des relations 268
10.4 Le budget de référence pour le maintien des relations 271
10.5 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les familles économiquement vulnérables ? 272
10.6 Conclusion 274
Références 274

11. LE BUDGET TOTAL 279

Bérénice Storms et Tim Goedemé

11.0 Introduction 279
11.1 Le budget total 280
11.2 Le coût pour les adultes et les enfants 285
11.3 Utilisation des budgets de référence dans l'aide sociale 288
11.4 Les budgets de référence comme indicateur politique : une comparaison avec le seuil de pauvreté européen 291
11.5 Conclusion 296
Références 297

ANNEXE 1: EXPERTS CONSULTÉS 299

ANNEXE 2: CONTRIBUTEURS À CET OUVRAGE 303

1. INTRODUCTION

Bérénice Storms et Tim Goedemé

Il y a plus de quinze ans, des budgets de référence ont été élaborés pour la première fois en Belgique : il s'agit d'une méthode permettant de calculer de manière scientifique et transparente le revenu minimal dont les ménages doivent disposer pour mener une existence digne. Ce qui a commencé comme un projet pionnier en Flandre est devenu une approche solidement ancrée, appliquée aujourd'hui dans toute la Belgique et qui trouve un écho au niveau international.

Cet ouvrage présente la dernière révision des budgets de référence belges, sur la base des prix de mai 2024. Il rassemble les fondements théoriques et méthodologiques, explique la composition et le coût des différents « paniers » et montre comment les résultats peuvent être utilisés dans la recherche, la politique et l'aide sociale. L'accent est mis sur la transparence, la reproductibilité et la pertinence sociétale.

À travers cette publication, nous souhaitons non seulement présenter les budgets de référence belges, mais aussi alimenter le débat plus large sur les besoins en matière de revenus et la protection sociale. L'ouvrage s'adresse aux chercheurs, aux décideurs politiques, aux travailleurs sociaux et à toutes celles et ceux qui s'engagent en faveur du droit à une existence digne.

1.0 Pourquoi des budgets de référence ?

Une existence digne suppose que chacun dispose de moyens suffisants pour satisfaire ses besoins fondamentaux et participer pleinement à la vie en société. Les budgets de référence pour une participation à part pleine et entière à la société concrétisent cette norme en définissant clairement les biens et services minimaux nécessaires à cet effet, ainsi que leur coût. Pour ce faire, nous utilisons les meilleures informations disponibles.

Les budgets de référence belges servent de référence normative pour des applications dans la recherche, la politique et l'aide sociale. Dans le domaine de la recherche, ils offrent une alternative adaptée aux besoins par rapport aux seuils de pauvreté purement relatifs et permettent d'analyser les effets combinés des politiques en matière de revenus et de dépenses. Sur le plan des politiques, ils servent de référence pour évaluer l'adéquation des salaires, des prestations sociales et de la protection sociale. Ils documentent également l'accessibilité des biens et services publics ou subventionnés essentiels. Au niveau de l'aide sociale, ils aident à évaluer les besoins financiers des

ménages et à élaborer des parcours sur mesure. Ils sont notamment sollicités par de nombreux CPAS, dans le cadre de l'aide au désendettement et par de nombreux autres services et organisations, tels que les collaborateurs des services aux étudiants des hautes écoles et des universités.

Les budgets de référence sont donc bien plus qu'un simple outil de calcul technique. Ils constituent un outil éthique et politiquement pertinent qui permet de traduire les droits de l'homme en politiques concrètes. Grâce à leur solide ancrage scientifique et à leur structure transparente, ils contribuent à un débat plus juste et plus cohérent sur les besoins en matière de revenus, tant au niveau micro qu'au niveau macro.

1.1 La nécessité d'une actualisation

Les premiers budgets de référence en Belgique ont été élaborés en 2008 pour la Flandre et décrits en détail dans *Wat heeft een gezin minimaal nodig ? Een budgetstandaard voor Vlaanderen* (Storms & Van den Bosch, 2009). Depuis lors, le contexte institutionnel, sociétal et économique a profondément changé. La numérisation, l'évolution des modes de consommation, les nouvelles formes de ménages et l'attention croissante portée à la durabilité ont modifié au fil des ans les attentes de la société quant à ce qui est « au minimum nécessaire ».

Les budgets de référence ne sont donc pas un instrument statique. Une révision périodique est essentielle pour préserver leur pertinence et continuer à refléter correctement le revenu minimal nécessaire pour mener une vie digne. Une telle mise à jour ne se limite pas à l'ajustement des prix : la composition des paniers doit également être revue en profondeur à intervalles réguliers afin de refléter les normes sociétales actuelles et les conditions de vie réelles. Ce qui était considéré comme nécessaire en 2008, par exemple un appareil photo, peut être obsolète aujourd'hui, tandis que de nouveaux besoins, tels qu'un accès suffisant aux moyens de communication numériques, sont désormais indispensables.

L'actualisation des budgets de référence s'effectue selon un cycle fixe de cinq à six ans, au cours duquel la composition complète des paniers est revue. Les actualisations précédentes ont eu lieu en 2013 et 2018. Chaque cycle comprend un examen critique des hypothèses et de la composition, en tenant compte de l'évolution des normes sociétales, des nouvelles connaissances scientifiques et des conditions de vie actuelles. Les résultats présentés dans ce livre s'appuient sur la révision de 2024. Tous les montants qui y sont mentionnés se réfèrent aux prix établis en mai 2024 et ont été calculés pour les trois régions belges (Flandre, Wallonie et Bruxelles).

Aux fins de leur utilisation dans la recherche, la politique et l'aide sociale, les prix sont actualisés deux fois par an sur la base des indices désagrégés de l'indice national des prix à la consommation. Afin de garantir l'exactitude et de rester proche des prix actuels du marché, tous les produits et services sont réévalués tous les deux ans et demi sur la base d'une enquête sur les prix réalisée en interne.

1.2 L'approche des budgets de référence belges

Les budgets de référence présentés dans cet ouvrage ne constituent pas une directive pour la consommation ou l'épargne individuelle, mais un critère permettant de déterminer le revenu minimal nécessaire pour vivre dans la dignité. Conçus pour être utilisés dans le cadre de la politique, de la recherche et de l'aide sociale, ils reposent sur des hypothèses claires et transparentes.

Ces hypothèses sont exigeantes. Pour pouvoir vivre dignement avec un revenu correspondant aux budgets de référence, il est supposé que les personnes sont bien informées sur le minimum nécessaire, qu'elles savent où et comment obtenir des produits et services de qualité au meilleur prix, qu'elles gèrent leur budget avec soin et discipline, qu'elles ne commettent pas d'erreurs inutiles lors de leurs achats et qu'elles prennent soin de leurs biens (gaspillage et usure minimaux). Nous partons également du principe que tous les membres du ménage sont en bonne santé et que les biens et services publics sont suffisamment accessibles.[1] (Bouverne-De Bie, 2004 ; Hubeau & Parmentier, 1991 ; Roose, 2003 ; Sels, Goubin, Meulemans et Sannen, 2008). Dans la pratique, c'est rarement le cas, surtout pour les personnes en situation de pauvreté. La pauvreté est un facteur de mauvaise santé (Mackenbach *et al.*, 2008 ; Marmot, 2005 ; OCDE, 2023 ; Nations unies, 2023) et affecte la capacité à planifier à long terme (Mullainathan & Shafir, 2013) ou à faire ses achats dans des magasins moins chers (Davies & Evans, 2023). Lorsque ces hypothèses ne sont pas remplies, le revenu nécessaire est souvent supérieur aux budgets de référence. La faisabilité et l'acceptabilité des budgets ont été évaluées lors de discussions au sein de groupes de réflexion organisés en 2013, 2018 et 2024. Nous discutons des résultats de ces discussions dans chaque chapitre. Il en ressort que ces budgets constituent un seuil minimal pour une existence digne et que, dans la situation concrète des personnes à faibles revenus, des moyens supplémentaires sont souvent nécessaires pour leur permettre de mener une existence digne.

1 Pour être complets, nous mentionnons également ici la question de l'accessibilité financière. L'objectif des budgets de référence est de déterminer le revenu minimal dont les personnes ont besoin pour pouvoir se procurer les biens et services essentiels. L'accessibilité financière devrait donc être garantie par un budget équivalant aux budgets de référence.

Dans la pratique de l'aide sociale, cela signifie que les budgets calculés doivent être adaptés à la situation spécifique du ménage. À cette fin, des instruments supplémentaires ont été développés afin que cette adaptation puisse se faire de manière transparente et fondée.

Les budgets de référence belges se caractérisent par leur caractère normatif, leur ancrage dans un cadre théorique solide, leur spécification complète et leur élaboration selon une approche « *mixed-method* ». Ils ne sont pas basés sur des modèles de dépenses réels, mais sur le minimum nécessaire pour participer pleinement à la société. Le fondement théorique s'inspire de différentes approches des besoins humains, avec la *Theory of Human Need* (Doyal & Gough, 1991) comme référence centrale.

La spécification complète signifie que les budgets sont constitués de listes concrètes de biens et de services, dont chaque prix est fixé séparément. Les loyers sont déterminés sur la base d'une enquête représentative ; pour tous les autres postes, une enquête de prix spécifique est réalisée. Cette structure détaillée rend les budgets transparents, facilement adaptables à diverses situations de vie et utilisables pour l'aide financière et l'éducation.

Lors de l'élaboration des budgets, diverses sources d'information sont combinées : normes et directives légales, littérature scientifique, connaissances d'experts, données empiriques et conclusions des groupes de réflexion. Ce faisant, la priorité est toujours donnée à l'utilisation des informations les plus fiables disponibles, et nous nous laissons guider par le moyen le plus efficace et le plus efficient de répondre aux besoins afin de fixer un seuil minimal fiable et valable.

1.3 De nombreux progrès ont été réalisés depuis l'élaboration des premiers budgets de référence en 2008

Dans la conclusion de l'ouvrage *Wat heeft een gezin minimaal nodig ?* (Storms & Van den Bosch, 2009), plusieurs défis pour l'avenir avaient été formulés : extension à la Wallonie et à Bruxelles, élaboration de budgets de référence pour un éventail plus large de types de ménages, élaboration de budgets de référence comparables pour tous les pays de l'Union européenne, adaptation des budgets de référence au fil du temps et prise en compte de la durabilité écologique.

Depuis lors, des progrès considérables ont été réalisés dans bon nombre de ces domaines. L'extension à la Wallonie et à Bruxelles, ainsi qu'à d'autres types de ménages et aux personnes souffrant de problèmes de santé, a été réalisée en 2010 (Van Thielen *et al*., 2010). Bien que ces extensions ne soient pas toutes abordées en détail dans cet

ouvrage, les budgets pour Bruxelles, la Wallonie, les personnes âgées, les étudiants et les bébés font désormais partie des ménages de référence fixes pour lesquels nous calculons des budgets de référence. La distinction entre personnes avec emploi et sans emploi est également prise en compte dans le présent ouvrage, même si elle reste susceptible d'être affinée sur le plan méthodologique. La publication de 2010 a, en outre, introduit les premiers budgets de référence pour les personnes malades. Plus récemment, cette initiative a été complétée par l'élaboration de budgets pour les ménages avec enfants handicapés en Flandre (Gijbels *et al*., 2024). Néanmoins, des efforts supplémentaires sont nécessaires pour ancrer structurellement ces budgets spécifiques dans une actualisation régulière pour toutes les régions. C'est pourquoi nous ne traitons pas dans cet ouvrage des coûts supplémentaires auxquels sont confrontées les personnes atteintes d'une maladie (chronique), d'un handicap ou d'autres affections.

La méthode belge a rencontré un écho international après une évaluation par les pairs de la Commission européenne (Vranken, 2010). Il en a résulté deux projets européens visant à étudier le développement d'une méthodologie commune (Goedemé, Storms, Penne *et al*., 2015 ; Goedemé, Storms, Stockman *et al*., 2015). Cette coopération internationale a finalement abouti à la création de la « EU Platform on Reference Budgets » en 2018. Depuis lors, nous avons continué à collaborer avec le Joint Research Centrum de la Commission européenne à l'élaboration de budgets de référence comparables pour l'Union européenne (Menyhért *et al.*, 2021). Bien que nous soyons encore loin de disposer de budgets de référence complets et comparables entre les pays, des progrès importants ont donc été réalisés dans ce domaine au cours des quinze dernières années. La comparabilité dans le temps est également une priorité à laquelle le Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier s'attelle activement. Nous prévoyons des progrès importants à court terme dans ce domaine.

Dans la conclusion de leur ouvrage publié en 2009, Van den Bosch, Van Mechelen et Storms écrivaient que « le standard budgétaire devra tenir compte de la dimension écologique. On pourrait avancer qu'une vie digne implique également de ne pas compromettre inutilement les conditions d'existence d'autres personnes, aujourd'hui et à l'avenir. Cela signifie qu'il faut ajouter un troisième élément aux besoins fondamentaux universels que sont la santé et l'autonomie : la "durabilité" ». Quinze ans plus tard, cette dimension n'est toujours pas intégrée de manière structurelle dans les budgets de référence en Belgique. Une première étape a été franchie dans le cadre du projet Horizon 2020 EuSocialCit (Carillo *et al*., 2023 ; Storms *et al.,* 2023), qui a élaboré des budgets alimentaires durables pour la Belgique, la Finlande, la Hongrie et l'Espagne sur la base des lignes directrices EAT-Lancet (Willett *et al*., 2019) et des recommandations nutritionnelles nationales. Ces paniers allient valeur nutritionnelle et respect de l'environnement, et ont démontré que la durabilité peut souvent être intégrée dans les contenus à un coût raisonnable. Toutefois, l'intégration d'autres critères de durabilité à l'échelle des prix nécessite une évaluation plus approfondie au niveau national. Bien que nous tenions

compte de considérations écologiques pour l'actualisation des budgets de référence en 2024 dans certains paniers (sans que cela ait un impact substantiel sur le revenu requis), il ne s'agit pas encore d'un critère structurel pour l'évaluation de la composition des budgets de référence. Nous nous efforcerons de poursuivre dans cette voie au cours des prochaines années.

Outre l'amélioration et le développement des budgets de référence eux-mêmes, ces quinze dernières années ont également permis d'acquérir une grande expertise dans l'utilisation des budgets de référence dans le cadre de l'aide sociale, de la recherche et de la politique. Nous avons développé toute une série d'outils qui permettent de mettre les budgets de référence en application dans l'aide sociale. Ces outils sont de plus en plus utilisés. Ainsi, depuis 2015, les CPAS utilisent l'outil REDI (budgets de REférénce pour une vie DIgne). Cet outil en ligne aide les CPAS à remplir leur mission légale qui consiste à établir un diagnostic précis des besoins financiers, dans le but de garantir une existence digne (Frederickx, Storms et Cornelis, 2022). Avant la mise en place de REDI, les travailleurs sociaux devaient souvent se fier à leur intuition ou à des informations fragmentaires, ce qui entraînait des différences importantes dans les évaluations entre les CPAS et au sein même de ceux-ci. Aujourd'hui, REDI offre un cadre fiable et objectif. L'outil est désormais utilisé par 189 CPAS belges, qui ont accès, via une licence, à une plateforme sécurisée permettant de comparer les revenus des demandeurs d'aide avec des budgets de référence actualisés, adaptés à leur situation spécifique. En outre, REDI génère des données précieuses qui contribuent non seulement à affiner les budgets de référence, mais aussi à élaborer une politique de lutte contre la pauvreté mieux fondée à tous les niveaux de pouvoir.

Outre les CPAS, de nombreuses autres organisations sociales doivent régulièrement évaluer les besoins financiers des ménages afin de leur fournir certains services. À cette fin, le centre d'expertise a étendu l'outil REDI à d'autres groupes cibles. Ainsi, certains services aux étudiants d'universités et de hautes écoles (STUVO) utilisent un outil similaire pour évaluer le degré de précarité financière des étudiants et de leurs familles dans le cadre de l'octroi d'une aide financière. Pour le secteur de l'aide au désendettement, le Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier travaille actuellement en sécurité à l'amélioration de l'un outil MELISA (MEnswaardig LEven In SchuldAfbouw, « Une vie digne dans le désendettement ») destiné aux conseillers budgétaires et aux conseillers en désendettement, aux médiateurs (avocats) en matière de dettes, aux huissiers de justice et aux juges du travail. Un calculateur de budget, facile d'utilisation, a également été développé pour le grand public.

Les budgets de référence sont également de plus en plus utilisés comme base scientifique pour les indicateurs qui mesurent l'impact combiné des politiques en matière de revenus et de dépenses. Ils révèlent si les mesures de politique sociale permettent réellement aux ménages de disposer de ressources suffisantes pour mener une vie digne.

Ainsi, Penne, Cornelis et Storms (2020) ont montré que les budgets sur le référence peuvent servir d'indicateurs politiques pour évaluer l'adéquation des systèmes de revenu minimal au sein de l'Union européenne. Penne, Hufkens, Goedemé et Storms (2020) ont examiné dans quelle mesure les États-providence compensent le coût des enfants via les impôts, les prestations sociales et les services publics. Vanhille, Goedemé, Penne, Van Thielen & Storms (2018) ont appliqué la méthode à l'accessibilité financière de l'eau et ont souligné la valeur ajoutée d'une approche axée sur les besoins. Des analyses récentes de Frederickx, Delanghe, Penne et Storms (2025) confirment pour la Belgique que les budgets de référence constituent un indicateur solide pour évaluer l'adéquation de la protection du revenu minimal. Dans ce contexte, Storms (2024) a montré qu'une augmentation du revenu d'intégration pour les ménages avec enfants reste insuffisante lorsque les allocations familiales ne couvrent pas suffisamment les coûts réels liés aux enfants. Les budgets de référence contribuent ainsi à une compréhension globale de la protection sociale, dans laquelle les droits en matière de revenus et de dépenses sont garantis de manière cohérente.

Enfin, les budgets de référence fournissent des informations indispensables tant pour l'analyse *ex ante* des politiques (quel est l'impact attendu d'une mesure sur le pouvoir d'achat des ménages vulnérables ?) que pour le suivi *ex post* (la mesure a-t-elle eu un effet ?) et permettent d'identifier plus précisément les groupes cibles qui sont laissés pour compte ou insuffisamment protégés sur le plan social (Frederickx *et al*., à paraître). Ils sont ainsi devenus un outil essentiel tant pour la recherche fondamentale en sciences sociales que pour la conception, l'évaluation et le perfectionnement des politiques sociales.

1.4 Construire l'avenir

Malgré les progrès considérables réalisés, il reste encore beaucoup à faire. Comme indiqué précédemment, la prise en compte des limites planétaires à la consommation (l'aspect durabilité) en fait partie. Mais il existe encore d'autres dimensions sur lesquelles nous continuerons à nous concentrer dans les années à venir.

1° Amélioration logicielle. L'un des premiers grands chantiers consiste à renforcer la robustesse du système de gestion des budgets de référence. Ces budgets sont basés sur une liste de plus de mille produits et services pour lesquels la qualité, le prix et la durée de vie ou la fréquence d'utilisation doivent être spécifiés. Il faut ensuite spécifier la quantité nécessaire de chaque article dans les différentes situations familiales et les éventuelles variations entre les régions. Les quantités et les prix peuvent varier dans le temps et entre les régions. Pour l'heure, ces données sont gérées dans des dizaines de fichiers Excel, ce qui nécessite un contrôle très important. Afin de réduire le risque d'erreurs, nous développons actuellement une nouvelle suite logicielle spécialement conçue

pour l'établissement et la gestion des budgets de référence. Cette nouvelle version simplifiera également la recherche de budgets de référence et offrira une plus grande flexibilité pour ajouter de nouveaux ménages types et de nouvelles situations familiales. Le logiciel utilisé par les CPAS pour l'outil REDI a été entièrement remanié ces dernières années. Combiné au nouveau système de gestion, il permettra également de rendre les autres outils plus robustes, plus faciles d'utilisation et plus professionnels. Nous y travaillons déjà activement. Nous espérons ainsi pouvoir améliorer encore les services offerts aux nombreux utilisateurs des budgets de référence dans les années à venir.

2° De meilleures données et méthodes. Pour établir les budgets de référence, nous nous efforçons toujours d'utiliser les meilleures données disponibles afin de déterminer quels biens et services sont essentiels et combien ils coûtent aux ménages. Ces dernières années, des progrès importants ont été réalisés dans les mises à jour des prix, grâce à une collaboration avec le SPF Économie. Il reste toutefois de nombreuses autres possibilités pour renforcer la robustesse des budgets de référence et améliorer leur reproductibilité et leur comparabilité dans le temps. Nous pensons, par exemple, au rôle des discussions en groupes de réflexion, à l'enquête sur les prix que nous menons et à l'amélioration de l'estimation des coûts de logement. Par ailleurs, nous continuons à nous engager au niveau européen pour améliorer la qualité des budgets de référence dans les pays partenaires, notamment par l'échange de connaissances et l'amélioration des informations et des outils afin d'accroître la comparabilité entre les pays.

3° Une extension des situations de vie. Les budgets de référence présentés dans cet ouvrage ont été établis sur la base d'hypothèses exigeantes concernant les informations, le temps et les compétences dont disposent les ménages. Nous partons en outre du principe que les personnes sont en bonne santé. Il demeure essentiel de continuer à élargir les budgets de référence à des situations dans lesquelles ces conditions ne sont pas remplies. Le nombre de ménages types a déjà été considérablement élargi, mais nous pourrions également accorder une attention supplémentaire à différentes phases de la vie. Par exemple en tenant compte du surcoût lié à un déménagement, à un divorce, à un mariage, à une naissance ou à un décès.

4° Instruments politiques et recherche. Bien que les budgets de référence belges aient été initialement élaborés en vue d'être utilisés dans le domaine de l'aide sociale, ils constituent également un instrument important pour la politique et la recherche. Dans ce contexte, nous avons convenu d'évaluer chaque année, en collaboration avec le SPF Sécurité sociale, l'efficacité des prestations minimales. Dans le dernier chapitre, nous montrons également comment les budgets de référence peuvent fournir des informations contextuelles importantes pour les mesures traditionnelles des niveaux de pauvreté. Ils pourraient également être utilisés comme seuil de pauvreté, même si cela reste à ce jour un chantier ouvert qui nécessite des recherches supplémentaires (Marchal *et al*., 2022 ; Penne *et al*., 2016). L'élaboration d'autres indicateurs politiques et l'utilisation

des budgets de référence pour évaluer l'accessibilité financière et physique des biens et services publics demeurent également des points importants à prendre en considération. Enfin, il convient d'approfondir les recherches sur la manière dont les outils basés sur les budgets de référence sont utilisés dans la pratique et sur leurs effets en termes de qualité de l'aide sociale et de réduction de la pauvreté et de l'exclusion sociale. Les données générées par les différents outils constituent à cet égard une nouvelle source d'informations importante, que nous continuerons d'explorer dans les années à venir (*cf*. Frederickx *et al*., à paraître). Toutefois, d'autres formes de recherche seront également nécessaires pour bien comprendre l'impact des outils dans la pratique politique et sociale.

1.5 Structure de l'ouvrage

L'ouvrage s'articule autour des différents « besoins intermédiaires » qui doivent être satisfaits pour pouvoir vivre dans la dignité. Pour chacun de ces besoins, nous élaborons un budget correspondant, sur la base d'un panier concret de biens et de services. Avant d'aborder le contenu des budgets de référence, nous développerons dans le chapitre suivant le cadre théorique et la méthode utilisée.

Nous nous pencherons ensuite sur chacun des budgets en détail : le budget pour l'alimentation et l'activité physique (chapitre 3) ; pour l'habillement (chapitre 4) ; pour la santé et les soins personnels (chapitre 5) ; pour le logement et la sécurité (chapitre 6) ; pour le repos et la détente (chapitre 7) ; pour la mobilité (chapitre 8) ; pour une enfance en sécurité (chapitre 9) ; et pour des relations sociales enrichissantes (chapitre 10). Nous examinerons à chaque fois les besoins auxquels le budget doit répondre, nous détaillerons brièvement en quoi il est important de bien satisfaire les besoins visés afin de pouvoir participer pleinement à la société, puis nous approfondirons le « contenu » du panier de biens et services qui peuvent être achetés avec le budget. La composition de chaque panier s'appuie autant que possible sur la littérature scientifique disponible et les normes sociales telles qu'elles sont exprimées dans les documents juridiques, les recherches scientifiques et les discussions au sein des groupes de réflexion. Le contenu exact des paniers est illustratif, mais il fournit une base pour calculer le budget total de ce panier. Nous expliquons d'abord comment nous avons fixé le prix de chaque article, avant de présenter le coût total du panier spécifique et les variations selon les régions, les ménages types et les conditions de vie. À la fin de chaque chapitre, nous examinons la faisabilité et l'acceptabilité du budget calculé pour la satisfaction effective des besoins identifiés. Cette discussion est basée sur trois cycles d'entretiens avec des groupes de réflexion (en 2013, 2018 et 2024). Ce dernier point est important, car cela montre que, dans de nombreuses circonstances, le budget de référence est très serré ou insuffisant pour mener une vie digne : en réalité, les hypothèses que nous posons pour les ménages types pour lesquels nous calculons les budgets de référence ne sont pas souvent respectées.

Dans le dernier chapitre, nous additionnons les budgets calculés et discutons du budget total. Nous abordons brièvement la composition du budget total, ainsi que les variations entre les ménages types, les régions et les conditions de vie. Nous en déduisons le surcoût lié aux membres supplémentaires du ménage, en particulier pour les enfants d'âges différents, et discutons des économies d'échelle au niveau du ménage. Nous examinons ensuite plus en détail les points forts et les problèmes liés à l'utilisation des budgets de référence dans l'aide sociale et comme indicateur politique. Les budgets de référence sont en effet avant tout destinés à être utilisés dans la pratique.

Références

Bouverne-De Bie, M. (2004). *Sociale Agogiek*. Gent : Academia Press.

Carrillo-Alvarez, E., Muñoz Martínez, J., Cussó-Parcerisas, I., Cornelis, I., Delanghe, H., Frederickx, M., Penne, T., & Storms, B., (2023), *Towards Cross-Country Comparable Reference Budgets in Europe. A Methodological Note on the Development of Food Baskets. GROW* (Blanquerna Universitat Ramon Llull, Barcelona), Centre of Expertise Budget and Financial Well-Being (Thomas More, Geel).

Cornelis, I., Dingemans, M., Frederickx, M., Peeters, N., & Storms, B. (2023). *Met REMI naar gelijkwaardige financiële hulpverlening. Referentiebudgetten voor maatschappelijke participatie in de OCMW-praktijk*. Uitgeverij Politeia.

Davies & Evans (2023) *The Poverty Premium in 2022–Progress & Problems, Personal Finance.* Research Centre, University of Bristol.

Doyal, L., & Gough, I. (1991). *A Theory of Human Need*. Macmillan.

Expertisecentrum voor Budget en Financieel Welzijn. (2025). *Producten*. Geel : Thomas More.

Frederickx, M., Goedemé, T., & Storms, B. (à paraître). Woonlasten en menswaardig inkomen : De bijdrage van sociaal woonbeleid als hefboom voor structurele armoedebestrijding. In J. Coene *et al.* (Red.), *Jaarboek Armoede en Ongelijkheid 2025*. Acco.

Frederickx, M., Storms, B., & Cornelis, I. (2022). Implementing the right to a decent living standard in Belgium : The use of the REDI tool. *Journal of Social Intervention : Theory and Practice*, 31, 3, pp. 21-36.

Gijbels, E., Vinck, J., & Van Lancker, W. (2024). Op inkomens gebaseerde armoede-indicatoren in context geplaatst : de kosten van kinderen met een handicap. In J. Coene, H. Degerickx, C. Dewilde, T. Ghys, B. Hubeau, S. Marchal, R. Remmen, & W. Vandenhole (Red.), Armoede en Ongelijkheid. Jaarboek 2024 (pp. 329-345). Acco.

Goedemé, T., Storms, B., Penne, T., & Van den Bosch, K. (Red.). (2015). *The development of a methodology for comparable reference budgets in Europe—Final report of the pilot project*. European Commission. https ://doi.org/10.2767/096631

Goedemé, T., Storms, B., Stockman, S., Penne, T., & Van den Bosch, K. (2015). Towards cross-country comparable reference budgets in Europe : First results of a concerted effort. *European Journal of Social Security* (EJSS), *17*(1), 3-31. http ://www.jurisquare.be/en/journal/ejss/17-1/towards-cross-country-comparable-reference-budgets-in-europe-first-results-of-a-concerted-effort/

Hubeau, B., & Parmentier, S. (1991). Preadvies rechtshulp. In I. C. v. d. Armoedebestrijding (Ed.). *Aanbevelingen voor het armoedebestrijdingsbeleid 1990-1991. Derde verslag (*pp. 57-91). Brussel : Kabinet van de staatssecretaris voor maatschappelijke emancipatie.

Mackenbach, J. P., Stirbu, I., Roskam, A. J. R., Schaap, M. M., Menvielle, G., Leinsalu, M., & Kunst, A. E. (2008). Socioeconomic inequalities in health in 22 European countries*. New England Journal of Medicine*, *358*(23), 2468-2481. https ://doi.org/10.1056/nejmsa0707519

Marchal, S., Storms, B., Cantillon, B., Delanghe, H., Frederickx, M., Lemmens, A., Neelen, W., & Penne, T. (2022). *Onderzoek naar de haalbaarheid van het ontwikkelen en het gebruik van een bijkomende indicator om armoede te monitoren op Vlaams niveau*. Leuven : Steunpunt Welzijn, Volksgezondheid en Gezin.

Marmot, M. (2005). Social determinants of health inequalities. *Lancet*, 365 : 1099–104.

Menyhért, B., Cseres-Gergely, Zs., Kvedaras, V., Mina, B., Pericoli, F., & Zec, S. (2021). *Measuring and Monitoring Absolute Poverty (ABSPO) – Final Report, EUR 30924 EN*, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2021, ISBN 978-92-76-45227-0, doi :10.2760/787821, JRC127444.

Mullainathan, S., & Shafir, E. (2013). *Scarcity : Why having too little means so much.* Macmillan.

OECD & European Commission. (2023). *Belgium : Country Health Profile 2023*. OECD Publishing, Paris.

Penne, T., Cornelis, I., & Storms, B. (2020). All we need is…. *Social Indicators Research*, *147*(3), 991-1013. https ://doi.org/10.1007/s11205-019-02181-1

Penne, T., Cussó Parcerisas, I., Mäkinen, L., Storms, B., & Goedemé, T. (2016). Can reference budgets be used as a poverty line ? *ImPRovE Woeking Paper No 16/05*. Antwerp : Herman Deleeck Centre for Social Policy, University of Antwerp.

Penne, T., Hufkens, T., Goedemé, T., & Storms, B. (2020). To what extent do welfare states compensate for the cost of children ? The joint impact of taxes, benefits and public goods and services. *Journal of European Social Policy*, *30*(1), 79-94. https ://doi.org/10.1177/0958928719868458

Roose, R. (2003). *Participatief werken in de jeugdhulpverlening*. Gent : Academia Press.

Sels, P., Goubin, E., Meulemans, D., & Sannen, L. (2008). *Het sociaal huis. Werken aan een toegankelijke hulpverlening.* Brussel : Politea.

Storms, B. (2024). Koopkrachtevolutie gezinnen met studerende kinderen 2020-2023. Geel : Thomas More, Expertisecentrum Budget en Financieel Welzijn.

Storms, B., & Van den Bosch, K. (Red.). (2009). *Wat heeft een gezin minimaal nodig ? Een budgetstandaard voor Vlaanderen*. Acco.

Storms, B., Cornelis, I., Delanghe, H., Frederickx, M., Penne, T., Carrillo-Alvarez, E., Cussó-Parcerisas, I., Bernát, A., Mäkinen, L., Muñoz Martínez, J., & Szivos, P. (2023). *How can reference budgets contribute to the construction of social indicators to assess the adequacy of minimum income and the affordability of necessary goods and services* ? EuSocialCit Working Paper, January 2023. Doi : 10.5281/zenodo.7629202.

United Nations. (2023). World social report 2023 : Leaving no one behind in an ageing world. UN : Department of Economic and Social Affairs.

Van Kalmthout, R., & Verhue, D. (2012). Publieksmonitor Wijzer in geldzaken : Meting najaar 2012 [Rapport]. Wijzer in geldzaken. https ://www.wijzeringeldzaken.nl/bibliotheek-/media/pdf/rapportage-publieksmonitor-wijzer-in-geldzaken-najaar-2012.pdf

Van Thielen, L., Deflandre, D., Baldewijns, K., Boeckx, H., Leysens, G., Storms, B., Casman, M.-T., & Van den Bosch, K. (2010). *Minibudget. Quel est le revenu nécessaire pour une vie digne en Belgique? Recherche financée par Politique scientifique fédérale. Geel; Katholieke Hogschool Kempen; Université de Liège: Panel-Institut des Sciences Humainers et Sociales*

Vanhille, J., Goedemé, T., Penne, T., Van Thielen, L., & Storms, B. (2018). Measuring water affordability in developed economies. The added value of a needs-based approach. *Journal of Environmental Management*, 217, 611-620. https ://doi.org/10.1016/j.jenvman.2018.03.106

Vranken, J. (2010). Peer review in social protection and social 2010 : Using reference budgets for drawing up the requirements of a minimum income scheme and assessing adequacy. Synthesis Report. Brussels : European Commission.

Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., DeClerck, F., Wood, A., Jonell, M., Clark, M., Gordon, L. J., Fanzo, J., Hawkes, C., Zurayk, R., Rivera, J. A., De Vries, W., Majele Sibanda, L., … Murray, C. J. L. (2019). Food in the Anthropocene : The EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*, *393*(10170), 447-492. https ://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4

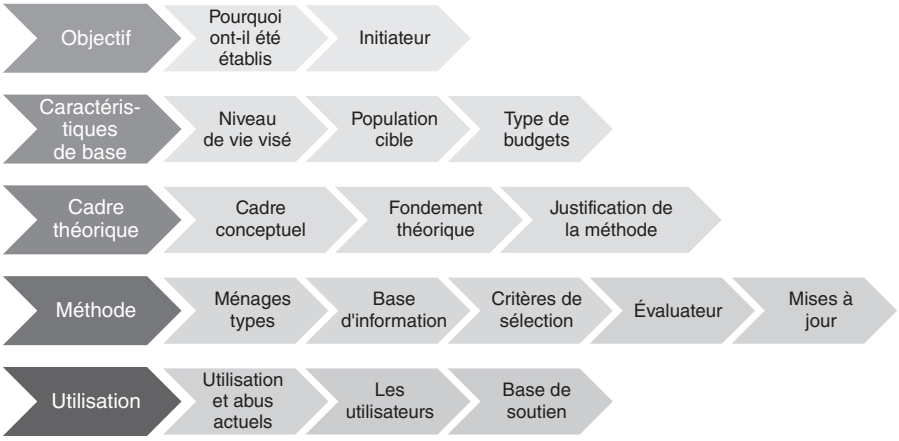
2. CADRE THÉORIQUE ET MÉTHODOLOGIQUE

Bérénice Storms, Tim Goedemé, Leen Van Thielen et Marieke Frederickx

2.0 Introduction

Nous présentons dans cet ouvrage les budgets de référence belges. Les budgets de référence (parfois également appelés « standards budgétaires ») sont des paniers illustratifs et tarifés de biens et services qui reflètent un niveau de vie donné (Bradshaw, 1993, p. 1 ; Goedemé, Storms, Penne *et al.*, 2015, p. 20). Les budgets de référence peuvent être constitués de différentes manières, en fonction de leur objectif et de leur contexte. La figure 1 montre les principales dimensions dans lesquelles les budgets de référence peuvent différer les uns des autres.

***Figure 1** – Les dimensions qui déterminent les budgets de référence*



Source : adaptée de Storms et al. (2014, p. 45) et Goedemé (2020, p. 260)

Dans le chapitre précédent, nous avons expliqué pourquoi nous établissons ces budgets de référence : afin de donner une idée du revenu minimal dont les gens ont besoin pour mener une vie digne et participer pleinement à la société. Ces informations sont précieuses pour l'aide sociale et pour étayer la politique sociale. Dans ce chapitre, nous nous concentrons sur les choix qui ont présidé à l'élaboration des budgets de référence belges.

L'établissement de budgets de référence belges est né à la demande de certains CPAS de Campine et du Limbourg (B. Storms, 2007). Aujourd'hui, ces budgets font partie d'un

programme de recherche à long terme mené par le Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de la Haute École Thomas More. Au cours des vingt dernières années, ce programme est devenu un axe de recherche permanent, financé aujourd'hui en grande partie à travers des applications pratiques. La plus importante d'entre elles est REDI : un outil numérique destiné aux CPAS pour évaluer les besoins financiers et estimer la nécessité d'une aide complémentaire. Les budgets de référence sont donc avant tout élaborés en vue d'applications concrètes dans la pratique sociale.

Dans les sections suivantes, nous examinerons plus en détail les autres dimensions des budgets de référence. Nous justifierons notre approche pour chacun des choix que nous faisons lors de leur élaboration. Nous allons tout d'abord expliquer quelques caractéristiques de base : le niveau de vie visé, la population cible et le type de budgets de référence que nous avons développés. Ensuite, nous apporterons des précisions sur le niveau de vie visé dans un cadre théorique plus large, qui sert de base à l'élaboration plus détaillée des budgets de référence. Dans la partie suivante, nous expliquerons plus en détail les principaux éléments de la méthode choisie. Nous n'approfondirons pas dans ce chapitre l'utilisation et la portée des budgets de référence. Dans le dernier chapitre, nous reviendrons toutefois sur l'utilisation des budgets de référence dans l'aide sociale et comme indicateur politique.

2.1 Caractéristiques de base

2.1.1 Le niveau de vie visé : ce qui est nécessaire pour mener une vie digne

Les budgets de référence belges reflètent un niveau de vie minimal permettant de mener une vie digne. Nous traduisons cela en un revenu net dont les personnes et les ménages doivent disposer au minimum pour pouvoir participer à la société dans le respect de la dignité humaine. Dans cet ouvrage, nous parlerons en abrégé de « participation à part pleine et entière à la société ».

Cette expression peut être interprétée de différentes manières dans le langage courant. Dans le cadre des budgets de référence, nous visons un seuil minimal de participation sociale qui ne porte pas atteinte à la dignité humaine. Dans le cadre conceptuel, nous expliquerons ce que nous entendons par là.

2.1.2 La population cible

Les budgets de référence ont été élaborés pour toutes les personnes et familles vivant dans un ménage privé en Belgique et qui sont en bonne santé. Il existe désormais des

budgets de référence pour presque toutes les tranches d'âge et pour les trois régions de Belgique.

Pour l'élaboration des budgets de référence, nous nous limitons aux « ménages privés ». Les personnes qui séjournent longtemps dans des institutions telles que les hôpitaux, les centres de soins résidentiels ou les prisons ont souvent d'autres besoins et vivent dans un contexte auquel ces budgets ne sont pas, ou seulement partiellement, adaptés.

Par ailleurs, les budgets de référence sont incomplets pour les personnes en mauvaise santé, souffrant d'une affection ou d'un handicap spécifique, ou ayant d'autres besoins fondamentaux spécifiques qui s'écartent considérablement de ce qui est nécessaire pour une personne moyenne dans chaque tranche d'âge. Il est possible d'élaborer des budgets de référence pour des besoins supplémentaires. Par exemple, Van Thielen *et al.* (2010) ont élaboré des budgets de référence pour les personnes atteintes de différentes maladies et affections, et Gijbels *et al.* (2024), pour les ménages avec des enfants handicapés. Un défi important à cet égard est la grande variation des besoins et des coûts, tant entre les maladies que pour une même maladie, en fonction, par exemple, de la gravité ou du stade du handicap. Dans cet ouvrage, nous nous limitons donc aux budgets de référence destinés à des personnes en bonne santé, sans handicap. Lors de l'utilisation des budgets de référence pour d'autres groupes cibles, le surcoût doit toujours être calculé et ajouté au budget de référence.

Les budgets de référence que nous élaborons s'appliquent aussi bien aux personnes vivant en ville qu'à la campagne. Les postes de coût variables les plus importants sont le logement et la mobilité. Là encore, il existe de nombreuses différences entre les zones urbaines et rurales, mais aussi au sein même de ces zones. C'est pourquoi nous travaillons avec des valeurs indicatives. Pour le logement, ces valeurs indicatives sont basées sur le coût médian des loyers privés ou sociaux, et, pour la mobilité, sur les déplacements sans voiture particulière. Parallèlement, nous prévoyons des valeurs indicatives pour la possession et l'utilisation d'une voiture particulière, avec un nombre de kilomètres variable selon la région. Comme il s'agit de valeurs indicatives, elles doivent être remplacées, lors de l'utilisation des budgets de référence dans le cadre de l'aide sociale, par les dépenses réelles adaptées aux besoins liés à la situation spécifique du ménage.

2.1.3 Le type de budget

On peut distinguer au moins quatre types de budgets de référence, classés selon deux dimensions.

1. Leur nature : descriptive ou normative.
2. Leur contenu : entièrement spécifié ou catégoriel.

Des formes hybrides existent également dans la pratique (voir notamment Storms *et al.*, 2014 ; Goedemé, Storms et Van den Bosch, 2015). Les budgets de référence présentés dans cet ouvrage, qui servent de base aux outils que nous développons pour la pratique du travail social, entrent dans la catégorie des budgets de référence normatifs entièrement spécifiés. Cela signifie, premièrement, qu'ils partent d'une analyse des besoins des personnes et non de modèles de dépenses observés. Et ils sont, en outre, entièrement spécifiés : ils consistent en des listes concrètes de biens et de services dont le prix est fixé. Les chapitres suivants expliquent en détail quel modèle de dépenses est possible avec un revenu correspondant aux budgets de référence[2]. Les budgets catégoriels, quant à eux, ne fournissent que des estimations approximatives par catégorie de dépenses, sans les ventiler en produits ou services concrets. Dans ce chapitre, nous allons expliquer brièvement pourquoi nous avons opté pour des budgets de référence normatifs et entièrement spécifiés.

***Figure 2** – Les budgets de référence belges pour la détermination d'un revenu décent : des budgets de référence normatifs et entièrement spécifiés*

	Descriptif	Normatif
Entièrement spécifié		X
Catégoriel		

Les budgets de référence belges constituent une alternative normative et non relativiste aux mesures traditionnelles de la pauvreté, telles que le taux de risque de pauvreté en Europe, qui sont basées sur des seuils de revenu relatifs. Ils reposent sur une estimation fondée des ressources réellement nécessaires pour satisfaire les besoins humains universels (Goedemé *et al.*, 2019a). Les budgets de référence sont également fondamentalement différents des budgets de dépenses descriptifs (Storms *et al.*, 2014). Alors que les budgets de dépenses partent des habitudes de consommation réelles des ménages, telles qu'elles sont enregistrées, par exemple, dans les enquêtes nationales sur le budget des ménages, les budgets de référence partent d'un cadre normatif : ils visent à indiquer ce que les ménages devraient être en mesure de consommer pour participer pleinement à la vie sociale, indépendamment de ce qu'ils consomment réellement. Les budgets de dépenses sont très dépendants des contraintes de revenus et des disparités socio-économiques : ceux qui disposent de ressources insuffisantes sont contraints de consommer moins, ce qui peut donner l'impression que de faibles dépenses suffisent pour mener une vie digne. Les budgets de référence évitent ce problème en se basant sur une consommation minimale nécessaire plutôt que sur des dépenses réelles. Ils permettent ainsi d'éviter que les faibles niveaux de dépenses des groupes vulnérables ne soient considérés à tort comme une norme socialement acceptable. Si les budgets normatifs sont nécessaires

2 Il y a un nombre limité d'exceptions, comme le (petit) budget pour dépenses imprévues dont il est question dans le dernier chapitre.

pour déterminer le revenu minimal dont les gens ont besoin pour vivre dans la dignité, ils suscitent souvent plus de débats que les budgets descriptifs. Ces derniers reflètent en effet des modèles de dépenses mesurés. Nous considérons donc les budgets de référence normatifs davantage comme un moyen de parvenir à un consensus sociétal sur ce que signifie un revenu décent, et non comme le reflet d'un consensus qui existe déjà à ce sujet.

En élaborant des budgets de référence entièrement spécifiés, nous donnons une définition concrète et transparente du niveau de vie nécessaire pour mener une vie digne, tel que garanti par les droits sociaux fondamentaux (voir ci-dessous). Cette transparence renforce le soutien à l'utilisation des budgets de référence, tant dans le domaine de l'aide sociale que dans celui de la politique. En outre, les budgets entièrement spécifiés sont plus facilement applicables dans la pratique. Ils sont établis pour des ménages hypothétiques ou des ménages types présentant certaines caractéristiques. Dans la réalité, les ménages s'écartent souvent de ces modèles types. La structure détaillée permet de remplacer ou de compléter certains postes par d'autres postes ou dépenses mieux adaptés aux besoins du ménage aidé, par exemple pour des besoins alimentaires spécifiques, des frais de santé ou de garde d'enfants supplémentaires ou la nécessité d'une voiture particulière). Cette flexibilité est essentielle si l'on veut que les budgets de référence soient utilisés judicieusement dans le cadre de l'aide sociale individuelle. Un inconvénient potentiel de ce niveau de précision est que certains décideurs politiques ou travailleurs sociaux suppriment de la liste des éléments individuels qu'ils jugent non essentiels. C'est pourquoi la liste concrète des biens et services doit être considérée comme une illustration d'un modèle de dépenses possible pour mener une vie digne. Si un élément est supprimé, une alternative équivalente doit être ajoutée afin de continuer à garantir cet objectif.

Même lorsque les budgets de référence sont utilisés comme un outil éducatif dans le cadre de l'aide sociale, il est important de souligner leur caractère illustratif. Les budgets de référence ne sont pas prescriptifs : ils ne dictent pas aux ménages comment dépenser leurs revenus. Il est en effet possible de remplacer certains produits concrets par d'autres, tout en continuant à satisfaire tous les besoins. En gardant cela à l'esprit, ils offrent toutefois un point de repère pour détecter une sous-utilisation potentielle et une privation dans différents domaines de la vie, ou pour identifier les postes de dépenses sur lesquels les ménages pourraient potentiellement réaliser des économies.

2.2 Cadre théorique

2.2.1 Cadre conceptuel

Nous avons décrit ci-dessus de manière succincte le niveau de vie visé par les budgets de référence belges. Ces budgets de référence représentent le revenu dont doivent dis-

poser au minimum les personnes en bonne santé, vivant dans un ménage privé, pour mener une vie digne. Un lien a été établi à cet égard avec le concept de participation à part entière à la société. Ces concepts sont expliqués plus en détail ci-dessous.

2.2.1.1 *Le droit à une vie digne comme point d'ancrage normatif*

Les budgets de référence belges sont ancrés dans le droit fondamental à une vie digne, tel qu'il est inscrit dans les cadres juridiques internationaux et nationaux : l'article 1er de la Déclaration universelle des droits de l'homme, la Charte des droits fondamentaux de l'Union européenne et l'article 23 de la Constitution belge. Ce principe figure également dans la « loi CPAS », qui stipule que « toute personne a droit à l'aide sociale. Celle-ci a pour but de permettre à chacun de mener une vie conforme à la dignité humaine »[3]. La notion de dignité humaine est toutefois vaste et contextuelle ; elle revêt différentes significations selon la discipline dans laquelle elle est utilisée (McCrudden, 2013 ; Sedmak, 2013). C'est pourquoi une opérationnalisation plus poussée est nécessaire : la dignité humaine doit être traduite en lignes directrices et en critères concrets qui indiquent les conditions dans lesquelles les personnes peuvent effectivement exercer leurs droits sociaux fondamentaux (voir Vandenbroucke *et al.*, 2021). Les budgets de référence que nous élaborons examinent en particulier le revenu dont les personnes ont besoin en Belgique pour vivre dans la dignité.

2.2.1.2 *La participation à la société comme objectif concret*

La recherche sur les budgets de référence part de la relation réciproque entre l'individu et la société. Dans ce cadre, la notion abstraite de dignité humaine est concrétisée par le concept de participation à la société. La thèse centrale sur laquelle reposent les budgets de référence est que toute personne peut mener une vie digne lorsqu'elle peut participer pleinement à la société. Dans un souci de variation linguistique, nous utilisons également les formulations « participation sociale pleine et entière », « participation à part entière à la société » ou « participation à part entière à la vie en société ». La participation à part entière à la société recouvre à la fois le fait de « pouvoir participer à », de « pouvoir s'intégrer dans » et de « pouvoir contribuer à façonner » la société. La question centrale de nos recherches est donc la suivante : quelles conditions et quels besoins doivent être remplis pour que les personnes puissent participer pleinement à la vie en société et y contribuer activement ? La participation à la société est ici comprise comme la capacité des personnes, à partir de leurs rôles sociaux, à agir conformément aux attentes courantes de la société et à contribuer activement à la formation de ces attentes (Storms, 2012). Il ne s'agit pas seulement de la capacité d'action de l'individu,

3 Art. 1er de la loi organique des centres publics d'action sociale du 8 juillet 1976.

mais aussi du contexte sociétal qui rend cette action possible ou l'entrave. En ce sens, les besoins ne sont pas purement individuels, mais ils sont socialement ancrés et culturellement encadrés.

Un élément central de cette approche est le concept des rôles sociaux : des positions sociales reconnaissables que les individus occupent au sein d'une société et les attentes socialement construites et constamment réajustées qui y sont associées (droits et devoirs). Les attentes liées aux rôles comprennent à la fois le comportement et les qualités souhaitées. Par exemple, on attend d'un parent qu'il élève ses enfants de manière dévouée et responsable. Ceux qui ne sont pas en mesure d'assumer correctement leurs rôles sociaux risquent d'être exclus et perdent ainsi la capacité de contribuer activement à la construction et au maintien continus des institutions sociales (Barca, 2008 ; Giddens, 1984).

Les budgets de référence belges se concentrent sur les positions sociales qui devraient être accessibles à tous, indépendamment du contexte socio-économique. Les individus doivent avoir à la fois la possibilité de répondre aux attentes sociales dominantes et la liberté de s'en écarter, sans en être contraints par un manque de moyens financiers.

Pour déterminer les rôles essentiels, nous nous basons sur les recherches empiriques et les cadres juridiques présentés dans Goedemé *et al.* (2019). Sur le plan juridique, la Charte des droits fondamentaux de l'Union européenne, la Convention européenne des droits de l'homme (CEDH) et, dans une moindre mesure, la Charte sociale européenne (Charte de l'UE) constituent notamment une base clairement définie. À partir de ces sources, il est possible de dégager une liste fondamentale de rôles sociaux que les personnes devraient pouvoir remplir, indépendamment de leur sexe, de leur origine, de leur âge, de leur orientation sexuelle ou de toute autre caractéristique personnelle.

- Membre de la famille : enfant, parent, partenaire (art. 12 de la CEDH ; art. 9 de la Charte de l'UE – droit de se marier et droit de fonder une famille).
- Travailleur salarié ou indépendant : droit de travailler et libre choix professionnel (art. 16 de la CEDH ; art. 15 de la Charte de l'UE).
- Membre d'une association : y compris les syndicats (art. 11 de la CEDH ; art. 12 de la Charte de l'UE).
- Étudiant : droit à l'éducation (art. 2 du Protocole n° 1 à la CEDH ; art. 14 de la Charte de l'UE).
- Participant politique : droit de vote et d'éligibilité (art. 3 du Protocole n° 1 à la CEDH ; art. 39-40 de la Charte de l'UE).
- Citoyen au sens large : ayant des droits et des devoirs en tant que membre à part entière de la société.

Outre ces cadres juridiques, l'importance de la participation à la société est également confirmée par des études empiriques menées auprès de groupes de réflexion com-

posés de citoyens issus de milieux socio-économiques divers dans vingt-quatre États membres de l'Union européenne (Goedemé *et al.*, 2019). Ces discussions de groupe ont permis d'explorer ce que les gens entendent eux-mêmes par une vie digne. Les résultats montrent une remarquable unanimité : vivre dans la dignité signifie bien plus que simplement survivre ou avoir accès aux services de base. Cela implique également de pouvoir participer activement à la vie sociale, culturelle et économique, de se sentir respecté et reconnu, d'entretenir des relations sociales et de pouvoir contribuer à la société.

Dans l'ensemble, les participants ont confirmé la pertinence des rôles sociaux susmentionnés. Le rôle de parent a en particulier été souvent cité spontanément comme le plus important dans la vie. La position de travailleur a également été unanimement reconnue comme essentielle, souvent avant même que la liste ne soit présentée. Quelques nuances ont toutefois été relevées. Le rôle de membre d'un syndicat n'a pas toujours été considéré comme une évidence, surtout dans les pays où le taux de syndicalisation est faible. En revanche, faire partie d'une association ou d'un réseau social, en particulier pour les enfants, a été largement reconnu comme nécessaire. Le rôle d'étudiant est considéré comme essentiel dans tous les pays. D'autres rôles sociaux, qui ne sont pas repris dans les cadres juridiques, mais dont la nécessité fait l'objet d'un large consensus, ont également été mis en avant : par exemple, celui d'ami ou de voisin, les rôles de soins (p. ex. aidant proche ou patient), les rôles éducatifs (p. ex. enseignant, étudiant, utilisateur des médias), le rôle de consommateur ou de client, de bénévole et de membre de communautés locales ou plus larges (p. ex. comité de parents ou de quartier), ou l'appartenance à un groupe religieux ou idéologique.

La perspective des rôles sociaux offre des pistes concrètes pour rendre plus tangible la participation à part entière à la société, en tant que première étape vers l'élaboration de budgets de référence pour une vie digne. Dans les paragraphes suivants, nous préciserons les conditions et les besoins qu'il convient de remplir pour pouvoir assumer ces rôles dans la pratique, et nous expliquerons comment les budgets de référence permettent d'estimer le revenu minimal nécessaire dans notre société pour y participer pleinement.

2.2.1.3 Le lien avec le seuil de pauvreté : le niveau de vie minimal acceptable

Avant d'approfondir cette question, il convient de s'arrêter un instant sur la relation entre une vie digne, une participation à part entière à la société et la pauvreté. Cette réflexion est importante, car nous sommes convaincus que les budgets de référence constituent un outil essentiel pour interpréter, évaluer et améliorer les indicateurs de pauvreté, et pour servir d'indicateurs politiques. La pauvreté est définie de différentes manières (pour une discussion, voir Goedemé & Rottiers, 2011). Depuis cinquante ans, l'Union européenne utilise la définition suivante : « Les individus ou les familles dont les ressources

sont si faibles qu'ils sont exclus des modes de vie minimaux acceptables dans l'État membre dans lequel ils vivent » (Conseil des Communautés européennes, 1975, p. 34)[4]. Compte tenu du caractère fondamental du droit à une vie digne et de sa transposition dans la législation nationale, entre autres, il existe de fortes indications qu'un mode de vie ou un niveau de vie ne peut être considéré comme minimum acceptable que s'il est suffisant pour permettre une vie digne. Les conditions matérielles nécessaires à une vie digne, à une participation à part entière à la société et à un mode de vie minimal acceptable sont donc très similaires. Plus encore, il est difficile de trouver des exemples où elles diffèrent de manière substantielle. C'est pourquoi les budgets de référence peuvent servir de points de référence tant pour l'aide sociale visant à garantir une vie conforme à la dignité humaine que pour les indicateurs et les instruments politiques destinés à surveiller et à lutter contre la pauvreté.

2.2.2 Fondement théorique

2.2.2.1 Besoins humains universels et intermédiaires

Afin d'étayer théoriquement le concept de participation pleine et entière à la société, il est utile de l'ancrer dans un cadre plus large englobant les besoins humains et les capacités humaines fondamentales. Un tel cadre offre non seulement une base normative plus solide pour déterminer les besoins qui doivent être satisfaits pour pouvoir participer pleinement à la société, mais il aide également à traduire ces besoins en biens et services concrets et à tenir compte des variations individuelles et contextuelles. À cet égard, trois courants de pensée théoriques sont particulièrement influents : l'approche des capabilités d'Amartya Sen, l'approche des capabilités de Martha Nussbaum et la *Theory of Human Need* de Len Doyal et Ian Gough. Nous mettrons également en évidence certaines similitudes avec la « théorie du développement à échelle humaine » (« *human-scale development* ») de Manfred Max-Neef (Max-Neef *et al.*, 1991).

Certaines conditions doivent être remplies pour pouvoir participer pleinement à la société. Sen (1985, 1992, 1993) parle de « *basic capabilities* » et Nussbaum (2000, 2011) de « *central human capabilities* » ou de conditions universelles pour la participation sociale[5]. Doyal et Gough (1991) parlent de besoins universels, et Max-Neef *et al.* (1991), de besoins fondamentaux.

Selon Sen (1985, 1993) et Nussbaum (2000), le niveau de vie ne doit pas être évalué en fonction de l'utilité ou de la prospérité, mais en fonction des « capabilités » dont

4 Traduction par les auteurs.

5 Le concept de « *basic capabilities* » est également interprété par Nussbaum (2011) comme des « capabilités innées », ce qui n'est pas le cas pour Sen.

disposent les individus : leurs possibilités réelles d'être ou de faire certaines choses. Pour évaluer les chances de participation, il est donc essentiel de se pencher sur les possibilités et la liberté de choix des individus plutôt que sur ce qu'ils font effectivement. Nussbaum (2000, 2011) s'appuie sur cette idée et élabore une liste de « *central human capabilities* » qui sont fondamentales pour mener une vie digne. Elle insiste sur le fait qu'il ne s'agit pas seulement de possibilités individuelles, mais aussi des conditions externes qui permettent aux individus de réaliser effectivement ces capabilités. Ces capabilités humaines centrales comprennent (traduction libre, Nussbaum, 2020, pp. 78-80, & Nussbaum, 2011, pp. 33-34) :

1. la vie : la capacité de vivre une vie de longueur normale ;
2. la santé physique, qui inclut la santé reproductive, la bonne nutrition et un logement adéquat ;
3. l'intégrité corporelle, qui inclut la capacité de se déplacer librement, d'être protégé contre les agressions (sexuelles), de pouvoir disposer d'une sexualité satisfaisante et de choix en matière de reproduction ;
4. les sens, l'imagination et la pensée : avoir les moyens de développer et d'utiliser ses sens, son imagination et ses capacités de penser et de raisonner, notamment par l'accès à l'information et à l'éducation, et protégés par la liberté de conscience, d'expression et de religion ;
5. les émotions : la capacité d'aimer, de se lier (émotionnellement), de désirer, de ressentir de la gratitude et de la colère justifiée ;
6. la raison pratique, la capacité de se faire une opinion sur le bien et le mal et de faire des projets de vie, protégées par la liberté de conscience et la liberté de religion ;
7. l'affiliation et l'appartenance : la capacité à montrer de l'empathie et à avoir des interactions sociales authentiques, protégées notamment par la liberté d'association et de réunion pacifique, ainsi que le respect de soi et le sentiment d'égalité, protégés notamment par les lois antidiscriminatoires ;
8. les autres espèces : les moyens de vivre en se souciant des autres espèces (animaux et plantes) et en relations avec elles ;
9. le jeu (au sens large) : la capacité de rire, de jouer et de jouir d'activités récréatives ;
10. le contrôle sur son environnement : les moyens de participer à des choix politiques et matériels affectant sa propre vie, protégé entre autres par les droits politiques et le droit à un travail décent et à la propriété.[6]

Ces « capabilités centrales » sont considérées par Nussbaum comme essentielles à la dignité humaine et sont supposées faire l'objet d'un « consensus par recoupement » entre les cultures. Cet élément d'universalité est encore plus marqué lorsqu'il s'agit de besoins (fondamentaux) universels dans les théories de Doyal et Gough (1991) et Max-Neef *et al.* (1991, p. 18). Ces derniers affirment que les besoins fondamentaux sont « finis, limités

6 Traduction personelle d'après Nussbaum, 2020, p. 78-80 & Nussbaum, 2011, p. 33-34.

en nombre et classifiables ». Ils sont les mêmes dans toutes les cultures et ne varient pas au fil du temps. Les besoins fondamentaux ne changent qu'à travers l'évolution. La liste des besoins fondamentaux avancée par Max-Neef *et al.* (1991) présente de nombreuses similitudes avec celle de Nussbaum (santé physique et mentale ; protection ; affection et estime de soi ; compréhension et raisonnement ; participation et interaction ; loisirs, récréation et imagination ; création et travail). Cette idée de besoins universels est également développée par Doyal et Gough (1991). Nous préférons leur cadre théorique, car ils établissent une distinction plus claire entre les besoins, les conditions institutionnelles et les conditions matérielles qui doivent être remplies pour satisfaire les besoins.

Selon Doyal et Gough (1991), les conditions universelles de la participation à la société sont existentielles et objectives et elles existent indépendamment des préférences personnelles. Elles sont une nécessité. Cela signifie que, lorsqu'elles ne sont pas remplies, elles peuvent causer un préjudice grave à l'individu et à la société. Ils identifient la santé et l'autonomie comme des besoins fondamentaux universels. Ils s'appuient pour cela sur Kant, qui affirme que les individus ne peuvent fonctionner dans une société que s'ils sont physiquement et mentalement capables d'agir et d'assumer leurs responsabilités. Selon les deux auteurs, pour évaluer si des individus sont en bonne santé, il ne suffit pas de se baser uniquement sur les symptômes, mais il faut également tenir compte des conséquences de ces symptômes sur les activités quotidiennes. Les individus jugent leur état de santé satisfaisant en l'absence de maladie ou de handicap, mais aussi lorsque ceux-ci ne les empêchent pas de participer à la vie sociale. Outre une bonne santé, les personnes doivent également avoir la possibilité de faire leurs propres choix, d'élaborer des projets et de les réaliser elles-mêmes. La liberté de choix, l'autosuffisance et l'indépendance sont des éléments essentiels de ce que l'on entend par autonomie.

Afin de subvenir à ces besoins universels, Doyal et Gough ont dressé une liste non exhaustive de besoins intermédiaires. Il s'agit de caractéristiques de biens, services, activités et relations qui soutiennent les besoins fondamentaux universels. Pour les budgets de référence belges, cette liste a été quelque peu remaniée pour aboutir à la liste suivante de besoins intermédiaires essentiels, pour lesquels nous avons défini un panier de biens et services essentiels destinés à répondre à ces besoins :

1. alimentation saine ;
2. vêtements appropriés ;
3. logement adéquat et sécurité physique ;
4. soins personnels et soins de santé ;
5. enfance en sécurité ;
6. mobilité ;
7. repos et détente ;
8. entretien de relations sociales enrichissantes.

Comme les budgets de référence se concentrent sur le revenu dont les gens ont besoin pour vivre dignement, nous ne tenons pas compte des besoins liés aux caractéristiques environnementales, tels que le besoin d'un cadre de vie et de travail sûr, stimulant et sain. Cela signifie également que les budgets de référence que nous élaborons partent du principe que la société dispose de suffisamment d'institutions, de connaissances, de pratiques culturelles, de biens et de services de qualité pour permettre aux individus et aux ménages de satisfaire durablement ces besoins intermédiaires. Si les budgets de référence contribuent à définir les droits sociaux qui doivent être respectés pour satisfaire ces besoins, ils supposent en outre que les droits civils sont garantis et que les personnes disposent également de possibilités suffisamment efficaces pour satisfaire leurs besoins et assumer leurs rôles sociaux. En d'autres termes, ils partent du principe que nous vivons dans un État de droit démocratique.

2.2.2.2 Variation contextuelle

Contrairement aux besoins fondamentaux universels, les institutions, les biens et les services qui satisfont ces besoins de manière acceptable (appelés *satisfiers* ou satisfacteurs) varient. Cette variation dans l'espace et dans le temps dépend de l'environnement physique, économique, social et culturel dans lequel les personnes vivent (Doyal & Gough, 1991 ; Max-Neef *et al.*, 1991, voir aussi, p. ex. Adam Smith, 1776, et Amartya Sen, 1983, et, plus récemment, Mahlert, 2021). Il existe de nombreux régimes alimentaires permettant de garantir une alimentation saine, mais ce qui est considéré comme culturellement acceptable et les aliments disponibles varient bien sûr considérablement. Les exigences en matière d'habillement varient naturellement en fonction du climat, mais sont également liées à la culture. Cela signifie que la composition des paniers de biens et de services, ainsi que le revenu nécessaire pour les acquérir, varieront forcément d'un endroit à l'autre et dans le temps. Même si des biens et services similaires sont nécessaires pour satisfaire les besoins humains fondamentaux, le revenu du ménage nécessaire pour les acquérir peut varier considérablement. En effet, la disponibilité[7] de ces biens et services essentiels, ainsi que les modalités et les règles de leur distribution, peuvent être très variables. Pensons par exemple à la manière dont les soins de santé, les services de garde d'enfants ou l'enseignement supérieur sont organisés et financés. Même lorsque les besoins en matière de santé, de garde d'enfants et d'enseignement sont identiques, le revenu nécessaire pour y répondre varie considérablement d'une région à l'autre et d'un pays à l'autre.

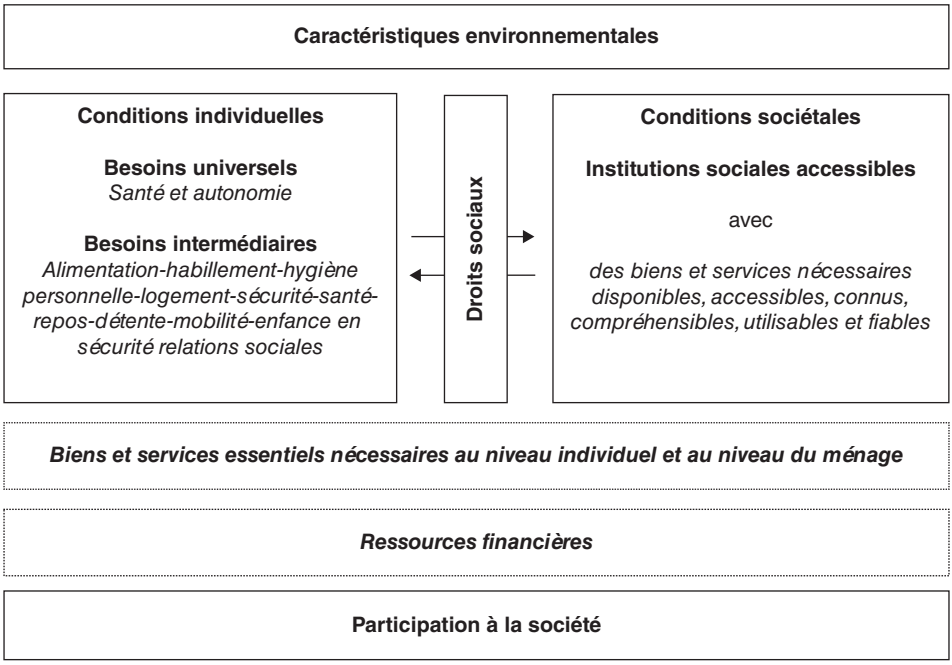
Au-delà de cette variation au niveau de la vie en société, et dans une certaine mesure entre les groupes culturels au sein d'une même société, les satisfacteurs requis varient

7 Comme indiqué dans le chapitre introductif, outre la disponibilité, d'autres facteurs jouent également un rôle, tels que l'accessibilité, la fiabilité, la notoriété, la compréhensibilité et la facilité d'utilisation des institutions, des biens et des services.

également au niveau de l'individu et au niveau du ménage. L'âge, le sexe, la composition du ménage, la présence ou l'absence d'un handicap ou d'une maladie chronique et le lieu de résidence ont tous une incidence sur la nature et la quantité des biens et services nécessaires pour satisfaire les besoins intermédiaires de manière acceptable. Les compétences et le temps dont disposent les personnes jouent également un rôle à cet égard, ainsi qu'ils ont d'ailleurs un rôle dans la détermination du revenu dont les personnes ont besoin pour acheter la même quantité de biens et de services.

La figure 2.3 ci-dessous présente schématiquement les concepts clés de ce cadre théorique et leurs interrelations.

***Figure 2.3** – Cadre théorique budgets de référence belges*



Source : Storms (2012)

2.2.2.3 *Justification de la méthode*

Les budgets de référence belges ont été élaborés en vue d'une application dans les domaines de l'aide sociale, de la politique sociale et de la recherche scientifique. Étant donné que les moyens financiers nécessaires à une pleine participation à la société peuvent varier considérablement en fonction du contexte de vie, il est impossible de calculer un seuil de revenu unique applicable à tous. Il est donc important d'élaborer des budgets de référence reflétant une diversité suffisante de situations de vie. Dans la

section suivante, nous allons expliquer les variations dont nous tenons compte à cet égard.

Même au sein de types de ménages similaires (p. ex. mêmes âge, composition, sexe), des différences importantes peuvent apparaître, par exemple, en fonction du lieu de résidence, de l'état de santé et des compétences dont ses membres disposent. S'il est difficile de déterminer le revenu maximal dont les personnes ont besoin pour mener une vie digne, il est toutefois possible, dans de nombreux cas, de déterminer les conditions dans lesquelles le revenu minimal nécessaire est suffisant pour mener une vie digne. Cela suppose un contexte relativement favorable : une bonne santé, un logement de qualité, des compétences et une autodiscipline suffisantes pour gérer son budget de manière économique, l'absence de dettes, l'absence de revers imprévus et un accès complet aux biens et services nécessaires. Lorsque ces conditions ne sont pas remplies, les ménages auront besoin d'un revenu supérieur à celui calculé par les budgets de référence pour vivre dans la dignité. Les budgets de référence représentent ainsi un seuil minimal pour une participation à part pleine et entière à la société.

Nous savons que ces hypothèses sont souvent éloignées de la réalité, en particulier pour les ménages en situation de pauvreté. C'est pourquoi nous examinons la faisabilité de ces hypothèses pour chaque panier (voir l'avant-dernière section des chapitres 3 à 10). Afin que les budgets de référence puissent malgré tout être utilisés dans des situations qui s'écartent de ces hypothèses, le Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier a développé différents outils permettant aux travailleurs sociaux d'adapter les budgets de référence aux besoins concrets et aux conditions de vie des ménages (voir chapitre 12).

Si nécessaire, les différences régionales entre les trois régions belges sont également prises en compte. C'est le cas des différences institutionnelles en matière de réglementations ou de recommandations, des variations dans l'offre et le prix des biens et services publics, des particularités culturelles ou des facteurs contextuels tels que l'environnement métropolitain de Bruxelles à comparer au contexte plus rural de grandes parties de la Wallonie. Lorsque ces différences ont une incidence substantielle sur le niveau de certains sous-paniers, cela est explicitement mentionné aux chapitres 3 à 10.

Les choix que nous faisons pour déterminer les biens et services à inclure afin de fixer le montant des budgets de référence sont guidés par trois principes.

1. Les meilleures connaissances possible. Pour chaque panier de biens et services, nous recherchons les meilleures connaissances possible sur les biens et services qui sont essentiels et ceux qui sont considérés comme nécessaires dans les Régions belges. Pour ce faire, nous nous basons autant que possible sur la littérature scientifique et les publications officielles relatives aux connaissances, normes et attentes de la société. Nous complétons ces informations par les connaissances

d'experts dans les différents domaines de la vie et, lorsque celles-ci font défaut, par des avis d'experts. Nous utilisons également les connaissances recueillies lors de discussions avec des citoyens dans le cadre des groupes de réflexion. Nous faisons appel à ces connaissances, lorsque d'autres informations font défaut, pour compléter la composition des paniers et pour vérifier la faisabilité et l'acceptabilité des budgets de référence. Nous documentons les remarques critiques à ce sujet dans la dernière partie de chaque chapitre.

2. Limite inférieure. Lorsqu'il existe plusieurs options pour répondre à un besoin avec différents biens et services, nous choisissons l'option la moins coûteuse à long terme pour les ménages. Nous sommes ainsi certains que les budgets de référence constituent une limite inférieure en dessous de laquelle les personnes ne peuvent pas participer pleinement à la société.

3. Priorité aux satisfacteurs synergiques. Max-Neef *et al.* (1991, pp. 31-37) établissent une distinction importante entre différents types d'institutions, de biens et de services qui contribuent à satisfaire les besoins. Ils parlent de « destructeurs », de « pseudo-satisfacteurs », de « satisfacteurs inhibiteurs », de « satisfacteurs singuliers » et de « satisfacteurs synergiques » (voir également Mahlert, 2021). Pour l'élaboration des budgets de référence, nous privilégions autant que possible les satisfacteurs synergiques, c'est-à-dire ceux qui, en satisfaisant un besoin, facilitent simultanément la satisfaction d'autres besoins. Lorsque cela n'est pas possible, nous avons de préférence recours aux satisfacteurs singuliers, qui contribuent à satisfaire un besoin sans entraver la satisfaction d'autres besoins. Toutefois, nous tenons parfois également compte d'autres options (p. ex. l'utilisation d'une voiture privée non électrique) qui contribuent à satisfaire un besoin, mais qui entravent la satisfaction d'autres besoins (p. ex. un environnement de vie sain) ou la satisfaction des besoins d'autres membres de la société.

Dans la section précédente, nous avons expliqué pourquoi nous avons opté pour des budgets de référence normatifs entièrement spécifiés. Dans la section suivante, nous examinerons plus en détail comment ces budgets de référence ont été élaborés.

2.3 Approche méthodologique

Depuis 2008, les budgets de référence belges sont élaborés sur la base du cadre conceptuel et théorique décrit ci-dessus, en partant d'une approche « *mixed-method* ». Cinq sources d'information complémentaires sont utilisées à cet effet : les directives et réglementations officielles, la littérature scientifique, les avis d'experts, les données d'enquêtes et les informations recueillies dans le cadre de groupes de réflexion. Cette combinaison de connaissances scientifiques et expérientielles sert de base pour déter-

miner de manière étayée les biens et services dont les ménages en Belgique ont besoin au minimum, en quelle quantité, à quelle fréquence, et à quel prix, pour vivre dans la dignité et participer pleinement à la société.

Dans cette section, nous examinerons successivement comment les ménages types sont déterminés, quelles données sont collectées pour remplir les paniers, quelles méthodes sont utilisées pour évaluer les biens et services sélectionnés et comment les budgets de référence sont actualisés afin de continuer à refléter correctement le revenu minimal dont les ménages ont besoin dans notre pays pour participer pleinement à la société. Enfin, nous aborderons les principales limites et principaux points d'attention méthodologiques dont les utilisateurs doivent tenir compte dans le cadre de la recherche, de la politique et de l'aide sociale.

2.3.1 Ménages types

Étant donné que les besoins des ménages dépendent fortement de leur situation de vie (voir 2.2.2), les budgets de référence sont établis pour une série de ménages types soigneusement définis (voir 2.1.2). Dans cette partie, nous expliquons comment ces ménages types ont évolué au fil des ans et quelles hypothèses sont formulées quant à leur composition et à leur contexte de vie. Ces choix sont déterminants pour la portée et l'applicabilité des budgets.

La liste des ménages types a été progressivement élargie. Au départ (voir Storms & Van den Bosch, 2009, pp. 66 et s.), des budgets de référence ont été calculés pour seize compositions de ménage : personnes seules, couples sans enfant et familles monoparentales ou biparentales avec un ou deux enfants âgés de 2 à 17 ans. Les adultes composant ces ménages étaient supposés être en âge de travailler, mais sans emploi. En outre, le calcul se basait sur un logement de qualité, une bonne santé de tous les membres du ménage, des compétences suffisantes pour gérer le budget de manière économique et, dans le cas des enfants, une présence à temps plein au sein du ménage.

En 2010, ces ménages types ont été complétés par de nouveaux profils (voir Van Thielen *et al.*, 2010, pp. 18 et s.), notamment les adultes qui travaillent, les pensionnés, les étudiants de l'enseignement supérieur et les enfants qui ne vivent qu'à temps partiel au sein du ménage. En 2024, les bébés (0-12 mois) et les « Tanguy » (enfants de plus de 18 ans vivant chez leurs parents et disposant de leurs propres revenus) ont été ajoutés à cette liste.

La même année, une attention particulière a été accordée à la nécessité d'éviter, dans la mesure du possible, les différences entre les budgets de référence qui sont uniquement attribuables au sexe des personnes. Il y a deux raisons importantes à cela. Première-

ment, les différences liées au genre en matière de besoins et de dépenses ne sont plus toujours faciles à déterminer, notamment en raison de l'évolution des rôles sociaux et de l'égalité croissante entre les sexes en matière de comportement et de modes de consommation. Deuxièmement, les budgets de référence sont de plus en plus souvent utilisés dans l'aide sociale et la pratique politique. Dans ce contexte, il est difficile de justifier une inégalité de traitement des ménages fondée sur le sexe.

Le contexte de vie supposé des ménages types a également été adapté au fil du temps. Dans les premiers budgets de référence de 2008, on partait du principe que les ménages avaient un logement en location dans une petite agglomération de Flandre, avec un accès facile aux biens et services (publics). On supposait qu'ils n'avaient pas besoin de voiture, mais qu'ils étaient suffisamment mobiles grâce à un vélo, un abonnement de bus et un Multi Pass ou Go Pass de la SNCB. En 2010, ce contexte a été élargi à toutes les régions belges, ce qui a permis de prendre en compte les différences institutionnelles dans l'analyse. En outre, la même année, la situation en matière de logement a été élargie, afin d'inclure les propriétaires en plus des locataires, et le coût minimal d'une voiture particulière a été calculé pour les cas où la mobilité des ménages n'est pas suffisamment garantie par les transports publics.

2.3.2 Approche « *mixed-method* »

Les budgets de référence belges s'appuient sur une approche « *mixed-method* » combinant systématiquement des sources de connaissances normatives, empiriques et expérientielles. Dans cette section, nous allons examiner comment les directives officielles, la littérature scientifique, les avis d'experts et les groupes de réflexion contribuent ensemble à l'élaboration du budget de chaque sous-panier. Cette triangulation garantit à la fois une base scientifique et une acceptabilité sociale.

2.3.2.1 Directives officielles

Les directives et réglementations officielles constituent le fondement normatif des budgets de référence. Elles donnent une orientation à ce qui est considéré par la société comme les conditions essentielles à une existence digne. Il s'agit notamment des recommandations nutritionnelles du Conseil supérieur de la santé, des directives en matière de santé telles que le calendrier vaccinal ou la législation relative au remboursement des prestations médicales, de la réglementation sur la qualité des logements et l'efficacité énergétique ou des obligations légales et de la réglementation en matière de mobilité et d'éducation, telles que les règles de sécurité routière et l'obligation scolaire.

2.3.2.2 *Recherche scientifique*

La littérature scientifique fournit un fondement théorique aux fonctions que les personnes doivent être en mesure de remplir pour satisfaire les besoins intermédiaires, tels que décrits dans le cadre théorique. Elle apporte également des preuves empiriques permettant de déterminer l'ensemble minimal de biens et de services (satisfacteurs) nécessaires à cet effet. Ce type de recherche facilite les arbitrages qu'exige l'établissement des budgets de référence. La littérature aide notamment à répondre aux questions suivantes : dans quelle mesure existe-t-il suffisamment de prestataires de soins médicaux conventionnés en Belgique et comment calculer un coût minimal lorsque ce n'est pas le cas ? Quelle est la consommation minimale acceptable d'eau par utilisation (p. ex. par douche ou par chasse d'eau), et à quelle fréquence les gens prennent-ils une douche en moyenne ? Quelle est la proportion appropriée de margarine et de beurre entier à inclure dans une alimentation saine ?

2.3.2.3 *Connaissances d'experts*

Outre les données scientifiques, l'élaboration des budgets de référence s'appuie également de manière structurelle sur les connaissances d'experts. Les experts sont soit des personnes disposant de connaissances académiques spécialisées dans un domaine clairement délimité, soit des personnes ayant acquis une expertise grâce à leur expérience professionnelle ou à leurs connaissances pratiques de longue date. En 2024, plusieurs experts ont été consultés pour l'élaboration de tous les paniers (voir aperçu à la page 299-230). Il s'agissait notamment de scientifiques d'autres instituts de recherche, de fonctionnaires disposant de connaissances spécifiques en matière de politique ou dans un domaine particulier, de professionnels de l'aide sociale issus des CPAS et des CAW, ainsi que de représentants d'organisations qui donnent la parole aux personnes en situation de pauvreté. Pour ce dernier groupe en particulier, les collaborateurs du Réseau belge de lutte contre la pauvreté ont apporté leur soutien à la révision complète des budgets de référence. Pour ce faire, neuf réunions de concertation ont été organisées avec les chercheurs néerlandophones et francophones. Enfin, les citoyens sont également consultés pendant et après l'établissement des budgets de référence, et ce, dans le cadre de groupes de réflexion. Leurs principales tâches consistent à examiner de manière critique les principes de base du cadre théorique qui sous-tend les budgets de référence, à donner leur avis sur le contenu, la quantité et le coût des produits et services inclus, à formuler des recommandations concernant le comportement d'achat et les habitudes de consommation supposées dans le budget de référence et à évaluer l'acceptabilité du budget global. Les modalités d'organisation des groupes de discussion en 2024 et leurs principales conclusions sont présentées dans la section suivante (2.6.2.4).

Les experts scientifiques et les fonctionnaires en charge de l'élaboration des politiques ont été consultés séparément, par courrier électronique ou lors de réunions d'experts spécifiques. Les professionnels de l'aide sociale n'ont pas été consultés séparément, mais le feed-back qu'ils ont fourni via le helpdesk REDI en 2023 et 2024 a conduit à des ajustements ciblés dans différents paniers, par exemple, ceux de l'habillement et des loisirs.

Le rôle des experts consistait à aider les chercheurs à sélectionner les biens et services nécessaires, mais aussi à définir leurs caractéristiques : quelles caractéristiques fonctionnelles doivent présenter les produits et services, quelle qualité est requise, quelles sont la fréquence d'utilisation et la quantité réalistes ? Par exemple : en 2024, les soins psychologiques font-ils partie intégrante d'un budget de référence pour des soins de santé adéquats destinés aux personnes en bonne santé ? Est-il suffisant d'inclure uniquement l'eau du robinet dans un budget de référence pour une alimentation saine ? Quelle est la quantité minimale d'énergie nécessaire pour chauffer un logement ayant une superficie et des caractéristiques énergétiques données ?

Dans les paniers comprenant de nombreux produits et services pour lesquels il existe peu ou pas de directives ou de preuves scientifiques (tels que l'habillement, les loisirs et les relations sociales), l'accent a été mis sur les considérations fonctionnelles. Tant lors des réunions d'experts avec le Réseau belge de lutte contre la pauvreté qu'au sein des groupes de réflexion (voir 2.6.2.4), les questions suivantes ont été au centre des discussions : quelles doivent être les aptitudes et compétences (capabilités) des personnes dans notre société pour pouvoir satisfaire au minimum certains besoins intermédiaires en vue de participer pleinement à la société et d'éviter l'exclusion sociale ? Quels sont les produits et services nécessaires à cet effet, et quelles doivent être leurs caractéristiques fonctionnelles ? Par exemple : à partir de quel âge est-il nécessaire de posséder et d'utiliser une tablette personnelle ? Des vacances hors de son domicile sont-elles indispensables dans un budget de référence ? Pourquoi oui ; pourquoi non ? Et si oui, quel est le minimum acceptable ?

Des informations plus détaillées sur la contribution des différentes sources d'information à la composition de chaque panier se trouvent dans les chapitres 3 à 11.

2.3.2.4 Groupes de réflexion

Les groupes de réflexion constituent un maillon important de l'approche « *mixed-method* » des budgets de référence belges. Ils apportent des connaissances empiriques essentielles à la pertinence sociale et à l'ancrage réaliste des résultats. Depuis 2008, ils sont organisés à intervalles réguliers afin de confronter le contenu des budgets à l'avis des citoyens. En 2024, quinze discussions de groupe se sont tenues en Flandre, à Bruxelles et en Wallonie, avec un total de nonante-trois participants, répartis entre des sessions en néerlandais et en français. Les participants présentaient des profils

variés en termes d'âge, de revenus[8], de situation sur le marché du travail et de composition de ménage. Des groupes spécifiques ont été constitués autour de profils tels que les ménages avec bébés, les personnes seules, les jeunes et les personnes âgées, en accordant une attention particulière à la diversité des revenus, à l'équilibre entre les sexes et, dans la mesure du possible, à l'origine migratoire (voir tableaux 2.1 et 2.2).

Le recrutement des participants s'est fait par différents canaux. Les répondants issus de groupes à faibles revenus ont principalement été contactés par l'intermédiaire d'organisations telles que des associations où les personnes démunies peuvent s'exprimer, des relais sociaux et des CPAS. Des experts du vécu ou des travailleurs sociaux se sont joints à certains groupes, ce qui a souvent favorisé l'accessibilité. Pour les groupes à revenus moyens, des organisations de la société civile s'adressant à un public mixte ont été sollicitées, telles que OKRA, KWB, FEMMA, Kinderspeelpunt, JAC et STUVO. Malgré ces efforts, le recrutement pour ce groupe s'est avéré plutôt difficile.

Tableau 2.1 – Groupes de réflexion néerlandophones : nombre, localisation et composition (2024)

Type	Nombre	Joindre les deux bouts			Situation sur le marché du travail						Sexe		Lieu
		Difficilement	Neutre	Facilement	Travail	Pension	Incapacité de travail	Étudiant	Demandeur d'emploi	Autre	Homme	Femme	
Ménages avec bébés	6	2	1	3	5	0	0	1	0	0	1	5	Malle
Ménages avec bébés	8	2	4	2	3	0	0	1	1	0	0	8	Houthalen-Helchteren
Familles avec bébés	5	1	3	1	5	0	0	0	0	0	0	5	Balen
Jeunes	8	2	3	3	3	0	0	5	0	0	4	4	Bruxelles
Jeunes	3	0	3	0	1	0	0	0	2	0	3	0	Leuven
Jeunes	6	3	2	1	0	0	0	4	2	0	3	3	Courtrai

8 Depuis 2013, les groupes de réflexion se composent de personnes présentant différents niveaux de revenus, ce qui permet des discussions plus nuancées, des données plus riches et un plus large soutien social (Devuyst *et al*., 2014). Ce n'est pas la représentativité qui prime, mais la diversité et le dialogue.

***Tableau 2.2** – Groupes de réflexion francophones : nombre, localisation et composition (2024)*

Type	Nombre	Joindre les deux bouts			Situation sur le marché du travail						Sexe		Lieu
		Difficilement	Neutre	Facilement	Travail	Pension	Incapacité de travail	Étudiant	Demandeur d'emploi	Autre	Homme	Femme	
Ménages sans enfants	6	3	3	0	3	1	0	0	0	2	1	5	Verviers
65 ans et +	9	4	5	0	0	9	0	0	0	0	5	4	Namur
Ménages avec jeunes enfants (< 12)	8	5	3	0	1,5	0	0,5	0	0	6	4	4	Namur
Ménages avec jeunes enfants (< 12)	2	0	2	0	0	0	1	0	0	1	1	1	Tamines
65 ans et +	7	4	1	1	1	0	4	0	0	2	1	6	Liège
Étudiants	7	2	4	1	0	0	0	7	0	0	2	5	Liège
Ménages avec jeunes enfants (< 12)	6	1	3	2	0	0	2	0	3	1	2	4	Hotton
Ménages avec jeunes enfants (< 12)	6	3	2	0	1	2	0	2	0	1	1	5	Bruxelles
65 ans et +	6	4	2	0	0	6	0	0	0	0	0	6	Bruxelles

Afin d'encourager les participants à réfléchir à partir d'un cadre de référence public plutôt que de se limiter à leur situation personnelle, chaque session s'est appuyée sur des ménages types hypothétiques correspondant au profil du groupe.

Les premiers groupes de réflexion (Storms & Van den Bosch, 2009, Van Thielen *et al.*, 2010) se sont principalement concentrés sur l'identification des fonctions que doivent remplir les différents besoins intermédiaires afin que les rôles sociaux puissent être assumés pleinement. Ces fonctions de base n'ont fait l'objet que de peu de discussions. Des études européennes ultérieures ont également révélé une convergence remarquable entre les pays sur ce qui est considéré comme essentiel pour une participation à part entière à la société (Goedemé *et al.*, 2019b). Dans les groupes de réflexion plus récents, dont ceux de 2024, l'attention s'est déplacée vers la validation, l'actualisation et l'affi-

nement des paniers existants, avec un accent particulier sur les nouvelles évolutions sociétales et les nouveaux ménages types.

Les participants ont été invités à réfléchir de manière critique au contenu, à la quantité et au coût des biens et services proposés, au comportement d'achat supposé et au cadre normatif sous-jacent. Les discussions ont été menées sur la base d'une liste de sujets standardisés, ont duré deux à trois heures et ont été caractérisées par une implication active des participants.

Un processus itératif a permis d'approfondir les thèmes qui n'avaient pas été suffisamment abordés lors des sessions précédentes ou qui restaient flous. Les discussions ont été animées par un modérateur et consignées par un rapporteur. Elles ont été enregistrées, puis analysées selon le principe de la comparaison constante (Barbour, 2008), qui consiste à vérifier systématiquement quels arguments reviennent régulièrement, quelles sont les différences entre les groupes (p. ex. les étudiants par rapport aux adolescents) et dans le cadre de quel contexte socio-économique certains points de vue sont exprimés (p. ex. les participants qui déclarent joindre facilement les deux bouts par rapport à ceux qui ont des difficultés financières). De plus, cette méthode a permis de mieux comprendre certains points de vue courants et la dynamique de groupe sous-jacente qui les générait (Onwuegbuzie, Dickinson, Leech et Zoran, 2009).

Les décisions finales sur les ajustements à apporter aux paniers ont été prises en fonction de la récurrence et de la qualité du contenu des arguments avancés. À cette fin, une évaluation systématique a été réalisée afin de déterminer quels biens et services sont essentiels à l'accomplissement de fonctions sociales, psychologiques ou éducatives fondamentales. La contribution des groupes de réflexion a été évaluée pour chaque panier en combinaison avec des données scientifiques et des directives, et elle est présentée concrètement dans les chapitres correspondants du présent rapport (voir chapitres 3 à 11).

2.3.3 Fixation des prix et actualisation

2.3.3.1 Fixation des prix

Afin d'estimer les dépenses minimales nécessaires en Belgique pour garantir une participation à part entière à la société, une approche par étapes est suivie pour la fixation des prix. Dans un premier temps, le niveau de qualité minimal requis pour satisfaire de manière adéquate le besoin sous-jacent est déterminé pour chaque produit ou service repris dans les budgets de référence.

On vérifie ensuite quels magasins proposent ces produits ou services à bas prix. La sélection des magasins repose sur trois critères : l'offre doit être suffisamment large et abor-

dable, les magasins doivent être bien répartis géographiquement dans le pays et ils doivent être facilement accessibles par les transports publics. Ce n'est que lorsque les magasins (ou chaînes de magasins) sont insuffisamment présents dans tout le pays qu'il est dérogé à cette règle et qu'une alternative offrant une bonne répartition régionale est choisie.

Les produits et services tarifés doivent non seulement être fonctionnels, mais aussi socialement acceptables et réalisables dans la pratique, en particulier pour les personnes disposant d'un budget limité. Pour garantir cela, les expériences et les préférences issues des groupes de réflexion sont prises en compte. Leur contribution est essentielle pour vérifier si les choix proposés sont réalistes et applicables dans la vie quotidienne. Ces connaissances expérientielles sont complétées par des données sur les habitudes d'achat réelles et des informations sur la disponibilité des biens et des services, tant physiques qu'en ligne.

Le choix des produits à tarifer dans les magasins se fait sur la base du produit le moins cher disponible qui répond aux critères fonctionnels et qualitatifs prédéfinis. Dans le même temps, un certain degré de liberté de choix, comme celui dont disposent les consommateurs dans leurs achats quotidiens, est recherché. Pour les catégories de produits dont la valeur d'usage varie peu (comme un lit, une brosse à dents ou des flocons d'avoine), c'est le produit le moins cher qui répond aux critères qui est inclus dans le panier. Pour les catégories de produits pour lesquelles une variation est nécessaire ou socialement souhaitable, comme les fruits et légumes frais, les vêtements ou les produits de soins, une stratégie de prix adaptée est élaborée afin de concilier le coût minimal avec une liberté de choix suffisante, la saisonnalité, les besoins liés à l'âge et la sensibilité à la mode.

Lors de la fixation des prix, les promotions temporaires ou les prix réduits sont délibérément évités. Ces prix sont souvent fluctuants, temporaires ou liés à un lieu et ne sont donc pas suffisamment représentatifs des dépenses récurrentes. De plus, ils ne sont pas accessibles à tous : ils nécessitent souvent du temps, de la mobilité, des compétences numériques ou la possibilité de stocker des produits. Les budgets de référence indiquent ce que les ménages doivent normalement pouvoir consommer pour participer pleinement à la vie sociale. Ils doivent se baser sur les prix ordinaires, tels qu'ils s'appliquent dans un contexte d'achat normal, et non sur des remises exceptionnelles. Le fait de ne pas tenir compte des prix promotionnels garantit la transparence, la vérifiabilité et la reproductibilité de la méthode dans le temps et entre les catégories de produits. Il en va de même pour le budget habillement, pour lequel, dans la pratique, des soldes ont lieu à plusieurs périodes de l'année : aucun prix réduit n'est utilisé, mais les baisses de prix sont prises en compte via une stratégie adaptée (voir chapitre 4).

Pour les biens et services publics, tels que les tickets modérateurs dans les soins de santé, les transports publics, l'eau et l'énergie, les tarifs officiels sont utilisés, sauf s'ils ne

sont pas appliqués dans la pratique, comme c'est le cas pour les prestataires de soins médicaux non conventionnés. Seules les réductions structurelles qui s'appliquent à l'ensemble d'un groupe cible, telles que les tarifs réduits pour les enfants, les jeunes ou les personnes âgées, sont prises en compte. Les réductions liées au revenu ou les tarifs sociaux ne sont pas appliqués, en raison des taux de non-utilisation souvent élevés (Buysse *et al.*, 2017 ; Van Mechelen & Janssens, 2017 ; Vinck, Lebeer et Van Lancker, 2019 ; Goedemé *et al.*, 2022).

2.3.3.2 *Produits de seconde main*

Bien que l'on se base généralement sur des produits neufs, la fixation du prix se fait parfois sur la base de produits de seconde main. Il s'agit de produits qui ont déjà appartenu à d'autres personnes et qui sont commercialisés via des canaux alternatifs, tels que les places de marché en ligne ou les magasins physiques de produits de seconde main (Guiot & Roux, 2020). La popularité des achats d'occasion a fortement augmenté ces dernières années, même en dehors des groupes à faibles revenus (Guiot & Roux, 2020 ; Turunen *et al.*, 2020 ; Herwin, 2024). Il n'est toutefois pas possible d'acheter en seconde main tous les biens de consommation durables dans le cadre d'un budget de référence belge en raison de leur disponibilité variable, de leur qualité difficile à contrôler et de leur durée de vie plus courte.

Afin de déterminer quels produits peuvent être tarifés sur la base d'un prix d'occasion, un cadre décisionnel a été élaboré et testé au sein de groupes de réflexion. Ce cadre combine le principe du coût minimal avec des garanties de qualité, la faisabilité et la liberté de choix. Ainsi, les voitures particulières, les vélos pour enfants et les poussettes sont tarifés sur la base d'un prix d'occasion, tandis que les produits techniquement fragiles tels que les machines à laver et les réfrigérateurs sont achetés neufs. En effet, lors d'un achat d'occasion, l'acheteur doit pouvoir vérifier si le produit répond aux normes de qualité. Des études montrent que les consommateurs sont plus réticents à acheter d'occasion des produits techniques ou des biens soumis à des exigences importantes en matière de santé ou de sécurité (Padmavathy, Swapana et Paul, 2019 ; Guiot & Roux, 2010). Certains professionnels, tels que les vendeurs de voitures d'occasion, pallient cette réticence en offrant des garanties. Pour d'autres produits, tels que les appareils électroménagers et les téléviseurs, de telles garanties sont rarement disponibles. Pour des articles tels que les sièges auto pour enfants ou les poussettes, des labels de qualité visibles doivent permettre de vérifier la sécurité du produit. Si la qualité d'un produit ne peut être contrôlée, il est acheté neuf.

Une condition supplémentaire à l'inclusion de prix d'occasion dans les budgets de référence belges est qu'il existe une offre suffisante de produits adaptés et en bon état dans un rayon de 10 kilomètres autour de l'acheteur. Cette disponibilité est vérifiée à l'aide

de recherches sur des plateformes d'occasion populaires[9] dans trois villes ou communes, réparties de manière équilibrée entre la Flandre, Bruxelles et la Wallonie. Si au moins quatre résultats de recherche appropriés sont trouvés pour un produit, l'offre est considérée comme suffisante. Le quatrième produit approprié le moins cher est ensuite sélectionné pour chaque région. Étant donné que les prix d'occasion peuvent fluctuer fortement et que les différences de prix régionales sont difficiles à déterminer, le prix le plus élevé des trois prix sélectionnés est retenu. Cela garantit également une liberté de choix suffisante. Enfin, lorsque le prix d'occasion sélectionné s'avère plus élevé que celui d'un produit neuf comparable, le prix neuf est repris dans le budget de référence.

2.3.3.3 Budgets mensuels

Tous les prix d'achat sont convertis en dépenses mensuelles. Pour les denrées alimentaires, cette conversion se fait sur la base de la durée de conservation indiquée sur l'emballage et de la quantité nécessaire (voir chapitre 3). Les budgets de référence doivent toutefois également refléter ce dont les ménages ont besoin à plus long terme pour pouvoir participer pleinement à la société. C'est pourquoi ils incluent également des biens de consommation durables, tels qu'un lave-linge ou des appareils électroménagers, pour lesquels une durée de vie réaliste est estimée. Cette durée de vie indique combien de temps un produit est utilisé en moyenne avant qu'il ne soit plus acceptable sur le plan fonctionnel ou social. Le prix d'achat de ces biens est réparti sur cette période d'utilisation, de sorte que le coût mensuel reflète le montant qu'un ménage doit épargner pour pouvoir remplacer le produit en temps voulu.

Comme il n'existe souvent pas de chiffres fiables sur la durée d'utilisation des produits, les budgets de référence belges s'appuient sur les délais d'amortissement utilisés dans d'autres budgets de référence européens. L'acceptabilité et la faisabilité de ces estimations ont été vérifiées au sein des groupes de réflexion.

2.3.3.4 Actualisation

Afin de refléter fidèlement l'évolution du pouvoir d'achat et du niveau de vie, les budgets de référence belges sont actualisés à intervalles réguliers. Jusqu'en 2022, les prix étaient relevés chaque année dans une sélection représentative de magasins physiques et de boutiques en ligne fiables. Depuis lors, ce relevé a lieu tous les deux ans et demi. Dans l'intervalle, les budgets sont ajustés tous les six mois à l'aide de sous-indices tirés de l'indice des prix à la consommation, ce qui permet de mieux réagir aux fluctuations de prix.

9 2dehands.be pour la Flandre ; 2ememain.be pour la Wallonie et Bruxelles et Marketplace pour les trois régions.

En outre, le contenu des budgets de référence est révisé tous les cinq ans, afin de tenir compte également de changements plus vastes au sein de la société et de l'évolution des attentes sociales. Ce livre a été rédigé à la suite de la révision de 2024. Les actualisations précédentes ont eu lieu en 2013 et 2018. Parmi les modifications importantes apportées en 2024, citons : l'ajustement du budget alimentaire sur la base des dernières directives du Conseil supérieur de la santé, le recalcul du loyer médian sur la base des données EU-SILC afin d'assurer la comparabilité entre les régions, la réduction des besoins énergétiques due à la diminution des surfaces habitables, l'inclusion d'une tablette et d'une utilisation plus importante des données pour les jeunes dans l'enseignement secondaire, et l'ajout de suppléments d'honoraires pour les dentistes et les psychologues en raison de leur faible taux de conventionnement.

Enfin, après chaque révision approfondie, les budgets de référence sont également adaptés rétroactivement afin que les comparaisons dans le temps restent correctes. C'est le cas lorsque les différences constatées ne résultent pas de variations de prix, d'évolutions sociétales ou de modifications de l'offre de biens et services nécessaires, mais sont le résultat d'ajustements méthodologiques ou de la correction d'erreurs et d'insuffisances antérieures. Ainsi, en 2024, les différences entre les quantités alimentaires pour les hommes et les femmes seront réduites (voir 2.3.1 et chapitre 3), les logements de vacances ne devront plus prévoir systématiquement une chambre séparée pour les frères et sœurs, une corde à linge sera ajoutée à la possibilité d'utiliser occasionnellement une laverie, et les frais liés à l'obtention du permis de conduire ont été ajoutés pour les ménages avec des adolescents (amortis sur six ans), alors qu'ils ont été supprimés pour les adultes (pour lesquels ils étaient auparavant amortis sur quarante ans).

2.3.4 Limites des budgets de référence

Malgré leur grande valeur en tant que critère scientifique, instrument politique et outil dans l'aide sociale, les budgets de référence ont leurs limites. En effet, ils font abstraction de la réalité complexe et souvent imprévisible dans laquelle vivent les gens. Dans cette dernière section du chapitre méthodologique, nous allons nous pencher sur un certain nombre de points structurels à prendre en considération et de pièges liés à l'utilisation des budgets de référence. Cette réflexion critique est essentielle pour appliquer les budgets de référence de manière responsable et réfléchie dans la recherche, la politique et la pratique.

Comme nous l'avons déjà mentionné, les budgets de référence ne représentent jamais un seuil de revenu exact. Les biens et services tarifés dans les paniers sont toujours illustratifs (voir 2.1.3). En effet, d'autres choix sont parfois possibles, qui peuvent entraîner une légère modification des coûts. C'est pourquoi il est important de garantir une

transparence maximale lors de l'élaboration des budgets de référence. Ce livre décrit donc comment les budgets de référence ont été élaborés et structurés afin que chacun puisse vérifier si les choix effectués sont pertinents et acceptables. Il existe également un guide des produits[10] qui contient, par thème, des listes détaillées des prix et des délais d'amortissement de tous les produits et services figurant dans les budgets de référence.

Deuxièmement, en raison de leur élaboration détaillée, les budgets de référence peuvent être interprétés à tort comme des modèles de consommation types. Cela va à l'encontre de leur objectif, qui est de fournir un cadre de référence pour déterminer le revenu minimal permettant aux personnes de mener une vie digne, le libre choix de la manière dont le budget du ménage est dépensé étant un élément essentiel d'une vie autonome.

Un troisième risque est que les budgets de référence et les outils en ligne qui en découlent soient utilisés comme une simple calculatrice, sans tenir compte des coûts supplémentaires supportés par les ménages en situation de vulnérabilité (voir chapitre 11). Ce risque peut être évité en tenant suffisamment compte de la situation spécifique des ménages dans le besoin et en engageant le dialogue avec eux, à l'aide des outils développés à cet effet, tels que l'outil REDI. De cette manière, les coûts divergents ou supplémentaires nécessaires peuvent être pris en compte de manière personnalisée pour chaque ménage lors du calcul du budget de référence.

Quatrièmement, nous avons déjà précisé à plusieurs reprises que les budgets de référence constituent un seuil minimal. Dans de nombreux cas, les budgets de référence seront insuffisants pour permettre une participation à part entière à la société, en particulier en cas de maladie grave, de handicap ou d'un manque de compétences pour planifier et gérer correctement son budget, ou en cas de malchance (p. ex. lorsque des enfants cassent régulièrement des objets ou ont souvent des accidents). Une autre limitation vient du fait que les budgets de référence sont basés sur des conditions sociétales favorables, telles que la disponibilité généralisée de biens et de services de qualité. Ces conditions ne sont pas toujours remplies et leur évolution reste invisible aussi longtemps qu'elle n'a pas d'impact immédiat sur le coût de la vie des ménages.

Enfin, une limitation importante des budgets de référence actuels est qu'ils ne tiennent pas compte de la satisfaction des besoins à moyen terme. Dans la mesure où cela s'inscrit dans ce qui est considéré comme normal et acceptable, l'impact écologique de la manière dont les besoins intermédiaires et fondamentaux sont satisfaits dans le cadre d'un mode de vie correspondant aux budgets de référence est pris en compte dans une

10 À consulter via : https ://www.budgetsdereference.be/outil-redi.

mesure limitée. Toutefois, aucune attention systématique n'est accordée à la question de savoir si les modes de consommation et la manière de satisfaire les besoins qui sont intégrés dans les budgets de référence sont écologiquement durables lorsqu'il s'agit d'un mode de consommation généralisé. Il en va de même de l'impact sur la satisfaction des besoins de groupes de population en dehors de la Belgique. L'impact potentiel des modes de consommation correspondant aux budgets de référence sur la capacité d'autres groupes de population à satisfaire leurs besoins de manière durable n'est pas non plus pris en compte. Il s'agit là de points importants qui devront être approfondis dans le cadre de recherches futures.

2.4 Conclusion

Les budgets de référence belges sont élaborés sur la base d'un fondement théorique et méthodologique solide. Grâce à une combinaison de principes normatifs et d'une approche « *mixed-method* » rigoureuse, ils recensent les biens et services dont les personnes ont besoin au minimum pour mener une vie digne et participer pleinement à la société. L'approche adoptée garantit que les budgets de référence sont scientifiquement fondés, socialement acceptables et utilisables dans la pratique.

Des budgets de référence entièrement spécifiés offrent non seulement transparence et contrôlabilité, mais permettent également de répondre avec souplesse aux besoins concrets de divers groupes cibles dans des contextes variés. Dans le même temps, les budgets de référence ont leurs limites : ils représentent une limite inférieure, basée sur des hypothèses relativement favorables. Ils ne reflètent pas exactement les besoins de chaque ménage, mais proposent un cadre de référence qui sert de base à l'évaluation sociale, à l'élaboration des politiques et à l'octroi d'une aide sur mesure.

Dans les chapitres suivants, ce cadre sera traduit en paniers concrets de biens et de services. Pour chaque domaine de la vie, les choix effectués seront systématiquement présentés, en précisant les sources sur lesquelles ils se fondent et la manière dont ils contribuent à garantir une existence digne en Belgique.

Références

Barbour, R.S. (2008). *Introducing Qualitative Research : A Student Guide to the Craft of Doing Qualitative Research*, London : Sage.

Buysse, L., Goedemé, T., Van der Heyden, M., Van Mechelen, N., Janssens, J., De Spiegeleer, T., & Nisen, L. (2017). De automatische toekenning van rechten in de Belgische sociale bescherming. Stand van zaken en kritische reflectie. In *Armoede in België. Jaarboek 2017* (pp. 73-99).

Bradshaw, J. (Red.). (1993). *Budget Standards for the United Kingdom*. Avebury.

Chan, J., To, H.-P., & Chan, E. (2006). Reconsidering social cohesion : Developing a definition and analytical framework for empirical research. *Social Indicators Research*, *75*(2), 273-302.

Cornelis, I., Dingemans, M., Frederickx, M., Peeters, N., & Storms, B. (2023). *Avec REDI vers une assistance financière équitable. Budgets de référence pour la participation sociale dans la pratique des CPAS.* Éditions Politeia.

Council of the European Communities. (1975). *Council Decision of 22 July 1975 concerning a programme of pilot schemes and studies to combat poverty*. Publications Office of the European Union.

Dean, H. (2020). *Understanding Human Need*. Policy Press & the Social Policy Association.

Devuyst, K., Storms, B., & Penne, T. (2014). Methodologische keuzes bij de ontwikkeling van referentiebudgetten : welke rol voor focusgroepen ? *Vlas-studies 19.* Antwerpen : Vlaams armoedesteunpunt.

Doyal, L., & Gough, I. (1991). *A Theory of Human Need*. Houndmills : Macmillan Education Ltd.

Expertisecentrum voor Budget en Financieel Welzijn. (2025). *Producten.* Retrieved from https://thomasmore.be/nl/expertisecentrum-budget-en-financieel-welzijn/producten

Frederickx, M., Goedemé, T., & Storms, B. (2025). Woonlasten en menswaardig inkomen : de bijdrage van sociaal woonbeleid als hefboom voor structurele armoedebestrijding. In Coene *et al*. *Armoede en ongelijkheid. Jaarboek 2025*. Leuven : Acco (à paraître).

Frederickx, M., Delanghe H., Penne, T., & Storms, B. (2025). Peut-on vivre décemment avec un revenu minimum en Belgique ? Les budgets de référence comme pierre de touche. *Revue belge de sécurité sociale*, *66*(1), 29-77.

Gijbels, E., Vinck, J., Van Lancker, W. (2023*). Financiële ondersteuning voor kinderen met zorgbehoeften intersectoraal harmoniseren Deel 1. Referentiebudgetten voor gezinnen van kinderen met specifieke zorgbehoeften*. Leuven : Welzijn, Volksgezondheid en Gezin.

Goedemé, T., Storms, B., & Van den Bosch, K. (2015). *Proposal for a method for comparable reference budgets in Europe* (p. 104). European Commission. https ://doi.org/10.2767/400190

Goedemé, T., Penne, T., Hufkens, T., Karakitsios, A., Simonovits, B., Carillo Alvarez, E., Kanavitsa, E., Cussó Parcerisas, I., Riera Romaní, J., Mäkinen, L., Matsaganis, M., Arlotti, M., Kopasz, M., Szivós, P., Ritakallio, V. M., Kazepov, Y., Van den Bosch, K., & Storms, B. (2019a). *What Does It Mean to Live on the Poverty Threshold ? Lessons from Reference Budgets*. In B. Cantillon, T. Goedemé & J. Hills (Eds.), *Decent Incomes for All : Improving Policies in Europe*. Oxford University Press.

Goedemé, T., Penne, T., Swedrup, O., Van den Bosch, K., & Storms, B. (2019b). Is there common ground for defining a decent social minimum in Europe ? In T. Kotkas, I. Leijten & F. Pennings (Eds.), *The Battle against Poverty : Specifying and Securing a Social Minimum* (pp. 93-109), Oxford : Hart Publishers.

Goedemé, T. (2020). The steep and winding road to comparable reference budgets in Europe. In C. Deeming (Red.), *Minimum Income Standards and Reference Budgets. International and Comparative Policy Perspectives* (pp. 255-270). Policy Press.

Goedemé, T., Janssens, J., Derboven, J., Van Gestel, R., Lefevere, E., Verbist, G., Vergauwen, J., Vandervelden, M., Nisen, L., Linchet, S., Bolland, M., Thiry, B., Van Mechelen, N., Corselis, A., & Verschueren, I. (2022). *TAKE : Reducing Poverty through Improving Take up of Social Policies. Final Report.* Belspo. BR/154/A4/TAKE

Guiot, D., & Roux, D. (2010). A second-hand shoppers' motivation scale : Antecedents, consequences, and implications for retailers. *Journal of Retailing, 86*(4), 355-371.

Herwin. (2024, 1 Août). Acht op tien Belgen vinden dat overheid hergebruik moet aanmoedigen. Retrieved from Acht op de tien Belgen vinden dat overheid hergebruik moet aanmoedigen – Herwin.

Mary Daly Queen's University. (2002). *Access to Social Rights in Europe*. Strasbourg.

McCrudden, C. (2013). *Understanding Human Dignity*. Oxford University Press.

Mahlert, B. (2021). Needs and satisfiers : A tool for dealing with perspectivity in policy analysis. *The European Journal of Development Research*, *33*(6), 1455-1474.

Max-Neef, M. A., Elizalde, A., & Hopenhayn, M. (1991). *Human Scale Development. Conception, Application and Further Reflections*. The Apex Press.

Menyhért, B., Cseres-Gergely, Zs., Kvedaras, V., Mina, B., Pericoli, F., & Zec, S. (2021). *Measuring and Monitoring Absolute Poverty (ABSPO) – Final Report*, EUR 30924 EN, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2021, ISBN 978-92-76-45227-0, doi :10.2760/787821, JRC127444.

Nussbaum, M. (2000). *Women and Human Development* : *The Capabilities Approach*. University Press.

Nussbaum, M. C. (2011). *Creating Capabilities : The Human Development Approach.* Harvard University Press.

Onwuegbuzie, A. J., Dickinson, W. B., Leech, N. L., & Zoran, A. G. (2009), A qualitative framework for collecting and analyzing data in focus group research. *International Journal of Qualitative Methods*, *8*(3), 1-21.

Padmavathy, C., Swapana, M., & Paul, J. (2019). Online second-hand shopping motivation–Conceptualization, scale development, and validation. *Journal of Retailing and Consumer Services,* 51, 19-32.

Penne, T, Cornelis, I., & Storms, B. (2020a). All we need is… Reference budgets as an eu policy indicator to assess the adequacy of minimum income protection. *Social Indicators Research*, 147, 991-1013.

Penne, T., Hufkens, T., Goedemé, T., & Storms, B. (2020b). To what extent do welfare states compensate for the cost of children ? The joint impact of taxes, benefits and public goods and services. *Journal of European Social Policy*, *30*(1), 79-94.

Penne, T., & Goedemé, T. (2021). Can low-income households afford a healthy diet ? Insufficient income as a driver of food insecurity in Europe. *Food Policy*, 99, 101978.

Sedmak, C. (2013). Human dignity, Interiority, and poverty. In C. Mccrudden (Ed.), *Understanding Human Dignity* (pp. 559-571). Oxford University Press.

Sen, A. (1983). Poor, Relatively Speaking. *Oxford Economic Papers*, *35*(2), 153-169. http ://oep.oxfordjournals.org

Sen, A. (1992). Inequality Reexamined. Cambridge, MA : Harvard University Press.

Sen, A. (1993). Capability and well-being *The Quality of Life* (pp. 30-53). New York : Oxford University Press Inc.

Sen, A. (2005). Human Rights and capabilities. *Journal of Human Development, 6*(2).

Smith, A. (1776). *An Inquiry into the Nature and Causes of the Wealth of Nations*. George Routledge & Sons, Limited.

Storms, B. (2007). Wat hebben we nodig om rond te komen ? Minimumbudgetten en financiële hulpverlening. OCMW-visies, *22*(1), 48-53.

Storms, B., & Van den Bosch, K. (Eds.) (2009). *Wat heeft een gezin minimaal nodig ? Een budgetstandaard voor Vlaanderen*. Leuven/Den Haag : Acco.

Storms, B. (2012*). Referentiebudgetten voor maatschappelijke participatie*. Doctoraal proefschrift Universiteit Antwerpen.

Storms, B., Goedemé, T., Van den Bosch, K., Penne, T., Schuerman, N., & Stockman, S. (2014). *Pilot project for the development of a common methodology on reference budgets in Europe : Review of current state of play on reference budget practices at national, regional, and local level*. ISBN 978-92-79-39287-0, doi : 10.2767/32875

Storms, B. (2024). *Koopkrachtevolutie gezinnen met studerende kinderen 2020-2023.* Geel : Thomas More, Expertisecentrum Budget en Financieel Welzijn.

Storms, B., Penne, T., Vandelannoote, D., & Van Thielen, L. (2015), Is de minimuminkomensbescherming in ons land doeltreffender geworden sinds 2008 ? Wat leren we uit de geüpdatete referentiebudgetten ?, *VLAS studie 21*, Antwerpen : Vlaams Armoedesteunpunt.

Stroobant, M. (1995). De sociale grondrechten naar Belgisch recht : een analyse van de parlementaire werkzaamheden bij artikel 23 GW. In M. Stroobant (Ed.), *Sociale grondrechten*. Maklu.

Turunen, L. L. M., Cervellon, M. C., & Carey, L. D. (2020). Selling second-hand luxury : Empowerment and enactment of social roles. *Journal of Business Research*, 116, 474-481.

Vanhille, J., Goedemé, T., Penne, T., Van Thielen, L., & Storms, B. (2018). Measuring water affordability in developed economies. The added value of a needs-based approach. *Journal of Environmental Management*, 217, 611-620.

Vandenbroucke, F., Keune, M., Ferrera, M., & Corti, F. (2021). The nature and rationale for European social rights*. EuSocialCit Working Paper*, at : 10.5281/zenodo.4555331

Van Thielen, L., Deflandre, D., Baldewijns, K., Boeckx, H., Leysens, G., Storms, B., Casman, M.-T., & Van den Bosch, K. (2010). *Quel est le revenu nécessaire pour une vie digne en Belgique? Recherche financée par Politique scientifique fédérale*

Vinck, J., Lebeer, J., & Van Lancker, W. (2019). Non take up of the supplemental child benefit for children with a disability in Belgium : A mixed method approach. *Social Policy & Administration*, *53*(3), 357-384.

Vranken, J. (2010), *Peer Review in Social Protection and Social 2010 : Using Reference Budgets for Drawing up the Requirements of a Minimum Income Scheme and Assessing Adequacy. Synthesis Report*. Brussels : European Commission.

3. LE BUDGET POUR UN MODE DE VIE SAIN : ALIMENTATION ET EXERCICE PHYSIQUE

Bérénice Storms, Tania Calogero, Helen Barte-Batsalle, Ilse Cornelis et Marieke Frederickx

3.0 Introduction

De nombreux comportements sont liés à la promotion d'un mode de vie sain. Pensez par exemple aux habitudes alimentaires, aux modèles de mouvements, au repos et à la détente, ou encore à l'entretien des relations. Ce chapitre se concentre sur une alimentation saine et un exercice physique suffisant en tant qu'éléments déterminants essentiels d'un mode de vie sain. Ils contribuent tous les deux en grande partie à une bonne santé et à la prévention des maladies (Aune *et al.*, 2017 ; Bull *et al.*, 2020 ; Howard *et al.*, 2020 ; Hoge Gezondheidsraad, 2019, Keum & Giovannucci, 2019). L'alimentation saine et l'exercice physique en suffisance remplissent en outre d'importantes fonctions personnelles, culturelles, sociales et symboliques (Block, 2011 ; Caplan, 2013 ; Hoge Gezondheidsraad, 2019). Pour offrir aux citoyens qui le souhaitent la possibilité de conserver un mode de vie sain, il est important de rendre ce dernier plus accessible. Nous pouvons citer à titre d'exemple d'éléments importants entravant l'accès à un mode de vie sain l'incertitude concernant les besoins de base, comme les revenus ou le logement, le manque de temps ou de compétences personnelles, l'inaccessibilité et le prix des aliments sains à la maison, à l'école ou au travail, l'exposition à (des publicités pour) des produits et des comportements mauvais pour la santé, ou encore un aménagement du territoire qui est trop peu axé sur les déplacements par le biais de modes de transport actifs (Bisogni *et al.*, 2012 ; Kelly *et al.*, 2016 ; Marteau *et al.*, 2022 ; Thompson, 2022 ; Westbury *et al.*, 2023). Les budgets de référence visent principalement l'aspect financier, sans négliger d'autres aspects importants. Le panier alimentaire illustre le niveau de budget dont des ménages types spécifiques (voir chapitre 2) ont au minimum besoin pour pouvoir manger de manière saine, variée et appétissante, et pour bouger suffisamment. Les denrées alimentaires reprises servent d'exemples pour un régime sain.

Le chapitre commence par un exposé sur ce que comporte un mode de vie sain, sur la base des recommandations du Conseil supérieur de la santé. La première section se concentre sur les recommandations alimentaires en termes de substances nutritives ou de nutriments. Les deuxième et troisième sections abordent respectivement les re-

commandations alimentaires relatives aux aliments concrets et les recommandations en termes d'exercice physique. Les sections 4 et 5 expliquent respectivement comment le panier du mode de vie sain est composé et comment son prix est évalué sur cette base. La section 6 traite du résultat, en accordant de l'attention au montant et à la composition du panier du mode de vie sain. Avant que le chapitre n'aboutisse à une conclusion, on s'arrête encore sur d'autres barrières qui peuvent entraver l'accès à un mode de vie sain, surtout pour les ménages qui vivent dans la pauvreté.

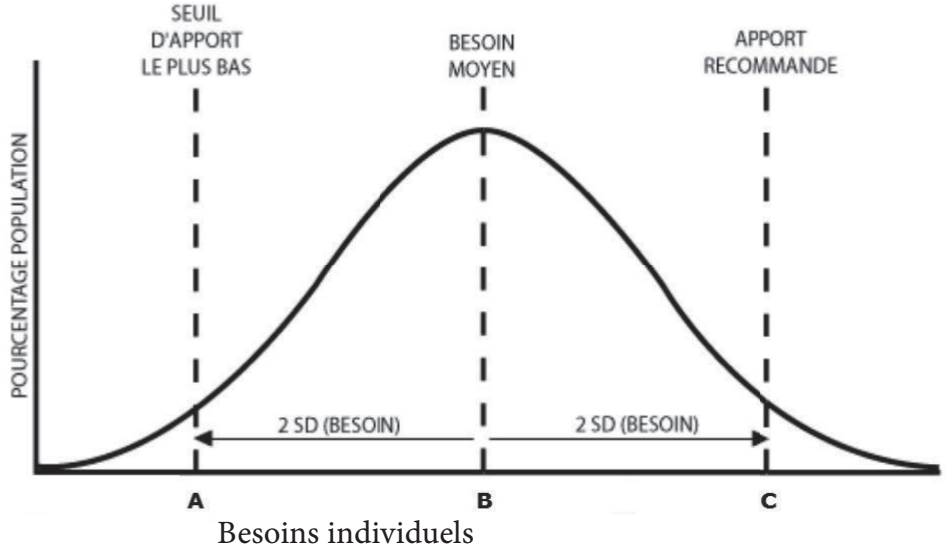
3.1 Recommandations alimentaires pour la Belgique : consommation de nutriments recommandée

Les recommandations alimentaires pour la Belgique décrivent la consommation de nutriments recommandée (les *Recommended Dietary Allowances [RDA]*) pour la population belge (Conseil supérieur de la santé, 2016, 2019).

Idéalement, les quantités et la qualité recommandées concernant l'alimentation sont adaptées à l'ensemble de la population. Une recommandation sûre et utile pour l'ensemble de la population répond donc non seulement au besoin moyen, mais aussi au besoin d'autant de personnes issues de cette population que possible. On part systématiquement à cet effet du principe suivant : les besoins individuels se répartissent pour la plupart des nutriments selon une courbe « de type Gauss » (voir figure 3.1). Le sommet de cette courbe est appelé le « besoin moyen » (ou *AR, Average Requirement*). La définition des recommandations consiste à choisir une valeur qui est deux écarts types supérieure au besoin moyen. L'apport alimentaire recommandé couvre les besoins de 97,5 % du groupe. Contrairement à ce que l'on suppose souvent, l'apport alimentaire recommandé n'est donc pas un niveau d'apport minimal souhaitable, mais une valeur supérieure au besoin individuel de la majeure partie de la population.

Ce raisonnement est illustré à la figure 3.1, où le point C correspond à l'apport alimentaire recommandé (*RDA, Recommended Dietary Allowance* ou *PRI, Population Reference Intake*). Le point B est le besoin moyen (AR) du groupe. Le point A (« seuil d'apport le plus bas » ou *LTI, Lowest Treshold Intake*) est l'apport sous lequel la plupart des personnes ne peuvent pas maintenir leur métabolisme normal.

Figure 3.1 – Distribution de la fréquence des besoins individuels à un nutriment donné



Note : repris du Conseil supérieur de la santé 2016, p. 13.

L'apport alimentaire recommandé (point C sur le graphique) pour les apports en protéines, graisses, fibres et glucides est indiqué dans le tableau 3.1, exprimé en pourcentage de l'apport énergétique recommandé quotidien total (E%). Pour plus de détails concernant les recommandations alimentaires ou pour les recommandations pour les enfants, les jeunes ou les personnes âgées, nous renvoyons au Conseil supérieur de la santé (2016).

Tableau 3.1 – Recommandations alimentaires pour les adultes

Recommandations alimentaires	
Glucides	50-55 E% (max. 10E% sucre ajouté)
Protéines	15 E%
Graisses	30-35 E%
Acides gras saturés (SFA) (acides gras saturés athérogènes)	< 10 E% <= 8 E%
Acides gras mono-insaturés (MUFA)	10-20 E%
Acides gras poly-insaturés (PUFA)	5-10 E%
Acides gras n-3	1-2 E%
Acides gras n-6	4-8 E%
Acides gras trans	Aussi peu que possible
Cholestérol	< 300 mg

Note : repris du Conseil supérieur de la santé 2016, pp. 40, 51 et 62

3.2 L'Épi Alimentaire : consommation d'aliments recommandée pour les adultes en Belgique

Pour composer un panier alimentaire utilisable en pratique et répondant aux recommandations alimentaires en termes de nutriments, le Conseil supérieur de la santé (2019) l'a traduit en recommandations pour les adultes sur la base d'aliments spécifiques. Le Conseil se base pour cela sur les preuves scientifiques constatée à propos des principaux problèmes de santé liés à l'alimentation en Belgique. Ces problèmes sont d'abord classés sur la base de l'impact d'un manque ou d'un excès d'aliments sur la santé. Ensuite, les recommandations sont classées selon les habitudes de consommation courantes de la population belge. Les recommandations pratiques pour les adultes émises par les experts du Conseil supérieur de la santé en 2019 pour notre pays sont résumées par ordre d'importance dans le tableau 3.2.

***Tableau 3.2** – Recommandations alimentaires pratiques pour les adultes : un aperçu par ordre d'importance*

Aliments	Recom. alim. pratique	Conseils/courses
Produits à base de céréales complètes	Au moins 125 g de produits à base de céréales complètes par jour.	Mangez suffisamment de produits à base de céréales complètes chaque jour, selon votre besoin d'énergie. Remplacez les produits raffinés par des produits à base de céréales complètes.
Fruits	250 g de fruits par jour.	Préférez des fruits frais.
Légumes	300 g de légumes par jour.	Variez les types et suivez les saisons.
Légumineuses	Mangez des légumineuses chaque semaine.	Remplacez la viande par des légumineuses au moins une fois par semaine.
Graines et noix	15 à 25 g par jour.	La préférence est accordée aux produits riches en oméga-3 (p. ex. noix). Optez pour des noix et des graines sans enrobage salé ou sucré.
Lait et produits laitiers	Consommez entre 250 et 500 ml de lait ou de produits laitiers par jour.	Si votre consommation est inférieure à 250 ml/j, il faut veiller à assurer d'autres sources de protéines, de calcium et de vitamines.
Poissons, crustacés et coquillages	Mangez une à deux fois par semaine du poisson, des crustacés ou des coquillages, dont une fois du poisson gras.	Mangez du poisson une à deux fois par semaine, la préférence étant accordée aux poissons riches en acides gras oméga-3.

Aliments	Recom. alim. pratique	Conseils/courses
Viande rouge	Mangez au maximum 300 g de viande rouge par semaine.	La viande rouge peut être remplacée par des légumineuses, du poisson, de la volaille, des œufs et d'autres produits de substitution. Optez pour des produits de substitution qui remplacent complètement la viande.
Charcuterie	Mangez au maximum 30 g de viande transformée par semaine.	Remplacez la charcuterie par des conserves de poisson, des garnitures à base de légumineuses ou de légumes, des fruits, du fromage frais.
Boissons et aliments avec sucre ajouté	Buvez aussi peu de boissons avec sucre ajouté que possible.	Préférez les boissons sans sucre ajouté, l'eau étant le premier choix.

Nutriments	Recom. alim. pratique	Conseils/courses
Calcium	Veillez à consommer suffisamment de calcium provenant de différentes sources, dont le lait et les produits laitiers.	Consommez au moins 950 mg de calcium par jour.
Acides gras poly-insaturés avec un accent sur les acides gras oméga-3	Optez pour l'huile de colza, de soja et de noix, et consommez des noix et des graines.	Optez pour des huiles non tropicales, des matières grasses à tartiner, des matières grasses à cuire et à rôtir liquides pour remplacer le beurre et les margarines solides.
Sodium et sel	Limitez votre consommation de sel à max. 5 g de sel par jour.	Optez pour des produits pauvres en sel et limitez l'ajout de sel aux préparations et à table. Les herbes et épices non salées constituent de bons assaisonnements alternatifs.

Note : repris du Conseil supérieur de la santé 2019, pp. 65-66

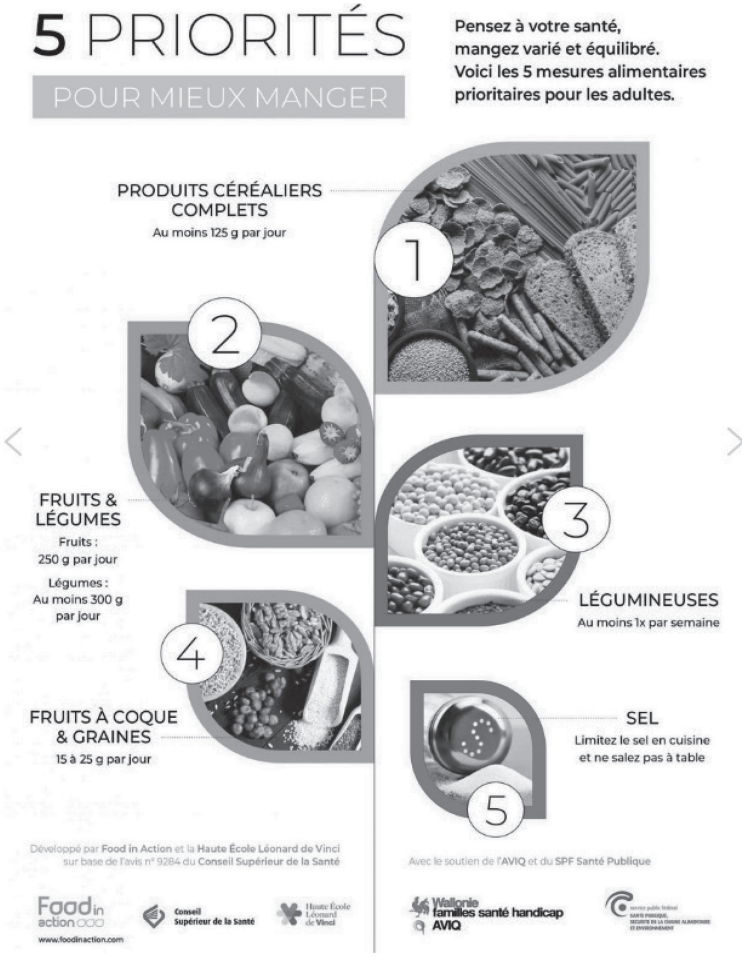
Pour rendre ces directives plus concrètes afin que les consommateurs sachent quels aliments contribuent à un mode de vie sain et quels sont ceux qu'il vaut mieux limiter, le Conseil supérieur de la santé a classé tous les aliments en trois grands groupes sur la base d'un consensus entre les experts.

- *Les groupes alimentaires à privilégier* : Il faut en promouvoir la consommation en quantité adéquate afin de diminuer les risques associés à leur faible consommation
- *Aliments à limiter* : une consommation excessive de ces produits est associée à un risque accru des principaux problèmes de santé liés à l'alimentation.
- *Autres aliments :* ils ne sont pas considérés comme prioritaires ou le lien entre ces aliments et la santé n'est pas suffisamment documenté.

Ces trois groupes ont servi à la composition du panier alimentaire et à l'ordre de consommation à privilégier (*cf*. 3.4.1 et 3.4.2).

Pour préciser les recommandations alimentaires du Conseil supérieur de la santé au grand public. L'épi alimentaire a été développée (Food in Action, s.d.). Celle-ci illustre les priorités alimentaires en cinq messages clés (*cf*. figure 3.2).

***Figure 3.2** – L'Épi Alimentaire*



Note : repris de Food in Action, s.d.

Outre l'importance d'une alimentation saine pour rester en bonne santé et prévenir les maladies, les recommandations alimentaires pratiques accordent également de l'attention aux aspects sociaux de l'alimentation et à leur impact sur la santé et le bien-être des citoyens. Le Conseil supérieur de la santé conseille de consacrer plus de temps et d'attention aux repas ensemble, dans le cadre familial, à l'école, au travail ou dans les

centres de soins résidentiels. Les recherches scientifiques démontrent que l'on mange plus sainement lorsque l'on mange ensemble. Le fait de manger ensemble représente également d'importants avantages en termes de bien-être individuel, car cela contribue au sentiment de bonheur des gens. Chez les jeunes, le fait de manger ensemble s'avère être un très bon prédicteur de santé mentale. Le fait de manger ensemble est en outre important pour la cohésion sociale et le bien-être social. Les repas partagés avec d'autres personnes impliquent en effet des avantages sociaux que les repas individuels ne peuvent pas offrir (*cf.*, pour plus d'informations, Conseil supérieur de la santé, 2019, pp. 81-84).

Non seulement les aspects sociaux, mais aussi les aspects liés à la durabilité, ont acquis une certaine place, quoique toujours assez limitée, dans les recommandations alimentaires pratiques. Les aliments qui ont un impact considérable sur l'environnement, comme certains produits d'origine animale, sont ainsi de préférence limités dans le régime. Parallèlement, les aliments d'origine végétale, qui présentent généralement une charge écologique plus faible, sont encouragés. Le Conseil supérieur de la santé souligne en outre l'importance de la promotion des produits de saison et locaux, qui réduisent la dépendance au transport et contribuent ainsi à une moindre consommation d'énergie. À l'avenir, le Conseil supérieur de la santé vise à intégrer la durabilité comme une dimension à part entière dans les recommandations alimentaires. Cela s'inscrit dans une politique durable intégrée visant à préserver les générations actuelles et futures des conséquences négatives de l'épuisement des richesses naturelles de la planète et du changement climatique (*cf.*, pour plus d'informations, Conseil supérieur de la santé, 2019, pp. 75-80).

3.3 Exercice physique et comportement sédentaire : recommandations

Outre une alimentation saine, l'exercice physique en suffisance doit également faire partie d'une politique sanitaire intégrée. Tout comme pour l'alimentation, les effets positifs d'un exercice physique en suffisance résident aussi bien sur les plans de la santé physique que du bien-être personnel et social (M. Izquierdo *et al*., 2025 ; Proia *et al.* 2021 ; Vlaams Instituut Gezondheid, 2019 ; Wun *et al.*, 2021). Bouger en suffisance à l'âge adulte est bon pour le poids, la pression artérielle, le cholestérol, les muscles et les os, la glycémie, la réduction des douleurs (dorsales), la réduction de la fatigue oculaire, la réduction des douleurs articulaires et la diminution du risque de cancer (de l'intestin), du cancer du sein, de l'ostéoporose, du diabète de type 2, des maladies cardiaques et vasculaires, et des chutes. Les personnes qui bougent plus se sentent, en outre, souvent mieux dans leur peau. Pour les enfants, faire de l'exercice en suffisance est encore plus important, car cela renforce les muscles et les os, cela garantit un poids sain, une

bonne croissance et un bon développement, et cela contribue à un meilleur équilibre, une meilleure coordination et une meilleure motricité. Tout comme pour les adultes, le fait de bouger plus est également associé chez les enfants à davantage de confiance en soi, une plus grande résistance au stress et un meilleur développement des compétences sociales.

Les recommandations relatives à l'exercice physique en Belgique sont basées sur les directives de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) concernant l'exercice physique et le comportement sédentaire (World Health Organization, 2020). Elles indiquent qu'un mélange d'activités modérées et intensives est la combinaison la plus avantageuse pour la santé et conseillent d'adapter l'intensité aux capacités physiques d'une personne. Les recommandations de l'OMS diffèrent donc en fonction du groupe d'âge et peuvent être résumées comme suit.

- Les adultes (18-64 ans) doivent de préférence pratiquer une activité physique à une intensité modérée au moins cent cinquante à trois cents minutes par semaine (c'est-à-dire au moins 30 min d'activité physique modérée par jour) et/ou une activité physique intensive pendant septante-cinq à cent cinquante minutes par semaine. Le comportement sédentaire doit être limité autant que possible et chaque exercice physique, aussi minime soit-il, peut avoir un effet positif sur la santé (Gezond Leven, 2017).
- Les enfants et les adolescents (5-17 ans) devraient pratiquer une activité physique modérée à intensive pendant au moins soixante minutes par jour.
- En ce qui concerne les personnes âgées (65+), les mêmes recommandations que pour les adultes sont d'application, mais il leur est, en outre, recommandé d'exercer des activités qui améliorent l'équilibre et la force musculaire pour éviter les chutes.
- Les mêmes recommandations que celles en vigueur pour les adultes s'appliquent aux personnes souffrant de maladies chroniques ou d'un handicap, mais adaptées en fonction de leurs capacités et de leur état de santé.
- Il est recommandé aux femmes enceintes et qui viennent d'accoucher de s'adonner à une activité physique modérée au moins cent cinquante minutes par semaine. Les activités présentant des risques élevés (p. ex. contact physique) et les activités en position couchée sont à éviter après le premier trimestre.

Les activités modérées-intensives sont définies par l'OMS comme étant des activités qui exigent trois à six MET (*Metabolic Equivalent of Tasks*), ce qui signifie qu'elles requièrent trois à six fois autant d'énergie que le repos. Ces activités font accélérer le rythme cardiaque et la respiration, mais peuvent généralement être pratiquées sans difficulté. En voici quelques exemples : marcher à allure soutenue, faire du vélo sur un terrain plat ou à un rythme léger, jardiner ou faire des tâches ménagères légères.

Les activités intensives sont les activités qui exigent plus de six MET. Elles augmentent considérablement le rythme cardiaque et la respiration, et sont plus difficiles à maintenir sur une plus longue période sans pause. En voici quelques exemples : courir, faire du vélo sur un terrain vallonné ou à un rythme rapide, faire de l'aérobic ou de la danse à haute intensité, nager à un rythme intensif et faire un sport d'équipe comme le football ou le basket-ball.

3.4 Le contenu du panier d'un mode de vie sain

Nous décrivons dans cette section comment les recommandations relatives à l'alimentation et à l'exercice physique ont servi de base pour composer le panier d'un mode de vie sain et quelles hypothèses en sont à la base.

3.4.1 Composition du panier alimentaire

Une première hypothèse importante à l'heure de composer le panier alimentaire est qu'il est principalement basé sur la fonction sanitaire préventive de l'alimentation saine. Conformément à cette première hypothèse, nous suivons les recommandations alimentaires pratiques du Conseil supérieur de la santé (2019) pour les adultes, comme décrit ci-dessus au tableau 3.2. Lorsque l'alimentation revêt toutefois d'autres fonctions, comme la détente, le maintien de relations sociales en dehors de la famille, ou la récompense pour les enfants, les aliments ou services nécessaires à cet effet sont classés dans les paniers correspondants, à savoir « repos et détente », « maintien des relations » et « enfance en sécurité ». Si cela débouche sur le remplacement de repas sains, on en tient compte lors du calcul du panier alimentaire (voir 3.5).

Pour les enfants à partir de l'âge de la scolarisation à l'école primaire et pour les adolescents, le panier alimentaire est basé sur des recommandations alimentaires spécifiques à l'âge, qui ont été élaborées par l'Association professionnelle flamande des experts en alimentation et des diététiciens (Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten, s.d., a, b). Pour les enfants d'entre 1 et 6 ans, la composition du panier alimentaire est basée sur la brochure « *Gezonde voeding voor peuters en kleuters* », dressée par plusieurs experts et publiée par l›Association flamande des pédiatres (Vlaamse vereniging Kindergeneeskunde, 2019). Les recommandations pour les groupes d'âge 1-18 ans sont résumées dans le tableau 3.3.

Tableau 3.3 – Recommandations alimentaires pratiques concernant les aliments pour les enfants et les jeunes (quantité par jour)

	1-3 ans	3-6 ans	6-12 ans	12-18 ans
Pommes de terre Pain	1-2 pièces 1-3 tranches	1-4 pièces 3-5 tranches	4-5 pièces 5-9 tranches	5-7 pièces 7-12 tranches
Légumes	50-100 g	100-150 g	250-300 g	300 g
Fruits	1-2 pièces	1-2 pièces	2 pièces	2 pièces
Produits laitiers, à base de soja et enrichis en calcium	350-500 ml	350-500 ml	3 verres	4 verres
Fromage		-	1 tranche	1-2 tranches
Graines et noix	10 g	15 g	15-25 g	15-25 g
Viande, poisson, œufs, produits de substitution	25-50 g	50-75 g	75-100 g	75-100 g
Matières grasses à tartiner	5 g/tranche	5 g/tranche	5 g/tranche	5 g/tranche
Matières grasses de cuisson	max. 15 g/1 cuillère à soupe	max. 15 g/1 cuillère à soupe	max. 15 g/1 cuillère à soupe	max. 15 g/1 cuillère à soupe
Liquides	0,5 – 1 l	1 + 0,5 l	1,5 l	1,5 l

Note : repris de Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten, s.d. (a, b) ; Vlaamse Vereniging voor Kindergeneeskunde, 2019

Pour les nourrissons, l'Organisation mondiale de la Santé conseille l'allaitement exclusif jusqu'à l'âge de 6 mois et l'allaitement mixte (complété par d'autres aliments) jusqu'à l'âge de 2 ans (Organisation mondiale de la Santé, 2023). Cette recommandation n'est toutefois pas suivie par la majorité des ménages dans notre pays (Kind en Gezin, 2023 ; Office de la Naissance et de l'Enfance, 2023). Pour des raisons de faisabilité, le panier alimentaire pour les bébés est donc élaboré pour trois scénarios.

- Dans le premier scénario, les bébés sont exclusivement allaités les douze premiers mois et, à partir de 6 mois, la panade de fruits et la purée de légumes sont intégrées et leurs quantités sont progressivement augmentées.
- Dans le second scénario, ils sont exclusivement nourris au lait maternel les onze premières semaines, puis encore treize semaines le matin et le soir, avec du lait maternisé en journée. Après six mois, les bébés boivent exclusivement du lait maternisé.
- Dans le troisième scénario, les bébés reçoivent exclusivement du lait maternisé dès la naissance. Dans les deux derniers scénarios, on introduit dès l'âge de 4 mois une petite quantité de nourriture solide.

Les recommandations pour les bébés et leur développement en trois scénarios sont amplement décrites dans Frederickx & Boeckx (2020).

Pour la composition du panier alimentaire, on choisit de reprendre principalement des aliments de la catégorie « aliments à priviligier » et « autres aliments ». Un rapport 5/2 sur une base hebdomadaire est la règle retenue dans le choix des produits. Les produits du groupe des « aliments à limiter » sont strictement limités dans le panier « mode de vie sain » en raison de leur influence négative sur la santé.

Outre l'aspect sanitaire, l'acceptabilité des budgets de référence est également un point d'attention important. Lors de la composition du panier alimentaire et de la sélection des produits alimentaires, l'expert en alimentation examine toujours dans quelle mesure les suggestions des groupes de discussion peuvent être reprises, afin que le panier corresponde mieux aux habitudes alimentaires culturelles actuelles. Il est toutefois essentiel à ce niveau que les adaptations proposées ne soient pas en contradiction avec les directives alimentaires. Étant donné qu'il ressort de l'étude que l'alimentation saine est plus coûteuse que les options malsaines (Vandevijvere et al., 2021), l'aspect de l'acceptabilité est moins important dans ce panier. Avec le budget fixé, les ménages ont la liberté de suivre ou non les directives en matière d'alimentation.

Troisièmement, on suppose que tous les repas sont préparés à domicile et consommés à domicile, au travail ou à l'école. Cette hypothèse adhère au modèle d'alimentation prédominant dans notre société, malgré la tendance croissante des repas/verres à l'extérieur observée ces dernières décennies (Sciensano, 2024). Pour pouvoir préparer, servir, consommer et conserver les repas à domicile, divers accessoires de cuisine sont nécessaires. Ils font donc partie intégrante du panier alimentaire. Dans ce cadre, aucun budget n'est prévu pour la consommation de repas à l'extérieur, comme les visites au restaurant ou les repas préparés à emporter. Le budget à cet effet est repris dans d'autre paniers, puisqu'il ressort des débats menés dans les groupes de discussion que de telles dépenses remplissent généralement d'autres fonctions que l'alimentation uniquement.

Tout comme pour les autres paniers (voir chapitre 2), nous partons enfin du principe que les ménages peuvent acheter et utiliser tous les aliments et accessoires de cuisine de manière économique, sans renoncer à la faisabilité pratique, à l'hygiène ou à la liberté de choix. Étant donné que la liberté de choix et l'autonomie sont des besoins de base universels, il est en outre essentiel que les ménages qui choisissent de manger sainement conservent une liberté suffisante pour sélectionner des aliments conformes à leurs goûts. C'est la raison pour laquelle il n'est pas tenu compte dans ce panier de l'offre croissante d'initiatives d'aide alimentaire, d'autant plus que l'accès à celles-ci est incertain et variable (Frederickx & Storms, 2025).

3.4.2 Le choix des produits alimentaires

Nous commentons ci-dessous la composition du panier alimentaire pour les principaux groupes d'âge.

3.4.2.1 Bébés

Les six premiers mois, un bébé boit en moyenne 150-180 millilitres de lait par kilo de poids corporel, quantité pouvant aller jusqu'à près d'un litre par jour. Après l'introduction de l'alimentation solide, la quantité de l'allaitement diminue. Pour les bébés qui boivent du lait maternisé (scénarios 2 et 3), nous prévoyons de l'eau en bouteille mentionnant « adapté à l'alimentation des nourrissons » et nous proposons dès 6 mois une petite quantité d'eau en cas de besoin accru (comme la fièvre ou la diarrhée). Le choix du lait maternisé repose sur les recommandations plus strictes pour la préparation de l'alimentation au biberon du Conseil supérieur de la santé (2005, 2015) qui ne peuvent pas être garanties par toutes les compagnies de distribution de l'eau dans notre pays. Entre 4 et 6 mois, les réflexes d'alimentation laissent la place aux mouvements de bouche volontaires, c'est donc un moment approprié pour introduire l'alimentation en purée à l'aide d'une cuillère. Les bébés allaités ne commencent de préférence l'alimentation solide qu'à partir de 6 mois afin de maintenir la production de lait à niveau. Le régime pour l'alimentation solide comprend d'après les directives du Conseil supérieur de la santé, Kind en Gezin et l'ONE (Office de la Naissance, Enfance) principalement de la compote de fruits et de la purée de légumes, avec une extension progressive de l'assortiment. Dès 6 mois, le menu est complété avec de petites quantités de viande blanche, de viande rouge maigre, de poisson (gras) et de produits de substitution de la viande comme des légumineuses. Nous laissons les produits à base de céréales complètes de côté pour la digestion. Tout comme pour les adultes, les matières grasses de préparation sont riches en acides gras insaturés.

Enfants en bas âge et jeunes enfants

Les recommandations alimentaires pour les enfants en bas âge ont été dressées pour les enfants âgés de 1 et 3 ans ; nous en retenons les quantités recommandées moyennes. Celles-ci sont indiquées au tableau 3.1. Deux commentaires sont à formuler à ce niveau. Tout d'abord, nous choisissons de ne pas reprendre le lait de croissance dans le panier, car ses avantages ne sont pas suffisamment avérés (Former *et al.*, 2018 ; Hojsak *et al.*, 2018), et parce que ces produits coûtent plus de 50 % plus cher que le lait de vache ordinaire. Ensuite, nous choisissons de limiter les biscuits pour enfants (pour la préparation de la panade ou comme collation à la maison ou à l'école) à une pièce par jour, car les biscuits pour enfants font partie de la catégorie des « aliments à limiter ».

3.4.2.2 Enfants, adolescents et adultes

3.4.2.2.1 Groupe des produits céréaliers et pommes de terre

Le Conseil supérieur de la santé recommande de manger chaque jour au moins 125 grammes de produits à base de céréales complètes, comme le pain complet, les flocons d'avoine, les pâtes complètes, ou encore le riz brun. Cette recommandation est un minimum et peut être complétée par des produits céréaliers (de préférence complets) ou des pommes de terre cuites. La quantité de produits céréaliers et de pommes de terre qu'une personne doit de préférence manger dépend des besoins énergétiques personnels. Les sportifs ou les personnes qui exercent un travail physiquement lourd consomment plus d'énergie qu'une personne assurant un travail de bureau. Il ressort de l'enquête belge sur l'alimentation que les hommes mangent considérablement plus de produits céréaliers et de pommes de terre que les femmes. Sur la base de cette réalité, nous fixons pour les femmes une quantité moyenne basse de produits céréaliers et de pommes de terre à six tranches de pain (212,5 g), 42,5 grammes de flocons d'avoine, deux pommes de terre (142,8 g) et 28,6 grammes de quinoa et pour les hommes une quantité moyenne haute de produits céréaliers et de pommes de terre à sept tranches et demie de pain (262,5 g), 52,5 grammes de flocons d'avoine, deux pommes de terre et demie (178 g) et 35,7 grammes de quinoa. Pour les adolescents âgés d'entre 12 et 18 ans, nous prévoyons six tranches et demie de pain (225 g) et 45 grammes de flocons d'avoine, deux pommes de terre (142,8 g) et 28,6 grammes de quinoa. Pour les enfants âgés d'entre 6 et 12 ans, nous retenons cinq tranches de pain (175 g), 30 grammes de flocons d'avoine, 125 grammes de pommes de terre et 25 grammes de quinoa.

Le choix des produits tient compte du rapport 5/2 pour les produits préférentiels (5/7) *vs* d'autres aliments. Le pain aux céréales complètes (dans un rapport 5/7) est alterné avec des flocons d'avoine (dans un rapport 2/7). Les pommes de terre cuites et le quinoa (5/7) sont alternés avec de la purée, des pommes de terre sautées, du riz complet et des pâtes complètes (2/7) (Vlaams Instituut voor Gezond Leven, 2018).

***Tableau 3.4** – Quantités de produits céréaliers et de pommes de terre*

	Portion/jour (g)				Portion/mois (g)		
Aliment	Femme	Homme	Enfant	Adolescent	Homme	Enfant	Adolescent
Pain complet	213	263	175	225	8 000	5 323	6 844
Flocons d'avoine	42	53	30	45	1 582	913	1 369
Pommes de terre	143	179	125	143	5 445	3 802	4 350
Quinoa	29	36	25	29	1095	760	882
Riz complet	10	10	10	10	304	304	304
Pâtes complètes	10	10	10	10	304	304	304

3.4.2.2.2 Groupe des fruits et des légumes

La recommandation pour le groupe des fruits est de 250 grammes par jour. Cette quantité vaut aussi bien pour les enfants à partir de 6 ans que pour les adolescents et les adultes. Compte tenu du rapport 5/2 des aliments « à préférer »/autres, le panier alimentaire se composera de 180 grammes de fruits frais par jour et d'une répartition équivalente de 70 grammes sur les autres produits alimentaires suivants : fruits en conserve, compote de fruits, jus de fruits et fruits secs.

Tableau 3.5 – Quantités de fruits pour les enfants à partir de 6 ans, les adolescents et les adultes

Aliment	Portion/jour (g)	Portion/mois (g)
Fruits frais	179	5 475
Fruits en conserve	18	548
Compote de fruits	18	548
Jus de fruits	18	548
Fruits séchés	18	548

La recommandation pour le groupe des légumes pour les adultes et les adolescents est de 300 grammes par jour. Compte tenu du rapport 5/2 entre les aliments « à préférer »/autres, la quantité de 214 grammes devrait provenir du groupe des « aliments à préférer » et environ 86 grammes des autres aliments. Les légumes surgelés non préparés constituent un bon choix pour le panier du « mode de vie sain ». Ils ne sont toutefois pas adaptés à la préparation de crudités, par exemple, et les ménages flamands cuisinent surtout des légumes frais pendant la plupart des saisons. C'est la raison pour laquelle les 214 grammes prévus dans le groupe des « aliments à préférer » sont scindés en une quantité égale de légumes frais et de légumes surgelés non préparés. Le fait de reprendre des légumes surgelés permet d'assurer une variété suffisante, surtout en hiver, dans la préparation de repas chauds abordables. Les « autres aliments » (86 g) peuvent être répartis uniformément entre la soupe de légumes, les légumes surgelés préparés et les légumes en conserve (3 * 28,6 g). Pour diverses raisons, nous nous écartons toutefois de cette répartition uniforme. Tout d'abord, les objectifs nutritionnels doivent encourager la population à consommer davantage de légumes, surtout pour ceux qui en consomment actuellement le moins (c'est-à-dire les ménages vulnérables). De plus, le Conseil supérieur de la santé (2009, p. 53) recommande de limiter la consommation de sel à 2 grammes par personne par jour. C'est pourquoi il est décidé de légèrement adapter cette répartition uniforme dans les autres aliments. La quantité de 28,6 grammes provenant de la soupe de légumes est additionnée à la quantité de légumes frais (107 g) et la somme (107 g + 28,6 g = 135,6 g) est reprise sous le dénominateur de « (soupe de) légumes frais » dans le panier alimentaire. Les 28,6 grammes de légumes surgelés préparés restent inchangés et les 28,6 grammes de légumes en conserve se retrouvent sous le dénominateur « légumes en conserve/soupe ». Il est

ainsi plus facile de consommer suffisamment de légumes (frais) et de fibres, en limitant la consommation de sel.

Pour les enfants âgés de 6 et 12 ans, la quantité recommandée de légumes est de 250 à 300 grammes par jour. Nous ajoutons donc une quantité moyenne de 275 grammes de légumes au panier. Pour le choix des produits, on suit le même raisonnement que pour les adolescents et les adultes.

Le tableau suivant résume les portions de légumes par type d'aliment dans le panier de l'alimentation saine.

***Tableau 3.6** – Quantités de légumes*

Aliment	Portion/jour (g)		Portion/mois (g)	
	Adulte/adolescent	Enfant	Adulte/adolescent	Enfant
Légumes frais (soupe)	136	124	4 137	3 772
Légumes surgelés non préparés	107	98	3 255	2 981
Légumes surgelés préparés	29	26	882	791
Légumes en conserve (soupe)	29	26	882	791

3.4.2.2.3 Groupe des légumineuses

Les légumineuses (p. ex. les haricots, les lentilles, les pois chiches) constituent une source de protéines et d'acides aminés essentiels. Elles sont une bonne alternative à la viande pour un repas ou peuvent faire office d'une importante source d'amidon. Elles peuvent être préparées en soupe ou en purée pour être tartinées. Une consommation hebdomadaire est encouragée par le Conseil supérieur de la santé afin d'augmenter la diversité des sources de protéines. C'est la raison pour laquelle elles sont reprises dans le groupe « viande, poisson et produits de substitution » en tant qu'alternatives à la viande (voir ci-dessous, 3.4.2.2.6).

3.4.2.2.4 Groupe des graines et des noix

Les graines et les noix occupent également une place importante dans l'épi alimentaire alimentaire en raison des avantages spécifiques qu'elles présentent pour la santé. Il s'agit d'une riche source de protéines, et elles fournissent beaucoup d'énergie grâce à leur haute teneur en matières grasses. Aussi bien pour les enfants que pour les adultes, il est recommandé de consommer chaque jour une poignée (15 à 25 g) de graines et de noix (ou de beurre de cacahuètes avec 100 % de cacahuètes et sans sel ou sucre ajouté). Ces aliments sont repris dans le panier alimentaire dans une quantité de 20 grammes par personne par jour.

3.4.2.2.5 Le groupe « produits laitiers et alternatives végétariennes enrichies en calcium »

La recommandation pour le groupe des produits laitiers est de 250 à 500 millilitres par jour pour les adultes. Nous répartissons cette quantité en une tranche de fromage (30 g) et deux tasses de lait (250 ml) par jour. Pour les personnes âgées, cette quantité de lait passe à 275 millilitres afin de compenser la diminution de la densité osseuse et la perte de masse musculaire. Une consommation suffisante de calcium et de vitamine D est aussi un point auquel il faut faire attention pendant la période précédant la densité de calcium maximale de l'os à l'âge de 20-25 ans (*peak bone mass*). C'est la raison pour laquelle nous retenons pour les produits laitiers la limite supérieure chez les adolescents : une tranche de fromage (30 g) et quatre tasses de lait (500 ml). Pour les 6-11 ans, la recommandation est d'une tranche de fromage (30 g) et de trois verres de lait (450 ml) par jour.

Compte tenu du rapport 5/2 des aliments à préférer/autres pour le choix de ces produits, il convient de reprendre dans le budget alimentation pour un adulte environ 179 millilitres de lait et 21 grammes de fromage du groupe « aliments à préférer » et environ 71 millilitres de lait (produits laitiers) et 9 grammes de fromage du groupe « autres aliments ». Les 179 millilitres de lait (produits laitiers) du groupe des « aliments à préférer » sont répartis uniformément entre le lait et le yaourt, car ils peuvent avoir une fonction différente dans un modèle d'alimentation (boisson, dessert ou collation). Étant donné que, pour les produits du groupe « autres aliments », la variation doit être aussi large que possible, ils sont représentés de manière uniforme dans le panier alimentaire (compte tenu du rapport 2/7). Pour le choix des produits pour les adolescents et les enfants, on suit le même raisonnement que pour les adultes.

En résumé, on reprend dans le panier alimentaire pour le groupe des « produits laitiers et alternatives végétariennes enrichies en calcium » les aliments suivants dans les quantités indiquées ci-dessous.

***Tableau 3.7** – Quantités de « lait et produits laitiers »*

	Portion/jour (ml)			Portion/mois (ml)		
Aliment	Adulte	Enfant	Adolescent	Adulte	Enfant	Adolescent
Lait, demi-écrémé	89	160,7	178,6	2 707	4 888	5 432
Yaourt, demi-écrémé	89	160,7	178,6	2 707	4 888	5 432
Lait chocolaté	23,8	42,8	47,6	724	1 302	1 448
Yaourt à boire	23,8	42,8	47,6	724	1 302	1 448
Yaourt aux fruits	23,8	42,8	47,6	724	1 302	1 448
Fromage, 20+	21	30	21	639	912	639
Fromage, 48+	9	-	9	274	-	274

3.4.2.2.6 Groupe « viande, poisson et produits de substitution »

La recommandation pour le groupe « viande, poisson et produits de substitution » est de consommer au maximum 300 grammes de viande rouge par semaine. La viande peut être remplacée par des alternatives à part entière, comme des œufs et des légumineuses. Par ailleurs, le Conseil supérieur de la santé recommande de manger du poisson une à deux fois par semaine, la préférence étant accordée aux espèces de poisson durables riches en acides gras oméga-3.

Compte tenu de ces recommandations, nous optons pour les quantités suivantes de viande, poisson et produits de substitution par semaine : deux fois par semaine de la viande (dont 170 g de viande rouge et 30 g de charcuterie), deux fois par semaine de la volaille, une fois par semaine du poisson (gras), une fois par semaine des œufs et une fois par semaine des légumineuses. Ces quantités valent pour tous les enfants à partir de l'âge de 6 ans. Elles sont proportionnellement diminuées selon les recommandations pour les jeunes enfants (*cf*. tableau 3.8).

***Tableau 3.8** – Quantités de viande rouge, charcuterie, poisson, volaille, œufs et légumineuses*

Aliment	Portion/jour (g)	Portion/mois (g)
	à partir de 6 ans	à partir de 6 ans
Viande rouge fraîche	24,2	736
Charcuterie	4,3	131
2 œufs	14,2	432
Viande blanche fraîche (volaille)	28,5	867
Poisson (gras)	14,2	432
Légumineuses	14,2	432

3.4.2.2.7 Matières grasses à tartiner et de préparation

La recommandation pour le groupe des matières grasses à tartiner et de préparation est « une fine couche » ou 5 grammes par tartine, avec un maximum de 15 grammes par personne par jour. Nous optons pour la margarine et le vrai beurre (en raison de la moindre teneur en sel) dans un rapport de 5/2. Pour préparer les repas chauds, une quantité d'une cuillère à soupe (ou 15 g) d'huile d'olive ou d'arachide par personne par jour est recommandée, tandis que, pour les repas froids, la préférence est accordée à l'huile de colza dans une quantité de 15 à 20 grammes.

Tableau 3.9 – Quantités de matières grasses à tartiner et de préparation

	Portion/jour (g)				Portion/mois (g)			
Aliment	Femme	Homme	Adolescent	Enfant (6+)	Femme	Homme	Adolescent	Enfant
Matières grasses à tartiner, ≤1/3 AGS (acides gras saturés) par rapport au total des matières grasses	10,7	10,7	10,7	10,7	325	325	325	325
Matières grasses à tartiner, >1/3 AGS par rapport au total des matières grasses	4,3	4,3	4,3	4,3	131	131	131	131
Matières grasses de préparation, repas chauds ≤1/3 AGS par rapport au total des matières grasses	15	15	15	15	456	456	456	456
Matières grasses de préparation, repas froids ≤1/3 AGS par rapport au total des matières grasses	15	15	15	15	532	532	532	532

3.4.2.2.8 Groupe des boissons

La recommandation pour le groupe des boissons est de 1,5 litre par jour pour tous les enfants (dès 6 ans), les adolescents et les adultes. Compte tenu du rapport 5/2 pour le choix des produits, environ 1,07 litre (5/7) proviendra du groupe « aliments à préférer » et environ 0,43 litre (2/7) du groupe « autres aliments ». Pour la composition du panier alimentaire, le critère consiste à toujours choisir le produit le moins cher dans le groupe des « aliments à préférer ». Dans ce cas, il s'agit de l'eau du robinet. Puisque la qualité de l'eau du robinet ne répond pas partout dans notre pays dans la même mesure aux exigences de qualité imposées (Aquawal, 2023 ; Vivaqua, 2022 ; Vlaamse Milieumaatschappij, 2023) et, puisque l'eau du robinet n'est pas appréciée partout par tout le monde, nous avons choisi de répartir la quantité d'eau plate en 5/7 d'eau du robinet et 2/7 d'eau en bouteille. Pour les produits de la catégorie « autres aliments », la variation doit intervenir autant que possible. Ils sont donc représentés de manière uniforme dans le panier alimentaire (compte tenu du rapport 2/7).

Le tableau 3.10 illustre un résumé pour le groupe des boissons des quantités reprises dans le panier alimentaire pour les adolescents et les adultes.

Tableau 3.10 – Quantités de boissons

Aliment	Portion/jour (l)	Portion/mois (l)
Eau, plate, robinet	0,77	23,21
Eau, plate, bouteilles	0,31	9,43
Café	0,14	4,3
Thé	0,14	4,3
Eau aromatisée	0,14	4,3

Étant donné que les produits de la catégorie « autres aliments » représentent un moins bon choix pour les enfants (jusqu' à 12 ans), on choisit de ne pas reprendre ces produits dans le panier alimentaire pour les enfants en âge d'aller à l'école primaire. On prévoit une quantité de 1,5 litre d'eau.

3.4.2.2.9 Groupe résiduel

Les produits du groupe résiduel ne sont pas nécessaires à un modèle alimentaire équilibré. C'est la raison pour laquelle ils ne sont repris que de manière limitée dans le panier d'un mode de vie sain. Pour choisir les produits du groupe résiduel, nous nous basons sur deux fois une garniture à tartiner sucrée par jour, complétée par un certain nombre de produits de base, comme des épices, de la farine, des sauces que l'on utilise souvent pour donner du goût aux repas. Les produits qui figurent traditionnellement dans le groupe résiduel, comme les sodas sucrés, l'alcool ou encore les chips, ne sont pas repris dans le panier d'un mode de vie sain, mais bien dans d'autres paniers. Ils remplissent effectivement en général d'autres besoins, comme le maintien des relations ou la détente.

Tableau 3.11 – Quantités groupe résiduel

Produit	Gramme/mois	
	Adulte/adolescent	Enfant
Choco (1 x 18 g par jour)	560	560
Confiture (1 x 18 g par jour)	560	560
Sucre, cristallisé (5 g par jour)	150	150
Condiments (poivre, sel iodé, noix de muscade, autre type d'épices)	35	35
Farine (5 g par jour)	150	150
Mayonnaise et ketchup (2*2,7 g par jour)	164	164
Poudre de pudding (5 g par jour)	150	150
Bouillon de légumes (1,32 g par jour)	40	40
Vinaigre	82	82

Produit	Gramme/mois	
Biscuits, premier choix (15 g/jour)		456
Biscuits, deuxième choix (5 g/jour)		152
Biscuits, troisième choix (5 g/jour)		152

3.4.3 Le choix des accessoires de cuisine

Pour pouvoir préparer des repas sains et variés avec les aliments décrits ci-dessus, les ménages ont besoin de matériel de cuisine. Les fonctions des accessoires de cuisine peuvent être réparties comme suit :

- rangement et conservation des aliments (p. ex. une armoire, un frigo ou un congélateur[11]) ;
- préparation des aliments (p. ex. casseroles et poêles) ;
- service des repas (p. ex. un plat ou des gants de cuisine) ;
- consommation des aliments (p. ex. des couverts, des assiettes, une table et des chaises) ;
- assurer l'hygiène de base (p. ex. un essuie pour la vaisselle, du détergent de vaisselle, une poubelle).

La liste des accessoires de cuisine nécessaires a été dressée par une experte en alimentation. Elle a fourni des conseils sur la nature, la qualité et le nombre d'articles nécessaires pour remplir les fonctions susmentionnées. La liste des accessoires de cuisine a ensuite été évaluée lors des entretiens menés dans les groupes de discussion.

3.4.4 Le choix des activités physiques

Outre l'alimentation, l'exercice physique est essentiel à une bonne santé (voir 3.3). On entend par exercice physique une large gamme d'activités, allant de l'exercice physique modéré à intense. Il est, en outre, recommandé d'éviter de rester assis de manière prolongée (voir 3.3). Bouger suffisamment ne doit pas coûter beaucoup d'argent. La tenue de sport est reprise dans le panier vestimentaire (voir chapitre 4) et le coût d'un vélo est comptabilisé dans le budget mobilité (voir chapitre 10). Pour permettre un peu plus de variation, nous suivons la recommandation des participants aux groupes de discussion visant à prévoir un budget pour une tenue de natation bihebdomadaire dans une piscine couverte. D'autres activités peuvent évidemment être exercées avec ce budget (comme un programme *start to run* ou une partie de mini-golf). Les ménages peuvent également

11 Le fait de reprendre un congélateur peut être justifié par des motifs économiques (pouvoir conserver les surplus, ce qui permet d'acheter des produits frais dans des emballages plus grands [souvent moins coûteux] et d'assurer une variation de légumes et de fruits abordables en hiver).

consacrer le budget pour s'affilier à une association, comme prévu dans le panier « enfance sûre », et dans le panier réservé à la détente, à d'autres activités sportives.

3.5 Le prix du panier d'un mode de vie sain

Le budget pour permettre un mode de vie sain ne dépend pas uniquement du contenu du panier, mais aussi de la manière dont les biens et les services sont achetés. Nous commentons brièvement ci-dessous la stratégie suivie pour évaluer le prix des biens et des services choisis dans ce panier.

Tout d'abord, sur conseil des participants aux groupes de discussion, nous avons choisi d'acheter autant que possible les produits alimentaires dans un même supermarché. Devoir faire plusieurs magasins pour faire des achats économiques n'est effectivement pas pratique et demande beaucoup de temps. Nous avons relevé les prix chez Colruyt, car cette chaîne de supermarchés adapte régionalement ses prix sur la base de la concurrence locale. En fonction de l'endroit, les prix chez Colruyt sont 6 à 14 % moins chers que dans les autres chaînes de supermarchés. Nous pouvons citer parmi d'autres arguments pour le choix de ce détaillant la politique d'achat transparente, l'attention accordée à une bonne qualité de base (en particulier pour les marques propres) et la bonne distribution géographique des nombreux points de vente. Les participants aux groupes de discussion ont neanmoins souligné que les personnes devaient toujours bénéficier d'une liberté de choix suffisante pour faire leurs courses dans le supermarché qu'elles préfèrent. Par ailleurs, la distribution des points de vente Colruyt n'est pas suffisante pour assurer une accessibilité à tous les Belges. C'est pourquoi nous avons choisi de majorer de 10 % les prix appliqués chez Colruyt. Le budget pour une « alimentation saine » répond de cette manière aux critères de « faisabilité », d'« acceptabilité », de « liberté de choix » et d'« abordabilité ».

Pour évaluer le prix des « aliments à préférer », nous avons choisi l'aliment le moins cher dans la catégorie d'aliments décrite (p. ex. lait demi-écrémé) disponible en magasin. Pour les autres produits alimentaires, nous laissons jouer autant de variation que possible dans la catégorie, du moins tant que cela peut être motivé dans l'optique d'un budget minimal. Nous illustrons cette idée à l'aide de l'exemple suivant. Dans le groupe de l'eau, l'eau plate et l'eau pétillante sont les aliments à préférer. Nous optons pour l'eau plate en tant que produit le moins cher, dans un rapport de 5/7 d'eau du robinet et de 2/7 d'eau en bouteille. Le panier alimentaire comprend en outre aussi du café, du thé et des eaux aromatisées en tant qu'autres produits alimentaires qui assurent l'apport hydrique. L'eau en bouteille et ces « autres aliments » sont aussi achetés au prix le plus bas au magasin.

En ce qui concerne le prix des fruits, des légumes, du fromage, de la viande ou du poisson, nous dérogeons à la règle générale visant à retenir le prix de l'aliment le moins cher dans la catégorie afin de permettre la préparation de repas variés. Pour ces produits, nous calculons un prix pondéré, le prix moyen des « x »[12] produits les moins chers étant repris dans un rapport 5/7 et le prix moyen des produits plus chers (à l'exception des 10 % les plus chers) dans un rapport 2/7. Le prix total doit veiller à ce que les consommateurs puissent acheter un panier varié de produits alimentaires à un faible prix.

Enfin, nous avons également pris en compte le coût des repas complets consommés à l'extérieur, dont le prix est intégré dans d'autres paniers (enfance en sécurité, détente et entretien des relations sociales). Pour chaque repas principal pris à l'extérieur, le coût d'un repas à domicile, tel qu'inclus dans le budget pour un mode de vie sain, est déduit.

En ce qui concerne l'achat des accessoires de cuisine, nous avons opté, après concertation avec les participants aux groupes de discussion, pour la chaîne IKEA comme détaillant principal. Les arguments suivants ont été déterminants dans ce cadre : les points de vente IKEA sont suffisamment répartis dans notre pays. IKEA propose une grande offre d'équipements de cuisine de qualité et abordables, que l'on peut aussi facilement acheter en ligne. IKEA dispose aussi de son propre service de transport et d'un système de garantie transparent. Sur la base d'arguments similaires, nous avons estimé le prix des électroménagers, en particulier le congélateur et le frigo, chez Vanden Borre. Les délais d'amortissement des accessoires de cuisine ont été estimés sur la base des résultats de budgets de référence étrangers abordés au sein des groupes de discussion.

Pour estimer un prix abordable et acceptable d'une activité physique payante, nous avons calculé le prix moyen que paient les ménages dans cinq piscines publiques que l'on fréquente deux fois par semaine. Ce budget peut également être utilisé pour participer à un programme *start to run* ou à une promenade pédestre ou cycliste organisée par exemple.

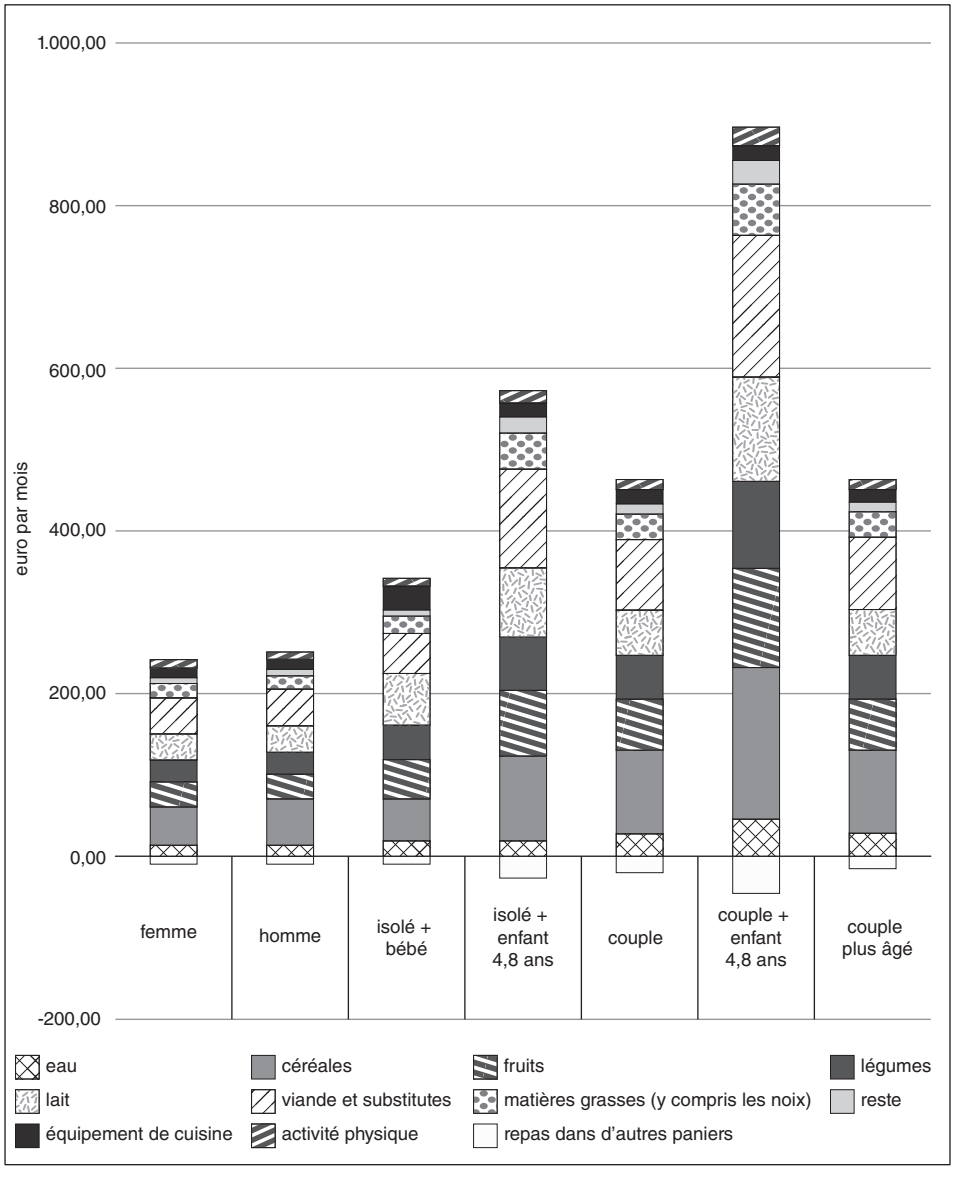
3.6 Budget de référence pour un mode de vie sain

Les décisions susmentionnées ont débouché sur des budgets mensuels concrets pour différents ménages types hypothétiques. Nous pouvons observer dans la figure 3.3 que le budget dont les ménages ont au moins besoin pour mener un mode de vie sain varie de 237 euros par mois pour une personne isolée à 850 euros par mois pour un couple avec un fils dans l'enseignement primaire et une fille dans l'enseignement secondaire.

12 x = 14 pour les légumes, x = 7 pour les fruits, x = 5 pour le poisson, la viande rouge, la viande blanche, la charcuterie, les conserves, les graines et les noix.

Le budget pour un mode de vie sain pour les hommes est légèrement supérieur (4 %) à celui pour les femmes en raison de plus grandes quantités de produits céréaliers (*cf.* 3.4.2.2.1). Les différences de niveau du budget pour mener un mode de vie sain sont négligeables entre les trois régions. Les prix du pain sont un peu plus élevés à Bruxelles qu'en Flandre et en Wallonie. Les prix des piscines publiques (activité physique payante) sont en revanche légèrement supérieurs en Flandre que dans les deux autres régions.

***Figure 3.3** – Le budget pour avoir un mode de vie sain pour sept ménages types, tous les membres du ménage étant en bonne santé, Bruxelles, montants mensuels en euros, mai 2024*



La majeure partie, à savoir 89 % (mère isolée et bébé) à 95 % (grands ménages avec enfants plus âgés), du budget total pour un mode de vie sain doit être consacrée à l'achat des produits alimentaires nécessaires pour préparer des repas variés, sains et abordables. Exprimé en prix par jour et par personne, il s'agit d'un montant de 7 euros pour les adultes isolés (6,6 euros pour les adultes cohabitants). Les coûts nécessaires pour l'alimentation pour les enfants augmentent avec l'âge, allant de 2,7 euros par jour pour les bébés (qui sont allaités jusqu'à l'âge de 3 mois) à 3,1 euros par jour pour les enfants en bas âge, 3,9 euros par jour pour les jeunes enfants, 6 euros par jour pour les enfants en âge d'aller à l'école primaire et 6,8 euros par jour pour les adolescents. Les adolescents cohabitants ont besoin d'un budget comparable à celui d'un adulte pour pouvoir manger sainement chaque jour. Cela s'explique par le fait que, pour les jeunes à partir de 12 ans, les quantités recommandées pour certains groupes d'aliments sont légèrement supérieures à celles applicables pour les adultes (voir 3.4.2.2).

Une part très minime (2 % à 3 %) du budget total pour l'alimentation est consacrée aux activités payantes en vue d'avoir une activité physique suffisante. Enfin, les coûts (d'amortissement) du matériel de cuisine nécessaire vont de 2 % (grands ménages) à 8 % (mère isolée avec bébé) du budget total.

3.7 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ?

Lors de la préparation d'un budget de référence pour l'alimentation, on part du principe que les ménages peuvent préparer des repas sains et abordables quotidiennement. Cette supposition implique non seulement un accès à une alimentation saine et abordable, mais aussi assez de motivation, de compétences, de moyens financiers et de temps pour faire des courses en tenant compte des prix et pour cuisiner des produits frais chaque jour. Dans la pratique, ces conditions ne sont pas toujours remplies par les ménages vulnérables du point de vue financier.

Les choix alimentaires ne sont pas exclusivement déterminés par des préférences individuelles, mais aussi en grande partie par l'environnement alimentaire. Les contextes dans lesquels les gens passent beaucoup de temps (à la maison, sur leur lieu de travail ou à l'école) ont une influence considérable sur le comportement alimentaire. Des études récente de Smets & Vandevijvere (2022) et de Smets, Cant & Vandevijvere (2022) démontre que l'offre alimentaire se trouve dans une situation préoccupante en Flandre. Ce n'est pas tant la conséquence d'un manque général d'accès à une alimentation saine (seulement 4,9 % de la population vivent dans des « déserts alimentaires »), mais surtout d'une impressionnante présence d'options alimentaires malsaines : 88 % de la population flamande vivent dans des quartiers résidentiels où les points de vente malsains dominent par

rapport aux alternatives saines, les « marais alimentaires ». Ce sont surtout les personnes âgées, les jeunes et les ménages à faibles revenus qui courent un risque accru d'environnement alimentaire malsain. En raison de la mobilité limitée et d'un choix restreint de magasins, les personnes âgées et les ménages à faibles revenus sont plus sensibles à la fois aux déserts alimentaires et aux marais alimentaires. Cette double vulnérabilité est problématique, vu les liens évidents qui existent d'après les auteurs entre les environnements alimentaires malsains et un risque accru de surpoids, d'obésité, de diabète, de maladies cardiaques et vasculaires, et un risque réduit de récupération après certains cancers.

Les enfants et les jeunes sont particulièrement vulnérables aux effets négatifs des marais alimentaires, non seulement en raison de l'aménagement de leur environnement de vie (école, quartier), mais aussi de leur phase de développement (sensibles au marketing et à la commodité). Pour les ménages à faibles revenus aussi, une alimentation saine demande généralement plus d'efforts que pour d'autres ménages. Il existe plusieurs explications à cette observation. L'alimentation saine en Belgique est plus chère que l'alimentation malsaine (Vandevijvere *et al*., 2020 ; 2021). Par ailleurs, les ménages vulnérables du point de vue financier ont souvent moins de connaissances en matière d'alimentation saine ou de compétences culinaires (Kohlenberg-Müller *et al.*,2019) ou ils manquent du matériel de cuisine nécessaire pour préparer et conserver des repas sains (Méjean *et al*., 2019).

Nous pouvons citer, parmi les autres obstacles majeurs pour les ménages soumis au stress financier ou dans des situations difficiles, l'espace mental plus limité pour s'occuper des repas. Ces ménages sont souvent confrontés à une plus grande charge émotionnelle et psychologique, ce qui est une cause importante d'alimentation émotionnelle, du fait que l'on prenne moins soin de soi ou d'une faible observance en cas d'interventions alimentaires (Kohlenberg-Müller *et al.*, 2019).

Ces constatations se reflètent dans les résultats de l'enquête sur la consommation alimentaire (2014-2015). Ceux-ci démontrent que les recommandations alimentaires sur lesquelles est basée la composition du panier alimentaire ne correspondent souvent pas aux modèles alimentaires des ménages belges. En général, le modèle alimentaire belge est caractérisé par une consommation excessive de viande rouge, de viande transformée et de boissons sucrées, et par une forte sous-consommation de fruits, de légumes, de noix, de graines, de produits céréaliers, de lait, d'œufs et de poisson. Les ménages aux revenus inférieurs s'écartent plus fortement des recommandations alimentaires que les ménages aux revenus supérieurs. Il a plus particulièrement été constaté que la consommation de fruits, de légumes, de poisson et de produits à base de céréales complètes était sensiblement plus faible chez les groupes aux revenus inférieurs (De Ridder *et al.*, 2016).

Les modèles d'alimentation se reflètent en grande partie dans les dépenses alimentaires. L'étude sur le budget des ménages (Statbel, 2024) nous apprend qu'à cet égard, un ménage belge moyen dépense 21 % de plus en denrées alimentaires que le budget de

référence pour l'alimentation. Ces dépenses supplémentaires se situent principalement dans les catégories alimentaires des boissons, de la viande, du poisson, des substituts de viande et du groupe résiduel. En comparaison avec les budgets de référence pour l'alimentation, les ménages belges dépensent beaucoup moins pour « les matières grasses et les noix » et pour les fruits. Ces constatations s›appliquent à tous les groupes de revenus. Il n›y a pratiquement pas de variation dans la part des dépenses des différents groupes alimentaires en fonction du revenu, à l›exception du groupe des produits céréaliers. La part dans les dépenses alimentaires y est inférieure pour les ménages dans le quartile des revenus le plus bas. Le montant total que les ménages consacrent à l›alimentation présente clairement un gradient de revenus. Les 25 % de ménages les plus pauvres dépensent 50 % de moins pour l'alimentation que les 25 % de ménages les plus riches, et aussi 19 % de moins que le budget de référence moyen pondéré[13]. Le coût moyen du budget pour l'alimentation (pondéré pour tous les ménages types) correspond au montant moyen que les ménages belges consacrent à l'alimentation dans le deuxième quartile de revenus[14].

Dans les groupes de discussion, le panier du mode de vie sain a de manière générale été considéré comme acceptable et réalisable. Les participants ont malgré tout remarqué que les possibilités pour cuisiner sainement et pour faire ses courses de manière économique dépendaient souvent des conditions de vie personnelles. Cela demande beaucoup de temps, de la planification, de l'énergie et des compétences. Ce sont surtout les personnes isolées qui ne trouvent pas toujours la motivation pour cuisiner pour elles seules, tandis que les ménages monoparentaux déclarent souvent manquer de temps pour préparer des repas frais les jours ouvrables. Tous les parents indiquent toutefois dans les groupes de discussion qu'ils trouvent que l'alimentation saine est très importante pour leurs enfants. Le moment du repas est pour eux une importante source de tension lorsqu'ils rencontrent des difficultés à remplir l'assiette de leur famille. Ils sont nombreux à trouver que ce serait plus facile si l'école proposait des repas sains à un prix abordable.

> *Cela exige cependant du temps et de la discipline, il faut donc être convaincu de l'importance de cuisiner frais chaque jour. Et ce n'est pas toujours le fait que l'on travaille qui est en cause. Le manque de courage pour cuisiner peut s'expliquer par beaucoup d'autres choses. Cuisiner des repas frais tous les jours me semble peut-être un peu irréaliste. (Gand, ménage avec enfants, 2013)*
>
> *Lorsque l'on combine travail et études, on n'a souvent que peu de temps et peu de créneaux horaires pour aller faire les courses, par exemple, en soirée ou la nuit. (Liège, étudiants, 2024)*

13 Le budget pour l'alimentation des différents ménages types y est pondéré selon leur part dans la population.

14 Le deuxième quartile de revenus renvoie à la part de la population qui, si tous les ménages sont classés selon leurs revenus (de faibles à élevés), tombe entre 25 % et 50 % des revenus les plus faibles.

> *Mais ça coûte cher aussi de les faire manger à l'école. Il y a quelques années, je travaillais tous les jours à temps plein et j'ai eu la possibilité de faire manger un repas chaud aux enfants à l'école en journée. Le soir, on mangeait une tartine par facilité. C'était faisable. Mais ensuite est venue la facture… Et c'était beaucoup trop cher (Gand, ménages avec enfants, 2013).*

À la suite d'un manque d'espace et d'équipements de cuisine en suffisance, les ménages vulnérables du point de vue financier choisissent souvent d'acheter de plus petites quantités (plus coûteuses) ou optent pour des repas prêts à consommer malsains et bon marché (Baki *et al.*, 2023). Les personnes qui vivent en dehors de la ville ont souvent moins accès à des magasins abordables et accessibles, surtout lorsqu'elles ne disposent pas d'une voiture (voir aussi Baki *et al.*, 2023).

> *J'habitais auparavant à ***, donc j'allais pratiquement toujours au Colruyt près de la ***. Maintenant que j'habite à ***, j'ai près de chez moi un Spar, qui fait partie du même groupe que Colruyt, je pense. Je crois qu'il est relativement plus cher, mais j'y vais tout le temps. (Verviers, ménages sans enfant, 2024)*
>
> *Trouver des magasins bon marché dans le quartier. À ***, par exemple, il n'y a qu'un Spar et il est très cher. Et à ***, il n'y a aucun supermarché et il faut se déplacer à ***. Je remarque donc que, par facilité, ces personnes se rendent en soirée, par exemple, pour leur enfant, dans un night shop, mais cela coûte cher. (Balen, ménages avec bébés, 2024)*

3.8 Conclusion

Pour la composition du panier d'un mode de vie sain, nous nous sommes basés sur les recommandations du Conseil supérieur de la santé et de l'Organisation mondiale de la santé concernant ce que comporte une alimentation saine. Le panier comprend tout d'abord toutes les denrées alimentaires, dans les quantités requises pour permettre la consommation des nutriments recommandés en vue de la réalisation et de la conservation d'une bonne santé.

Une hypothèse importante dans la composition de ce panier est qu'il comprend des produits pour préparer des repas sains et savoureux à la maison. Une deuxième supposition importante est que les ménages achètent, préparent et consomment toutes les denrées alimentaires de manière économique, mais réalisable. Pour pouvoir garantir une variété suffisante dans l'offre de substances nutritives nécessaires, nous reprenons aussi bien des aliments dans le groupe des « denrées alimentaires à préférer » que dans le groupe des « autres denrées alimentaires ». Pour choisir les produits alimentaires, nous appliquons la règle de base suivante : un rapport 5/2 (sur une base hebdomadaire) des denrées alimentaires à préférer/autres, en optant d'office pour la denrée alimentaire la moins chère dans les « denrées alimentaires à préférer » et en faisant jouer autant que

possible la variation dans les autres produits alimentaires, du moins tant que ce choix peut être motivé du point de vue de la recherche d'un seuil minimal nécessaire pour pouvoir vivre dignement. En ce qui concerne le choix des sortes de fruits, de légumes, de viande, de poisson et de fromage, on s'écarte de cette règle et on étend les possibilités de choix pour permettre la préparation de repas chauds et variés.

Outre une alimentation saine, le panier d'un mode de vie sain comprend aussi les accessoires de cuisine nécessaires pour stocker des denrées alimentaires à domicile et pour préparer, servir, consommer et conserver les repas, ainsi que quelques produits et services pour encourager une activité physique suffisante.

Pour évaluer le prix du panier du mode de vie sain, nous avons cherché pour chaque produit le bon emballage, à un prix aussi bas que possible, en tenant compte de la qualité et des quantités prescrites. Étant donné qu'il n'est pas possible du point de vue pratique de se rendre dans de nombreux magasins différents pour faire ses courses habituelles, nous avons choisi d'estimer les produits alimentaires dans la chaîne de supermarchés la moins chère et avons comparé les prix que nous y avons relevés avec ceux d'autres grands détaillants. Ceux-ci se sont avérés être en moyenne 10 % plus chers que la chaîne la moins chère. Nous avons donc décidé d'augmenter les prix que nous avons relevés de 10 %. Cette démarche laisse une certaine liberté de choix pour l'achat des produits alimentaires et garantit aussi que le prix du panier soit réalisable pour les personnes pour lesquelles le magasin le moins cher n'est pas facilement accessible.

Selon ce calcul, le panier d'un mode de vie sain s'élève à 234 euros par mois pour une personne isolée, à 416 euros pour une famille monoparentale avec un enfant en âge d'aller à l'école primaire, et à 632 euros pour une famille monoparentale avec deux enfants, l'un à l'école primaire et l'autre à l'école secondaire. Les couples sans enfant ont besoin d'au moins 439 euros par mois pour pouvoir adopter un mode de vie sain. Un couple avec un enfant (à l'école primaire) et avec deux enfants (à l'école primaire et à l'école secondaire) a respectivement besoin de 628 euros et de 843 euros par mois.

Environ 92 % du budget total pour un mode de vie sain sont consacrés aux achats des produits alimentaires nécessaires pour préparer des repas variés, sains et abordables. Exprimé en prix par jour par personne, ce montant s'élève à 6,9 euros pour une femme isolée et à 7,2 euros pour un homme isolé. Le budget nécessaire pour les jeunes enfants, les enfants en âge d'aller à l'école maternelle, primaire et secondaire s'élève respectivement à 3 euros, 3,8 euros, 5,7 euros et 6,9 euros par jour.

Une part minime (3 % à 5 %) du budget total pour l'alimentation est consacrée aux activités payantes en vue d'avoir une activité physique suffisante. Enfin, les coûts (d'amortissement) du matériel de cuisine nécessaire vont de 2 % à 8 % du budget total.

Il est important de souligner que ces budgets sont calculés pour les ménages qui sont motivés à adopter un mode de vie sain et qui disposent de suffisamment de temps, d'énergie, de connaissances et de compétences pour préparer des repas sains, savoureux et abordables au quotidien. Il s'avère toutefois dans la pratique que ce n'est pas toujours le cas. C'est ce qu'il ressort des modèles d'alimentation réels et des dépenses des ménages belges, mais aussi des entretiens avec les participants aux groupes de discussion. Aussi bien les personnes à faibles revenus que les ménages percevant des revenus moyens à élevés indiquent que faire des courses saines et abordables, en combinaison avec la préparation quotidienne de repas frais, demande beaucoup de temps, de planification, d'énergie et de compétences. C'est d'autant plus difficile pour les familles monoparentales et les ménages qui vivent sous tension financière. Bien que ce panier alimentaire ait été jugé acceptable et faisable, sa réalisation concrète demande un haut degré de stabilité, de compétence, une cuisine adaptée et du temps disponible – et ce sont précisément ces conditions qui sont souvent sous pression dans les ménages financièrement vulnérables. C'est pourquoi ce panier fait plutôt office de référence pour ce que l'on peut socialement considérer comme « suffisant » que de reflet de ce que chaque ménage peut effectivement réaliser.

Références

Aquawal (2023). *Statistiques de l'eau potable et de l'assainissement des eaux usées en Wallonie – Rapport 2022*. Namur : Aquawal.

Aune, D., Giovannucci, E., Boffetta, P., Fadnes, L. T., Keum, N., Norat, T., & Tonstad, S. (2017). Fruit and vegetable intake and the risk of cardiovascular disease, total cancer and all-cause mortality—a systematic review and dose-response meta-analysis of prospective studies. *International Journal of Epidemiology*, *46*(3), 1029-1056.

Baki, J., Vinck, B., Beuselinck, A., & Maelstaf, H. (2023). *Hoe en welke voedingskeuzes maken mensen in een kwetsbare positie uit 2060 Antwerpen ? Stadskracht Discussiepaper (2).* AP Hogeschool Antwerpen. https://www.ap.be/project/food-care

Bisogni, C. A., Jastran, M., Seligson, M., & Thompson, A. (2012). How people interpret healthy eating : Contributions of qualitative research. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, *44*(4), 282-301.

Block, L. G., Grier, S. A., Childers, T. L., Davis, B., Ebert, J. E., Kumanyika, S., & Peracchio, L. (2011). From nutrients to nurturance : A conceptual introduction to food well-being. *Journal of Public Policy & Marketing*, *30*(1), 5-13.

Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., & Chou, R. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, *54*(24), 1451-1462.

Caplan, P. (2013). *Food, Health and Identity*. Routledge.

Conseil Supérieur de la Santé. (2005). *Eau destinée à la préparation des biberons. Avis du CSH sur la qualité microbiologique de l'eau destinée à la préparation des biberons. Bruxelles: Avis 8123.*

Conseil Supérieur de la Santé. (2015). *Critères eaux. Révision de certains critères (Ca, Mg, Se, Chlorures et sulfates) pour l'évaluation des demandes d'autorisation à l'usage de l'allégation « convient pour la préparation de l'alimentation des nourrissons » dans l'étiquetage des eaux minérales naturelles et des eaux de source.* Bruxelles: avis 8894

Conseil Supérieur de la Santé. (2019). *Recommandations alimentaires pour la population Belge adulte.* Bruxelles: avis 9284.

De Ridder, K., Lebacq, T., Ost, C., Teppers, E., & Brocatus, L. (2016). Rapport 4 : De consumptie van voedingsmiddelen en de inname van voedingstoffen. Samenvatting van de onderzoeksresultaten. In E. Teppers & J. Tafforeau (Eds.), *Voedselconsumptiepeiling 2014-2015*. Brussel : WIV-ISP.

Fédération Wallonie-Bruxelles (2024). *Chiffres clés : allaitement maternel.* Retrieved 23.12.2024, from https://statistiques.cfwb.be/transversal-et-intersectoriel/one/accompagnement-des-meres/allaitement-maternel/

Food in Action (z.d.). *De Voedingstak : De nieuwe richtlijn in de Belgische voedingsaanbevelingen.* Retrieved 25.10.2024, from https://www.foodinaction.com/nl/voedingstak-nieuwe-richtlijn-belgische-voedingsaanbevelingen/.

Frederickx, M., & Boeckx, H. (2020). Minimale kostprijs voor gezonde voeding van een baby. Vergelijking tussen borstvoeding en flesvoeding. *Tijdschrift voor Voeding & Diëtetiek*, (5), 19-22.

Frederickx, M., & Storms, B. (2025). Voedselhulp : Noodhulp of structurele oplossing ? *Blog Expertisecentrum Budget en Financieel Welzijn.* Retrieved from https://thomasmore.be/nl/expertisecentrum-budget-en-financieel-welzijn/blog/voedselhulp-noodhulp-structurele-oplossing

Gezond Leven (2017). *Bewegingsdriehoek*. Brussel : Vlaams Instituut Gezond Leven.

Howard, G., Bartram, J., Williams, A., Overbo, A., Fuente, D., & Geere, J.-A. (2020). *Domestic Water Quantity, Service Level and Health.* World Health Organization.

Stabel. (2024). *Gemiddelde uitgaven per huishouden en per jaar (€) – Verdeling per inkomensgroep volgens de kwartielen, België.* Retrieved from https://statbel.fgov.be/nl/themas/huishoudens/huishoudbudget

Izquierdo, M. *et al*. (2025). Global consensus on optimal exercise recommendations for enhancing healthy longevity in older adults (ICFSR). *The Journal of Nutrition, Health and Aging*, *29*(1), 100401. https://doi.org/10.1016/j.jnha.2024.100401

Kelly, S., Martin, S., Kuhn, I., Cowan, A., Brayne, C., & Lafortune, L. (2016). Barriers and facilitators to the uptake and maintenance of healthy behaviours by people at mid-life : A rapid systematic review. *PloS One*, *11*(1), e0145074.

Keum, N., & Giovannucci, E. (2019). Global burden of colorectal cancer : Emerging trends, risk factors and prevention strategies. *Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology*, *16*(12), 713-732.

Kohlenberg-Müller, K., Ramminger, S., Kolm, A., Barkmeijer, A., Gast, C., Adam, M., Le Bruyn, B., Heine-Bröring, R., Rachman-Elbaum, S., Werkman, A., Vanherle, K., Höld, E., Wewerka-Kreimel, D., & Valentini, L. (2019). Nutrition assessment in process-driven, personalized dietetic intervention–The potential importance of assessing behavioural components to improve behavioural change : Results of the EU-funded IMPECD project. *Clinical Nutrition ESPEN*, *32*, 125-134.

Marteau, T. M., Rutter, H., & Marmot, M. (2021). Changing behaviour : An essential component of tackling health inequalities. *BMJ*, 372, n332. https://doi.org/10.1136/bmj.n332

Méjean, C., Si Hassen, W., Gojard, S., Ducrot, P., Lampuré, A., Brug, H., Lien, N, Nicolaou, M., Holdsworth, M., Terragni, L., Hercberg, S., & Castetbon, K. (2017). Social disparities in food preparation behaviours : a DEDIPAC study. *Nutrition Journal*, *16*, 1-13.

Pedroni, C., Castetbon, K., Desbouys, L., Rouche, M., & Vandevijvere, S. (2021). The cost of diets according to nutritional quality and sociodemographic characteristics : A population-based assessment in Belgium. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, *121*(11), 2187-2200.

Proia, P., Amato, A., Drid, P., Korovljev, D., Vasto, S., & Baldassano, S. (2021). The impact of diet and physical activity on bone health in children and adolescents. *Frontiers in Endocrinology*, *12*. https://doi.org/10.3389/fendo.2021.704647

Sciensano (2024). *Consumptie van buitenshuis bereide maaltijden.* Retrieved from https://www.sciensano.be/nl/resultaten-van-de-nationale-voedselconsumptiepeiling-2022-2023/voedingsgewoonten/consumptie-van-buitenshuis-bereide-maaltijden

Sciensano (z.d.). *Voedingsgewoonten*. Gezond België. Retrieved 3.11.2024, from https://www.gezondbelgie.be/nl/gezondheidstoestand/determinanten-van-gezondheid/voedingsgewoonten

Smets, V., & Vandevijvere, S. (2022). Changes in retail food environments around schools over 12 years and associations with overweight and obesity among children and adolescents in Flanders, Belgium. *BMC Public Health*, *22*(1), 1570.

Smets, V., Cant, J., & Vandevijvere, S. (2022). The changing landscape of food deserts and swamps over more than a decade in Flanders, Belgium. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*, 13854. https:// doi.org/10.3390/

Thompson, C. (2022). Dietary health in the context of poverty and uncertainty around the social determinants of health. *Proceedings of the Nutrition Society*, *81*(2), 134-140.

Vandevijvere, S., Pedroni, C., De Ridder, K., & Castetbon, K. (2020). The cost of diets according to their caloric share of ultraprocessed and minimally processed foods in Belgium. *Nutrients*, *12*(9) : 2787.

Vandevijvere, S., Seck, M., Pedroni, C., De Ridder, K., & Castetbon, K. (2021). Food cost and adherence to guidelines for healthy diets : Evidence from Belgium. *European Journal of Clinical Nutrition*, 75(7) : 1142–1151.

Vivaqua (2022). *Kwaliteit van het water*. Retrieved 20.02.2024, from https://www.vivaqua.be/nl/kwaliteit-van-het-water-2/

Vlaams Instituut Gezondheid. (2019). *Waarom is bewegen gezond ?* https://www.gezondleven.be/themas/beweging-sedentair-gedrag/bewegingsdriehoek/waarom-is-bewegen-gezond

Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten (z.d.). *Voedingsaanbevelingen voor lagereschoolkinderen*. NICE. Retrieved 28.10.2025, from https://www.nice-info.be/sites/default/files/uploads/Tabel%20voedingsaanbevelingen%20lagereschoolkinderen%20lv.pdf

Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten (z.d.). *Aanbevolen dagelijkse hoeveelheden adolescenten*. NICE. Retrieved 2.08.2024, from https://www.nice-info.be/per-leeftijd/voeding-bij-adolescenten/aanbevolen-dagelijkse-hoeveelheden-adolescenten

Vlaamse Milieumaatschappij. (2023). *Kwaliteit van het drinkwater – 2022*. Brussel : Vlaamse Milieumaatschappij.

Vlaamse Vereniging voor Kindergeneeskunde. (2019). *Gezonde voeding voor peuters en kleuters.* NICE. Retrieved from https://www.nice-info.be/sites/default/files/uploads/Gezonde%20voeding%20voor%20peuters%20en%20kleuters%20-%20brochure%20-%20241119.pdf

Westbury, S., Oyebode, O., van Rens, T. *et al.* (2023). Obesity stigma : Causes, consequences, and potential solutions. *Current Obesity Reports*, *12* : 10–23. https://doi.org/10.1007/s13679-023-00495-3

World Health Organization. (2020). *WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour.* Retrieved from https://apps.who.int/iris/handle/10665/336657

World Health Organization. (2023). *Infant and Young Child Feeding.* Retrieved 06.02.2025, from https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding

Wun, A., Kollias, P., Jeong, H., Rizzo, R. RN., Cashin, A. G., Bagg, M. K., McAuley, J. H., & Jones, M. D. (2021). Why is exercise prescribed for people with chronic low back pain ? A review of the mechanisms of benefit proposed by clinical trialists. *Musculoskeletal Science and Practice*, *51*, 102307. https://doi.org/10.1016/j.msksp.2020.102307

4 LE BUDGET POUR L'HABILLEMENT

Leen Van Thielen et Bérénice Storms

4.0 Introduction

En plus d'une alimentation saine, les gens ont également besoin de vêtements appropriés pour pouvoir participer pleinement à la société. Les exigences spécifiques en matière de vêtements sont déterminées par les fonctions qu'ils remplissent. Dans notre société, les vêtements remplissent diverses fonctions, dont les plus importantes sont : de protéger le corps, de favoriser l'acceptation sociale et de créer une identité.

Ce chapitre décrit la méthode de calcul du coût minimal d'un habillement approprié en Belgique. La première section définit ce qu'est un habillement approprié et décrit les propriétés et les qualités des différents types de fibres. Cette information forme la base de la composition du panier « habillement » dans la deuxième section. Les choix relatifs au type, à la qualité et au nombre de vêtements requis sont expliqués sur la base de quelques règles empiriques. Le panier contient également le matériel nécessaire à l'entretien et au rangement des vêtements. La troisième section traite de la méthode d'évaluation du prix du panier « habillement ». La section suivante montre comment cela permet d'établir un budget de référence pour des vêtements adaptés à différents types de familles. Le chapitre se termine par une discussion critique des hypothèses qui sous-tendent la composition du panier. Cette dernière section montre que le budget de référence pour l'habillement représente une limite inférieure qui n'est pas suffisante pour certaines personnes en raison de leur situation de vie vulnérable.

4.1 Habillement approprié

Il n'existe aucune directive officielle définissant ce qu'est un habillement approprié. C'est pourquoi nous élaborons pour le budget « habillement » approprié quelques principes qui aident pour la composition du panier. Le budget « habillement » approprié doit garantir que tous les membres de la famille type :

– puissent se protéger du froid et de toutes sortes de conditions météorologiques ;
– puissent s'habiller de manière acceptable pour remplir leurs différentes positions sociales (à la maison, au travail, en tant que citoyens, en tant que membres d'une association, à l'école, ...), et pour exercer toutes les activités conformément aux attentes prédominantes de la société ;
– soient soutenus dans le développement d'une identité et d'une image positive de soi.

C'est en partant de ces principes que nous recherchons ce qu'est le minimum nécessaire. Cela signifie, par exemple, que nous privilégions un habillement multifonctionnel, qui peut être utilisé pour de multiples activités. En outre, le budget permet également de ranger et d'entretenir les vêtements de manière hygiénique et pratique.

Les vêtements protègent le corps humain contre différentes conditions météorologiques et pendant les activités professionnelles ou sportives (Roach & Eicher, 1979). Selon l'IRM, le climat tempéré de la Belgique se caractérise par des étés frais et humides et des hivers relativement doux et pluvieux (Institut royal météorologique de Belgique, 2024). Il semble donc judicieux de prévoir principalement des vêtements pouvant être portés toute l'année. Des vêtements d'été légers et des vêtements d'hiver lourds sont utiles, mais ne servent généralement que pendant quelques semaines.

Les vêtements n'ont pas seulement une fonction protectrice, ils jouent également un rôle important dans la construction sociale de l'identité personnelle et garantissent l'acceptation sociale et le respect dans différents contextes sociaux et culturels (Entwistle, 2023 Daly, 2010 ; Johnson *et al.*, 2014 ; Sen, 1985, 2006). Les études sur les stratégies d'adaptation des ménages pauvres montrent aussi que de nombreux parents subissent une forte pression en vue d'acheter des vêtements de marque à leurs enfants. Ils signalent souvent que leurs enfants sont victimes de brimades ou sont marginalisés parce qu'ils ne portent pas les « bons » vêtements (Hopman *et al.*, 2022 ; Van Thielen & Storms, 2013). Il est important également que le budget « vêtements » laisse quelque place à la diversité. Il doit en outre permettre aux personnes de s'habiller de manière appropriée pour différentes situations sociales.

S'ils ont une fonction de protection, d'acceptation sociale et d'expression d'une certaine identité, les vêtements doivent avant tout être fonctionnels, c'est-à-dire adaptés à l'accomplissement de certaines tâches et fonctions. Malheureusement, il n'existe pas dans ce cadre de directives (inter)nationales pour les critères de qualité des vêtements et tissus. Il existe en revanche diverses normes internationales régissant la fabrication et l'essai des propriétés des vêtements. Par exemple, les « *Recommendations concerning characteristics and faults in fabrics to be used for clothing* », connues sous le nom de normes ECLA, sont utilisées lors de la première étape de production pour la fabrication des vêtements (European Clothing Association. Technical Committee, 1996). On assiste par ailleurs à une prolifération de labels fournissant aux consommateurs des informations sur le caractère durable, écologique ou équitable de leurs vêtements (plus d'infos sur : www.labelinfo.be). En dehors de l'étiquette des vêtements qui doit obligatoirement indiquer la composition en fibres, il n'existe pas de label universel ou européen (Piippo *et al.*, 2022).

Le manque d'informations objectives oblige les consommateurs à se fier à leur réseau social, aux avis en ligne et à leur expérience personnelle pour juger de la qualité. La qualité associée à la longévité des vêtements est souvent associée à certaines marques par les

consommateurs. Les consommateurs établissent souvent un lien entre le prix et la qualité, les articles plus chers étant perçus comme étant de meilleure qualité. Le fait qu'un vêtement ne soit pas d'une qualité suffisante est souvent une raison pour abandonner une marque. L'analyse montre toutefois que ce n'est pas une bonne stratégie ; des tests montrent en effet que plus cher ne signifie pas toujours meilleur et qu'il peut y avoir de nombreuses différences de qualité au sein d'une même marque (Klepp & Haugrønning, 2021).

Une norme utilisable est l'Oeko-Tex 100 (Centexbel, 2016 ; 2024). Depuis 1992, cette norme est devenue une norme de sécurité internationale dans la chaîne textile. Avec plus de 30 000 certificats délivrés, Oeko-Tex 100 est le principal label écologique pour le test de la présence de substances toxiques dans les textiles. Si un article textile porte le label STANDARD 100, cela signifie que chaque élément de cet article, c'est-à-dire chaque fil, bouton et tout autre accessoire, a été testé pour détecter la présence de substances toxiques et que le vêtement est inoffensif pour la santé humaine. Cette norme est visible pour les consommateurs grâce à la présence d'un label Oeko-Tex valide.

Nous conseillons, lors de l'achat de sous-vêtements et de vêtements de nuit (parce qu'ils sont portés très près du corps), de tenir compte de la mention de ce label sur l'étiquette. Malgré le grand nombre de certificats, il n'est encore trop souvent pas signalé.

Les informations obligatoires sur les étiquettes des vêtements concernent la nature et le pourcentage du type de fibres utilisé. C'est pourquoi nous avons examiné de plus près, dans le tableau 4.1, les propriétés et les qualités des types de fibres fréquemment utilisés (Hutter, 2008 ; Imtho, 2008 ; Meinander & Varheenmaa, 2002 ; Song, 2011 ; Schellenberger *et al.*, 2022 ; Van Leemput & Vereycken, 2015).

Tableau 4.1 – Types de fibres et leurs caractéristiques.

Type de fibre	Origine	Capacité d'absorption de l'humidité	Résistance à l'usure	Autres caractéristiques positives	Autres caractéristiques négatives
Coton	provient du cotonnier	très grande	très bonne	confortable lavable en machine	se froisse rapidement
Toile/ lin	fait de lin	très grande	très bonne	confortable lavable en machine	rétrécit et se froisse rapidement
Laine	origine animale (moutons)	lente/bonne	modérée	conserve très bien la chaleur	ne se froisse pas chère nettoyage à sec possibilité de réactions allergiques
Soie	fabriquée par les vers à soie	très grande	très bonne	très légère, douce	sensible aux U.V. et à la transpiration possibilité de réactions allergiques
Nylon	fibre synthétique	faible	très bonne	ne se froisse pas lavable en machine, basse température	sensible aux U.V.
Cuir	peau séchée d'animaux	faible	très bonne	étanche au vent ne se froisse pas rapidement	nettoyage à sec sensible aux U.V.
Viscose	fabriquée à partir de cellulose de bois et de coton	grande	modérée si humide	ne se froisse pas rapidement lavable en machine	rétrécit rapidement
Caoutchouc	provient de l'hévéa, également synthétique	imperméable à l'eau	très forte	ne se froisse pas	possibilité de réactions allergiques
Acrylique	fabriqué à partir de pétrole	très faible	modérée	lavable en machine ne rétrécit pas conserve très bien la chaleur	bouloche à la friction
Jute	provient du jute	grande	très forte	laisse bien passer l'air bon marché	nettoyage à sec
Polyester	fibre synthétique	très faible	très forte	sèche rapidement ne se froisse pas bon marché	retient les taches d'huile
Gore-tex	matière synthétique	imperméable à l'eau	très forte	étanche au vent matière respirante	Peut contenir des traces de substances perfluoroalkylées et polyfluoroalkylées (PFAS)

Partant de ces propriétés, nous recommandons pour la plupart des vêtements le coton ou les composés de coton, en raison des nombreuses bonnes qualités de cette fibre : lavable en machine à haute température, résistante, agréable à porter et peu coûteuse. Meilleurs encore sont les vêtements fabriqués à partir d'une composition de coton et de polyester. Ils sont en effet plus résistants à l'usure et à la déformation. Pour les pulls d'été, nous optons dès lors pour le coton ou la combinaison coton/polyester. Pour les pulls d'hiver portés quotidiennement, nous optons pour l'acrylique. Pour les pulls habillés, nous proposons la combinaison laine/acrylique.

D'autres informations qui figurent généralement sur l'étiquette des vêtements concernent les instructions de lavage. Bien que cela ne soit pas obligatoire, la plupart des fabricants indiquent également les symboles ISO fournissant plus d'informations sur les instructions de lavage. Ces symboles représentent le traitement le plus agressif qu'un vêtement puisse tolérer sans être endommagé. Comme les fabricants sont responsables des dommages éventuels causés aux vêtements lorsqu'ils sont traités correctement selon les recommandations, ils sont très attentifs aux informations figurant sur l'étiquette. Ces étiquettes peuvent être utilisées comme lignes directrices permettant de garantir une grande longévité. Les vêtements ne sont pas seuls à devoir porter une étiquette obligatoire ; dans l'UE, les chaussures également doivent comporter un pictogramme ou une indication écrite des matériaux des principaux composants de la chaussure, à savoir la tige, la doublure et la semelle intérieure, ainsi que la semelle extérieure (Your Europe, 2024).

Les vêtements utilisés pour affronter le froid, la pluie et le vent, tels que les imperméables et les manteaux d'hiver, doivent répondre à des normes de qualité élevées. Nous considérons en effet que les membres des familles types se déplacent souvent à pied, à vélo ou en transports publics (voir Chapitre 8 sur la mobilité). Un bon imperméable n'est donc assurément pas un luxe superflu. Nous optons pour des manteaux qui offrent suffisamment de confort et de protection, c'est-à-dire qui sont imperméables, coupe-vent et respirants.

Une étude étrangère sur les familles avec enfants montre également que, lorsqu'il s'agit de qualité, les parents font la distinction entre différents types de vêtements. Pour certains articles, tels que les chaussures et les vêtements d'extérieur, ils considèrent que la qualité est beaucoup plus importante et sont prêts à payer plus cher. En revanche, les sous-vêtements, les vêtements décontractés et les vêtements d'intérieur sont achetés à moindre coût (Klepp & Haugrønning, 2021).

Des normes de qualité élevées sont également très importantes en matière d'achat de chaussures. De bonnes chaussures évitent en effet des problèmes de santé au niveau des genoux ou des chevilles par exemple. Les chaussures de qualité doivent répondre à un certain nombre de critères de base (Association belge des podologues, 2019). Tout

d'abord, elles ont un contrefort de talon ferme, ce qui se vérifie en appuyant fermement sur le côté de la chaussure. Deuxièmement, elles ont une semelle robuste, qui ne peut se plier qu'au niveau de l'avant-pied, ce qui permet au pied de se dérouler normalement. Elles doivent ensuite être bien ajustées et laisser suffisamment d'espace aux orteils. La hauteur du talon ne doit pas dépasser 2,5 cm et plus le talon de la chaussure est large, meilleure est la stabilité. Les podologues recommandent d'acheter une bonne paire de chaussures qui chaussent bien plutôt que plusieurs paires de mauvaise qualité, « [c]ar marcher avec de mauvaises chaussures ou des chaussures usées peut transformer de bons pieds en de mauvais pieds » (Borgions, dans : Mussche, 2008).

4.2 Le contenu du panier d'habillement

Pour déterminer ce que l'on doit entendre par vêtements adéquats, le nombre de pièces est déterminant, en plus de la qualité. Le panier contient, en outre, aussi les produits et le matériel nécessaires au bon entretien et au rangement correct des vêtements. Nous examinons ci-dessous les choix qui sous-tendent la composition du panier « habillement ».

4.2.1 Choix des vêtements

En ce qui concerne le choix du type et du nombre de vêtements, certaines règles empiriques ont été suivies, qui ont été vérifiées dans les groupes de réflexion. Une première règle empirique concerne le caractère multifonctionnel des vêtements choisis. Pour définir une limite inférieure à ce dont les familles ont besoin pour une participation sociale adéquate, il est important que les vêtements soient adaptés à différentes activités dans divers contextes sociaux, comme faire les courses, rendre visite à la famille, aller au pub, travailler à l'intérieur et à l'extérieur de la maison, aller à l'école ou participer à un mouvement de jeunesse. Le panier « habillement » contient donc surtout des vêtements de loisirs. Cela n'est toutefois pas suffisant. Pour répondre aux attentes liées aux différentes positions sociales, les personnes doivent également avoir la possibilité de s'habiller de manière plus soignée. Pour des occasions telles que les réceptions, les mariages, les entretiens d'embauche ou les enterrements, le choix se porte sur des vêtements intemporels qui durent plusieurs saisons. Deuxièmement, on considère que les membres actifs de la famille reçoivent de leur employeur des vêtements de travail ou de sécurité adaptés lorsque cela est nécessaire pour leur travail, et donc qu'aucun budget personnel distinct n'est nécessaire à cette fin. Nous prévoyons toutefois un nombre limité de vêtements supplémentaires afin que les travailleurs puissent varier suffisamment au cours des journées de travail. Une troisième hypothèse concerne les conditions de vie des familles hypothétiques. Chaque membre de la famille étant supposé être en bonne santé (voir Chapitre 2), il n'est pas tenu compte de vêtements adaptés pour des maladies ou des handicaps spécifiques.

Pour déterminer le nombre de vêtements, nous nous basons notamment sur des normes d'hygiène. Les vêtements qui entrent en contact direct avec la peau, comme les sous-vêtements, doivent être remplacés plus souvent que les vêtements comme les vestes. Enfin, des considérations pratiques jouent également un rôle important. Par exemple, il n'est pas économique de laver le linge tous les jours et il est préférable d'attendre que la machine à laver soit pleine. Bien que les familles plus nombreuses remplissent plus rapidement leurs paniers à linge que les familles plus petites et aient donc en principe besoin de moins de vêtements, on considère un nombre égal de vêtements pour tout le monde, indépendamment de la taille de la famille. La durée de vie des vêtements et le nombre de vêtements sont des vases communicants : si les vêtements sont lavés plus souvent, il en faut moins à la fois, mais ils s'usent plus vite et ont une durée de vie plus courte. Enfin, du point de vue social, une diversité suffisante est importante.

Ces considérations ont été présentées aux participants des groupes de réflexion et, avec eux, a été déterminé, sur cette base, le nombre minimal de vêtements nécessaire, réalisable et acceptable. Concrètement, le panier « habillement » contient un nombre suffisant de caleçons, de chaussettes et de t-shirts pour permettre des changements quotidiens et un lavage hebdomadaire au moins. Parmi les vêtements qui sont habituellement portés plus d'une journée (p. ex. un pull ou un pyjama) ou qui ne sont pas des vêtements de loisirs (p. ex. une chemise), nous n'en prévoyons que quelques exemplaires pour la saison d'été et pour la saison d'hiver. En outre, le panier « habillement » pour les hommes et les femmes comprend un certain nombre de pantalons, de chemises à manches courtes et longues et de bermudas. Pour les femmes en particulier, nous prévoyons également des robes et des jupes pour l'été et l'hiver, ainsi que des bas en nylon. Pour ce qui est des chaussures, outre une paire de chaussures d'été et une paire de chaussures d'hiver, sont également inclus une paire de chaussures habillées, des chaussures de sport, des bottes en caoutchouc, des pantoufles et des claquettes. De plus, outre des vêtements de sport (survêtement, maillot de bain et short ou legging), le panier contient également les accessoires suivants : une casquette ou un bonnet d'été et d'hiver, une écharpe, une ceinture, un sac à main ou un sac à dos, un portefeuille, un parapluie, un sac de voyage et une cravate pour les hommes.

Les participants aux groupes de réflexion soulignent que, pour déterminer le nombre minimal de vêtements nécessaires, une vision purement fonctionnelle est trop étroite. Les vêtements confèrent une identité aux personnes et, à porter toujours les mêmes vêtements, on se retrouve rapidement marqué. Les vêtements sont essentiels pour la confiance en soi et la santé mentale. Avoir la possibilité de développer son propre style vestimentaire est important pour tout le monde, mais surtout pour les groupes vulnérables.

> *On entend parfois les femmes dire qu'elles se sentent alors mieux, moins déprimées et qu'elles ont beaucoup plus d'énergie pour s'occuper des enfants. C'est parfois ce qui vous permet de dépenser moins chez le médecin à long terme, c'est important pour l'état d'esprit. Pour ne pas sombrer, il est*

> *au contraire important de pouvoir acheter de temps en temps quelque chose de nouveau, sinon on risque de sombrer encore plus. (Gand, familles avec enfants, 2013)*

Pour des raisons pratiques également, il est parfois nécessaire d'avoir plusieurs vêtements. C'est pourquoi nous prévoyons deux manteaux d'hiver aux enfants, car, en l'absence de sèche-linge, les manteaux ne peuvent être lavés et séchés en une nuit. Le nombre de barboteuses est de trois pour les mêmes raisons : une à porter, une en réserve et une au lavage. Les adultes qui travaillent à l'extérieur ont fait savoir dans les groupes de réflexion qu'en cas de travail physique lourd, il est nécessaire de changer de vêtements tous les jours pour des raisons d'hygiène. Les personnes qui ont un travail de bureau, travaillent dans l'Horeca ou dans la vente ont indiqué qu'une variété suffisante de vêtements est une norme sociale.

Il est évident que la détermination de la durée de vie a un impact majeur sur la détermination du nombre de vêtements nécessaires sur une base annuelle. Dans les budgets de référence, nous choisissons d'exprimer la durée de vie en nombre de mois. Pour le déterminer, nous nous sommes appuyés sur l'âge des membres de la famille et sur la résistance à l'usure des fibres. L'âge des membres de la famille est un indicateur important pour la croissance du corps. C'est au cours des deux premières années de sa vie que la période de croissance de l'enfant est la plus intense. Ensuite, jusqu'au début de la puberté, la croissance de l'enfant est plus ou moins régulière. Le moment auquel la croissance s'accélère varie entre ± 8 et 14 ans (Hoppenbrouwers & Van Hoeck, 2013). Après l'âge de 19 ans, les jeunes ne grandissent plus beaucoup (Roelants & Hauspie, 2004). Il est donc logique que les vêtements des enfants et des adolescents aient une durée de vie beaucoup plus courte que ceux des adultes. Pour les bébés, nous prévoyons tous les trois mois la moitié des vêtements « sur mesure » et l'autre moitié « de croissance ». Pour les enfants et les adolescents jusqu'à 14 ans, nous avons opté pour une période de port standard de douze mois. Pour les vêtements qui peuvent être portés « oversized » (p. ex. une veste, des maillots de corps, des pyjamas), nous avons choisi une période d'amortissement de vingt-quatre mois. Pour les 15-18 ans, nous considérons une durée d'amortissement standard de vingt-quatre mois, sauf pour les chaussures (12 mois). La durée de vie des vêtements pour adultes dépend principalement de l'usure du vêtement. Comme nous avons choisi des fibres relativement résistantes à l'usure, la durée de vie peut ici être fixée à vingt-quatre ou trente-six mois, en fonction de la fréquence à laquelle le vêtement est porté. Les vêtements multifonctionnels, par exemple, ne durent pas aussi longtemps que les vêtements de sortie. Les vêtements qui ne sont portés qu'occasionnellement, par exemple, pour des occasions spéciales, ont une période d'amortissement variable, de quarante-huit à soixante mois.

Pour les chaussures, nous considérons pour les adultes un délai d'amortissement de douze mois pour les chaussures d'été et d'hiver, de vingt-quatre mois pour les chaus-

sures de sport, les pantoufles et les chaussons, et de soixante mois pour les chaussures habillées. Pour les bébés, nous prévoyons une paire de chaussures d'éveil pendant la première année de vie. Pour les enfants, toutes les chaussures ont un délai d'amortissement de douze mois, à l'exception des bottes de pluie (24 mois).

La durée de vie des vêtements varie également entre les personnes en âge de travailler et les personnes âgées, ces dernières indiquant dans les groupes de réflexion qu'elles portent leurs vêtements plus longtemps. Ceci est confirmé par une étude norvégienne (Laitala & Klepp, 2015). Dans la littérature, la durée de vie observée des vêtements est souvent plus longue que les délais que nous proposons, mais les vêtements sont souvent conservés plus longtemps qu'ils ne sont portés, de sorte que la période de port actif est plus courte que la durée de vie totale. En outre, 20 % environ de la garde-robe sont constitués d'articles qui ne sont jamais ou rarement portés (Cooper *et al.*, 2014). Enfin, le problème de « fast fashion » joue un rôle. Le fait de consacrer moins de temps et de ressources à la conception et à la production de vêtements signifie souvent que l'on n'accorde pas suffisamment d'attention à la qualité. Des tissus moins chers et des processus de production de masse plus rapides conduisent à des produits qui ne durent que peu de temps (Piippo *et al.*, 2022). En tenant compte de ces facteurs et sachant que les budgets de référence incluent des vêtements abordables qui sont portés de manière intensive, les délais retenus peuvent être justifiés.

Nous ne tenons pas compte dans l'établissement du budget vestimentaire du fait que les vêtements peuvent passer d'un enfant à l'autre au sein de la famille. Bien qu'il s'agisse d'une pratique courante, nous avons choisi de ne pas la retenir. Nous calculons en effet un budget vestimentaire par enfant basé sur le nombre minimal de vêtements nécessaires (nécessitant des lavages fréquents) au prix relativement bas. En d'autres termes, nous considérons ici qu'après le délai d'amortissement prévu, le vêtement est effectivement usé.

Enfin, il est bon de savoir qu'avec le même budget, une plus grande variété est possible si les vêtements sont utilisés plus longtemps. Par exemple, le nombre de chaussures d'hiver peut être doublé pour le même budget si ces chaussures durent deux fois plus longtemps parce qu'elles sont portées moins souvent. Cela s'applique bien sûr aussi à d'autres vêtements.

4.2.2 Choix du matériel pour l'entretien et le rangement des vêtements

À côté des vêtements, le panier « habillement » contient également les fournitures minimales nécessaires à l'entretien, à la réparation et au rangement des vêtements. Pour permettre un rangement pratique des vêtements, nous prévoyons pour chaque per-

sonne une garde-robe, quelques portemanteaux et une chaise dans la chambre pour ranger les vêtements qui seront portés à nouveau le lendemain. Pour le rangement des chaussures, nous prévoyons une étagère à chaussures dans laquelle chaque membre de la famille peut ranger quatre paires de chaussures.

Pour préserver la propreté des vêtements, leur garantir une certaine durée de vie et qu'ils restent présentables, il est important de les entretenir correctement. Nous prévoyons donc pour chaque famille : une machine à laver, de la lessive, du détachant, du vinaigre (comme assouplissant), deux paniers à linge, un fer à repasser et une planche à repasser. Il y a plusieurs raisons pour lesquelles nous incluons le coût d'achat et de consommation d'une machine à laver dans le budget de référence pour des « vêtements convenables » et un « logement adéquat » (coûts de consommation), respectivement, et que nous ne considérons pas que les ménages lavent leurs vêtements dans une laverie automatique. En effet, laver son linge soi-même est moins coûteux pour tous les types de familles, cela prend moins de temps et les vêtements ne doivent pas être transportés à pied ou à vélo sur de petites ou de longues distances. Par ailleurs, on constate que la grande majorité (95 %) des ménages belges disposent d'un lave-linge (Service public fédéral Économie, 2022).

Nous n'incluons pas de séchoir dans le budget de référence pour trois raisons. Premièrement, un sèche-linge consomme beaucoup d'énergie, deuxièmement, tous les vêtements ne peuvent pas supporter la chaleur (élevée) et, troisièmement, les vêtements rétrécissent et peluchent plus rapidement s'ils sont séchés dans un sèche-linge (Buisson *et al.*, 2000). Pour sécher le linge, nous prévoyons un étendoir, un enrouleur de corde à linge et des pinces à linge. Cela implique toutefois que nous considérons que les familles vivent dans une maison suffisamment spacieuse et bien ventilée, avec un endroit approprié pour faire sécher le linge. Pour le lavage et le séchage des édredons, nous prévoyons un lavage et un séchage dans une laverie automatique par membre de la famille chaque année.

Enfin, nous prévoyons encore un budget pour l'entretien des chaussures (matériel de cirage, nouveau talon et ressemelage pour une paire de chaussures habillées tous les deux ans) et la réparation des vêtements (matériel de couture, bande d'ourlet, fil élastique et genouillères).

4.3 Le prix du panier « habillement »

4.3.1 Le prix des vêtements

À travers les vêtements, les personnes expriment leur image de soi (*cf*. *supra*). Cela signifie que, même avec un revenu minimal, les personnes devraient pouvoir choisir

elles-mêmes leurs vêtements et ne pas dépendre de l'offre d'un magasin particulier, des bonnes affaires saisonnières ou de ce que d'autres donnent.

Au cours des groupes d'expression, les participants ont discuté d'un large éventail de magasins pour fixer le prix du panier « habillement ». Le choix d'un magasin déterminé variait ici en fonction du type de vêtement. Par exemple, les participants ont suggéré la chaîne de magasins Zeeman pour l'achat de vêtements pour bébés, de sous-vêtements et de chaussettes. Pour les vêtements de dessus, ils préféraient des magasins comme H&M et Decathlon. Ces chaînes de magasins sont largement répandues dans tout le pays et vendent des vêtements de loisirs à des prix abordables. C&A pour les adultes et Zara pour les jeunes ont été suggérés pour l'achat de vêtements de sortie et de vestes. Les participants plus âgés ont préféré C&A pour tous les vêtements. Ils préféraient une durée de vie plus longue en échange d'une qualité supérieure. Pour l'achat de chaussures de qualité, les participants aux groupes de réflexion ont choisi Bristol[15] en raison de son offre diversifiée de chaussures abordables, de qualité et à la mode.

> *Comme les barboteuses et autres qui viennent toutes de Zeeman chez nous, personne ne le voit de toute façon. Même mes propres sous-vêtements proviennent également de Zeeman. (Malle, familles avec bébés, 2024)*
>
> *Par exemple, si vous avez peu d'argent. Chez notre mère, il y a un « Mamadepot » une fois par mois. On peut y acheter une grenouillère à un prix vraiment dérisoire de 10 cents, par exemple. C'est de la deuxième main, mais j'ai aussi des vêtements qui viennent de là et ils sont OK. Si je regarde Vinted, les vêtements y sont encore un peu mieux. Et puis il y a les nouveaux vêtements Hema et Zeeman. Il y a aussi des vêtements de marque, mais ce n'est pas nécessaire pour moi. (Malle, familles avec bébés, 2024)*

Aujourd'hui, des vêtements neufs sont disponibles plusieurs fois par an à des prix réduits. Outre les périodes de soldes officielles, il y a aussi les new season sales, mid season sales, Black Friday, etc. De nombreux participants aux groupes de réflexion ont indiqué qu'ils attendaient ces périodes pour acheter des vêtements neufs. La plupart des participants aux groupes de réflexion considèrent l'achat de vêtements de seconde main comme une alternative socialement acceptable. Selon les participants, il existe aujourd'hui plus de possibilités qu'auparavant d'acheter des vêtements de seconde main à la mode, que ce soit en ligne, dans les outlets, les marchés aux puces ou les friperies. Les détaillants classiques ne sont pas en reste et proposent de plus en plus des outlets et des vêtements de seconde main. Mais tout le monde ne partage pas ce point de vue ; une minorité n'approuve pas l'achat de vêtements de seconde main. La

15 Le 12 septembre 2024, la faillite d'Euro Shoe Group, la société mère de Bristol, a été officiellement déclarée, nos prix ont été relevés en juin 2024.

popularité croissante de l'occasion se reflète également dans le *Moniteur de la mode* (Spaepen *et al.*, 2024). Cette étude montre une tendance positive à choisir plus souvent des produits de seconde main. En 2024, 57 % des consommateurs flamands ont acheté occasionnellement des produits de seconde main, une nette évolution par rapport aux 37 % en 2021.

> *Je pense que les produits de seconde main sont encore plus mal vus à Bruxelles qu'en Flandre. À Anvers, il est plus cool d'acheter des produits de seconde main, alors qu'à Bruxelles, c'est tabou, les jeunes ne peuvent pas en parler. À Bruxelles, un budget plus élevé est donc peut-être nécessaire. Si vous pouvez dire précisément de qui c'est, c'est une autre affaire. Cela peut également dépendre de votre cercle social. Il est important de pouvoir acheter du neuf de temps en temps, mentalement aussi. Qu'il suffit d'aller au magasin et d'acheter quelque chose pour soi. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*
>
> *J'achète beaucoup de choses de seconde main, mais il y a des choses que je n'achète pas, comme des bodys qui s'élargissent facilement ou des chaussures. Pas des choses qui s'usent rapidement, mais pour le reste oui. (Malle, familles avec bébés, 2024)*
>
> *Je ne suis pas un grand fan du seconde main, à moins que je n'en connaisse la provenance. (Malle, familles avec bébés, 2024)*

Les participants soulignent que la possibilité d'acheter des vêtements neufs doit continuer à exister. Pour certains vêtements, comme les vestes, il n'est en effet pas toujours possible de trouver des vêtements de seconde main de qualité dans toutes les tailles. De plus, cette recherche demande beaucoup de temps et d'énergie. En outre, différents participants issus de groupes à faibles revenus indiquent qu'être obligés de porter des vêtements de seconde main ou le faire volontairement, cela fait une grande différence pour eux. Pour leurs enfants en pleine croissance surtout, ils estiment que la possibilité d'acheter des vêtements neufs est importante. Pour les enfants, avoir un style vestimentaire personnel est en effet encore plus important pour la formation de l'identité et l'inclusion sociale que pour les adultes.

En raison de l'image branchée des vêtements de seconde main, les vêtements de seconde main abordables se font de plus en plus rares. Les prix des vêtements de seconde main augmentent parce qu'ils sont très demandés. Les personnes qui proposent des vêtements de seconde main recherchent souvent des articles abordables dans des centres de recyclage ou d'autres projets sociaux, pour les revendre ensuite plus cher. Ces deux mécanismes excluent du marché les personnes qui achètent des vêtements de seconde main par nécessité. Un autre effet pervers est que les projets sociaux reçoivent de moins en moins de vêtements de qualité en don, car, au lieu de donner les

vêtements usagés, les consommateurs les proposent à la vente en seconde main (Service de lutte contre la pauvreté, la précarité et l'exclusion sociale, 2019).

> *Les vêtements de seconde main sont acceptables, mais il faut toujours avoir le choix, ce ne doit pas être une obligation. Avant, au CPAS, je n'avais pas le choix, alors que maintenant j'ai le choix et c'est très différent. (Gand, familles avec enfants, 2013)*
>
> *Ce que j'aime dans l'achat de seconde main, c'est qu'il est possible d'acheter au kilo. On peut acheter à un prix vraiment très bas. On peut également trouver certaines choses de marque. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*

Les arguments et témoignages ci-dessus des groupes de réflexion justifient l'inclusion des vêtements neufs dans le budget de référence. Dans le même temps, nous tenons compte du comportement d'achat pendant les périodes de soldes et de l'offre importante et acceptée de vêtements de seconde main. C'est pourquoi nous appliquons une réduction de 10 % sur les prix notés.

Enfin, nous essayons également de concilier liberté de choix et caractère abordable dans le choix d'un vêtement particulier dans les magasins susmentionnés. À cette fin, nous recherchons dans les magasins les vêtements qui répondent aux critères de qualité prédéfinis et prenons le prix de la quatrième pièce la moins chère de chaque catégorie dans le magasin. Nous faisons une exception pour les vêtements fonctionnels tels que les vêtements de sport, les sous-vêtements et les chaussettes, les pyjamas, les accessoires, les vêtements de jeu, les pantoufles, les chaussons et les bottes en caoutchouc. Ici, nous prenons le prix du produit le moins cher qui répond aux critères de qualité.

4.3.2 Le prix du matériel d'entretien et de rangement

Les prix du matériel d'entretien et de rangement proviennent, sur les conseils également des groupes de réflexion, de Vanden Borre (produits blancs), IKEA (meubles et matériel de rangement), Colruyt et Veritas (matériel d'entretien).

Le choix de fixer le prix des appareils électriques selon les prix pratiqués chez Vanden Borre se justifie par les nombreux points de vente, l'offre étendue en ligne, un service après-vente garanti pour les appareils bénéficiant d'une garantie d'au moins deux ans. Pour l'achat d'un lave-linge, nous nous sommes laissés guider par : la capacité de charge (min. 5 kg), la classe énergétique (min. label C) et la vitesse de centrifugation (min. 1 200 tr/min). En ce qui concerne le choix de la lessive, nous optons pour une marque de distributeur. La quantité de lessive dépend de la quantité de linge à laver. Comme les vêtements de plusieurs personnes peuvent être lavés ensemble, des éco-

nomies d'échelle sont possibles. Celles-ci dépendent du nombre de personnes dans la famille et de l'âge des membres de la famille. Elles sont plus grandes pour les adultes que pour les jeunes enfants, car ces derniers portent leurs vêtements de dessus moins longtemps. La poudre à lessiver a été achetée chez Colruyt. Pour le repassage des vêtements, nous recommandons un fer à vapeur classique présentant les caractéristiques suivantes : pas de générateur de vapeur séparé, une semelle lisse et résistante aux rayures et un système anticalcaire intégré.

Des arguments similaires peuvent être formulés en ce qui concerne le choix d'IKEA pour l'achat de meubles et de matériel de rangement : les points de vente IKEA sont bien répartis dans notre pays, ils proposent une large gamme de meubles et de rangements de qualité et abordables. IKEA dispose également d'un magasin en ligne accessible, d'un service de transport abordable et d'un système de garantie transparent. Tous les meubles ainsi que le séchoir sur pied, le panier à linge et les portemanteaux ont été achetés chez IKEA au prix le plus bas possible. L'étendoir à linge mural, le sac de voyage et les pinces à linge proviennent d'ailleurs, car ils ne font pas partie de l'offre d'IKEA.

Enfin, le matériel d'entretien comme la poudre à lessiver et le détachant, le cirage ou les pinces à linge proviennent en grande partie de Colruyt. Le petit matériel d'entretien et de réparation qui n'est pas proposé ici provient de Veritas (le produit le moins cher à chaque fois).

4.4 Le budget de référence pour des vêtements appropriés

Dans cette section, nous examinons le niveau du budget de référence pour des vêtements appropriés pour différents types de familles. Le budget ne varie pas d'une région à l'autre, à l'exception des prix des laveries automatiques.

La figure 4.1 montre que le budget total nécessaire pour l'habillement varie de 56 euros par mois pour un homme célibataire sans activité professionnelle à 243 euros par mois pour un couple avec un fils à l'école primaire et une fille à l'école secondaire. L'essentiel de ce budget vestimentaire est constitué par le coût d'achat des vêtements nécessaires. Les dépenses pour le rangement et l'entretien des vêtements, en particulier pour les familles nombreuses, ne représentent qu'une petite partie du budget total. Les personnes seules doivent réserver un minimum de 14 euros par mois pour le matériel

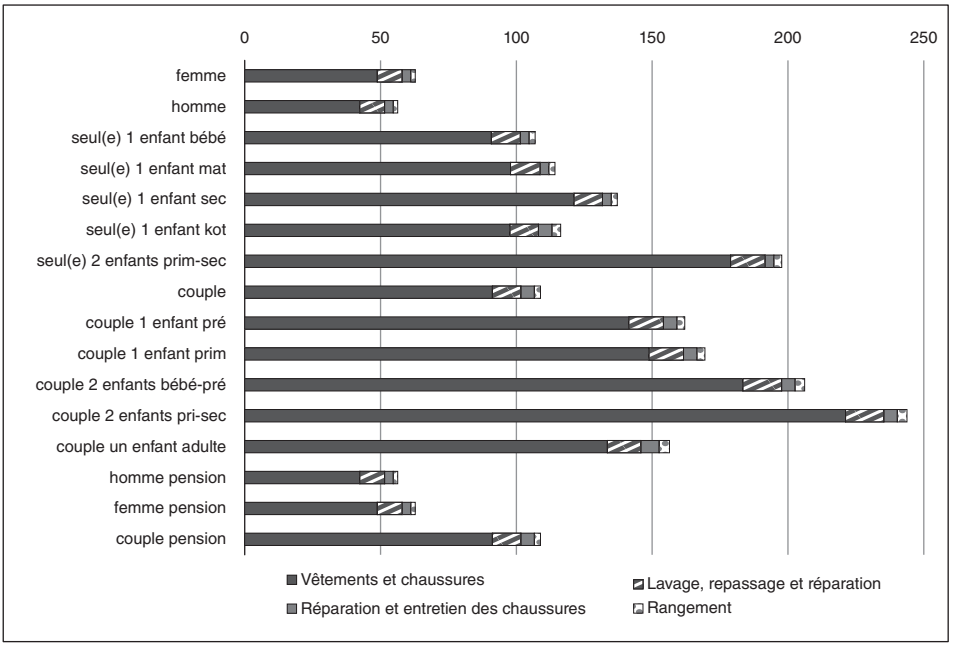
de rangement et d'entretien nécessaire, tandis que les couples avec deux enfants ont besoin de 23 euros à cette fin. Étant donné que beaucoup de matériel peut être acheté non pas par individu, mais au niveau de la famille, d'importantes économies d'échelle peuvent être réalisées.

Ces économies d'échelle pour les familles nombreuses ne s'appliquent pas au budget nécessaire à l'achat de vêtements. Comme le panier « habillement » ne contient que le nombre minimal de vêtements nécessaires, achetés à un prix relativement bas, nous considérons que ces vêtements sont usés après leur période d'utilisation et ne peuvent donc pas être transmis à d'autres enfants.

Le budget minimal nécessaire à l'achat de vêtements et de chaussures est de 42 euros par mois pour un homme seul. Une femme seule a besoin de 9 % de budget en plus, ce qui s'explique principalement par la nécessité d'acheter des vêtements supplémentaires (robes, jupes, sous-vêtements, bas). La part des chaussures dans le budget « habillement » dépend de l'âge, mais en moyenne un quart du budget environ est consacré aux chaussures (entre 24 % et 30 %).

Il est intéressant de noter que le budget « habillement » minimal nécessaire pour les enfants est plus élevé que pour les adultes. Pour les bébés, les enfants en bas âge et les jeunes enfants, cette différence n'est pas très grande. Mais, pour les enfants en âge d'école primaire et les adolescents, elle est très prononcée. À titre d'exemple, le budget « habillement » pour une femme adulte est de 49 euros, tandis que celui d'une adolescente est de 72 euros. Cela s'explique par des périodes d'utilisation plus courtes. Les enfants de 1 à 15 ans grandissent rapidement ; la durée d'utilisation de la plupart des articles est donc d'un an, à l'exception des articles achetés « pour la croissance ». Entre 15 et 18 ans, cette croissance ralentit et une période d'utilisation de deux ans est prévue pour la plupart des articles. Nous considérons ensuite que les jeunes ont terminé leur croissance, de sorte que les périodes d'utilisation de leurs vêtements s'allongent. On n'observe pas de différences significatives dans le budget « habillement » entre les régions : il varie de quelques cents par personne en raison de la variation des coûts de lavage et de séchage annuels dans une laverie automatique.

***Figure 4.1** – Le budget de référence pour l'habillement de seize familles types (sans travail, membres de la famille en bonne santé), en euros par mois, mai 2024.*



Note : pré = préscolaire ; mat = enseignement maternel ; pri = enseignement primaire ; sec = enseignement secondaire ; sup = enseignement supérieur.

4.5 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les familles vulnérables ?

Dans cette dernière section, nous développons les hypothèses sous-jacentes que nous avons formulées lors de la constitution du panier « habillement ». Le budget vestimentaire est une affaire très personnelle, où la liberté de choix est primordiale. La composition du panier « habillement » est donc une méthode visant à définir un budget vestimentaire approprié plutôt qu'une ligne directrice sur la manière dont le budget vestimentaire doit être dépensé. En effet, l'interprétation concrète du besoin de vêtements appropriés varie considérablement selon les individus, les groupes et les cultures. Pour élaborer un budget vestimentaire minimal acceptable, nous sommes donc partis d'un certain nombre d'hypothèses. Celles-ci garantissent qu'il s'agit d'un budget minimal nécessaire, mais signifient aussi qu'il doit parfois être complété dans des situations concrètes pour être suffisant afin de permettre de vivre dans la dignité.

Nous considérons d'abord que les membres de chaque type de famille sont en bonne santé et n'ont donc pas besoin de vêtements adaptés. Deuxièmement, nous considé-

rons que les familles sont capables de prendre des décisions rationnelles et autonomes sur la base de leur budget vestimentaire et donc de gérer leur budget de manière cohérente sur le long terme. En particulier, cela signifie que l'on part de l'hypothèse qu'il y a un revenu et un espace mental suffisants pour épargner en vue de remplacer les vêtements, les meubles et le matériel dans le panier « habillement ». Troisièmement, le panier « habillement » part de l'hypothèse que les magasins choisis sont accessibles et joignables et, quatrièmement, nous considérons que tous les ménages sont logés dans une habitation de qualité et disposent d'un espace suffisant pour l'entretien nécessaire (en particulier, le séchage) de leurs vêtements.

Certains participants des groupes de réflexion ont estimé qu'il n'était pas réaliste de considérer que les familles pouvaient économiser pour des vêtements plus coûteux tels qu'un manteau ou des chaussures. Des études montrent que le manque constant de ressources rend la gestion budgétaire très difficile dans une perspective à long terme (Baumeister, Sparks, Stillman & Vohs, 2008 ; Mullainathan & Shafir, 2013 ; Spears, 2010).

> *Le prix d'achat de nombreux articles est supérieur à ce montant mensuel, ce qui suppose que tout le monde établit un budget depuis longtemps. Par exemple, pour cet imperméable, il faut économiser pendant trois mois. L'hypothèse selon laquelle les personnes sont capables d'établir un tel budget, de disposer de ce montant, est valable, mais je pense que c'est presque irréaliste, je ne pense pas que beaucoup de personnes le pourraient. C'est surtout irréaliste pour les personnes en situation difficile, parce qu'elles n'ont pas de réserve pour cette dépense. Il faut donc associer cela avec la durée pendant laquelle on se trouve déjà dans une telle situation. (Gand, familles avec enfants, 2013)*

Selon différents participants, la mesure dans laquelle le budget vestimentaire est perçu comme suffisant dépend fortement de facteurs tels que les attentes sociales et la pression sociale. Les personnes vivent dans un environnement qui présente certains modèles et certaines attentes, et sont constamment exposées à la publicité. Les jeunes surtout y sont très sensibles, selon les participants. Le style vestimentaire joue un grand rôle dans l'acceptation au sein de leur groupe social (*cf. supra*, l'extrait de discussion sur les vêtements de seconde main). Plusieurs études confirment que la bonne tenue vestimentaire, souvent liée à des marques spécifiques, est essentielle dans la construction de l'identité des jeunes et de leur appartenance ou non à un groupe particulier (Croghan *et al.*, 2006 ; Elliott & Leonard, 2004 ; Isaksen & Roper, 2012). Par ailleurs, les adultes disposant de ressources financières limitées se sentent eux aussi régulièrement exclus en raison du contenu de leur garde-robe (Hamilton, 2009). En outre, une tenue vestimentaire appropriée est également très importante pour se positionner sur le marché du travail (Turner-Bowker, 2001).

> *Même si ces vêtements moins chers sont jolis, vous ne serez pas à votre place. Même si c'est moche, les gens veulent quelque chose parce que c'est sur TikTok. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*

> *Aujourd'hui, tout le monde veut tout d'un coup le même manteau de Zara parce qu'il y a un engouement sur les médias sociaux. Alors, si vous n'avez jamais de budget pour acheter quoi que ce soit chez Zara ou H&M, vous n'êtes pas à votre place. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*
>
> *Au football, par contre, tout le monde veut des sous-vêtements Calvin Klein et des chaussettes Nike. Oui, et on vérifie vraiment si l'on a une vraie casquette, de la bonne marque, ou une fausse. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*

Dans les groupes de réflexion, l'hypothèse selon laquelle les gens sont bien informés pour prendre une décision éclairée entre différents magasins, prix et articles a été régulièrement remise en question. Acheter en ligne pour trouver des bonnes affaires n'est pas non plus évident pour tout le monde. Il a été souligné qu'il faut beaucoup de temps et de nombreuses recherches pour comparer différents magasins et vêtements afin d'obtenir le meilleur rapport qualité-prix. Bien que nous ne le considérions pas explicitement, l'importance des compétences créatives a été citée dans ce contexte afin de pouvoir choisir des vêtements ou des accessoires à la mode avec un budget limité et de bien les combiner. Il est également nécessaire d'avoir des compétences en calcul et d'être capable de gérer les promotions et les remises.

> *Cela demande non seulement de l'intelligence, mais aussi beaucoup de temps et d'énergie. (Louvain, familles sans enfant, 2013).*
>
> *Je me méfie de l'Internet. Je ne mets pas mon numéro de compte sur un site web. Si je dois passer une commande, je ne donne pas mon numéro de compte. Avec tout ce qui est piraté et tout le reste, je suis très méfiant. C'est pourquoi je ne donne pas mon numéro de compte. (Tamines, familles avec enfants, 2024)*
>
> *Oui, la technologie peut faire peur. Quand on pense aux systèmes de piratage, c'est vraiment… Je ne commande même pas sur Shein, Temu… (Tamines, familles avec enfants, 2024)*

De plus, les magasins abordables et de qualité ne sont pas aussi facilement accessibles pour tous. Si vous n'avez pas de voiture ou si les transports publics sont limités, il devient plus difficile de trouver des vêtements convenables et socialement acceptables avec un budget minimal. Il faut aussi pouvoir se déplacer facilement et être mobile, ce qui n'est pas toujours évident. Les personnes en situation de pauvreté sont des « *disadvantaged consumers* » (consommateurs défavorisés) : par manque de temps, d'argent, de compétences spécifiques et de moyens de transport, elles ont un choix plus limité en tant que consommateurs. Elles sont donc plus dépendantes des commerces de proximité, qui pratiquent parfois des prix plus élevés, pour l'achat de leurs biens et services. (Andreasen, 1975 ; Clifton, 2004 ; Hamilton & Catterall, 2005 ; Hill, 2008 ; Meert *et al.*, 1997 ; Piacentini *et al.*, 2001).

Enfin, nous partons de l'hypothèse que les familles disposent de suffisamment d'espace dans leur logement pour assurer l'entretien de leurs vêtements. Plusieurs participants ont noté que l'accès à un logement adéquat n'est pas une hypothèse réaliste pour les familles en situation de pauvreté. Elles vivent plus souvent dans des conditions de logement médiocres, ce qui peut se traduire notamment par des taux d'occupation élevés, des problèmes d'humidité, des fuites, une mauvaise isolation et une surface réduite (Rybkowska & Schneider, 2011 ; Winters *et al.*, 2011 Winters & Decker, 2009 – voir aussi Chapitre 10). Quelques participants ont indiqué qu'ils devaient faire sécher leurs vêtements dans un espace très réduit. C'est peu pratique pour eux et cela leur fait honte lorsqu'ils reçoivent des visites.

> *Je pense que [le séchoir] est nécessaire, en particulier avec nous sur ces blocs, ce n'est tout simplement pas faisable. En ce moment, je sèche sur un étendoir au milieu de notre salon et il arrive qu'il reste là pendant deux jours avant d'être sec et je déteste ça, parce que des gens viennent et bon. (Herentals, familles avec enfants, 2013)*

4.6 Conclusion

Dans ce chapitre, nous avons décrit le budget minimal dont les familles de notre société ont besoin pour pouvoir s'habiller, entretenir et ranger leurs vêtements. Nous sommes partis des fonctions nécessaires des vêtements, comme la protection du corps, la satisfaction des attentes sociales et l'affirmation d'une certaine identité. Il existe peu de directives (inter)nationales définissant les critères de qualité des vêtements. En raison du manque de directives et de labels, nous n'avons pu tenir compte dans le choix des vêtements appropriés que des propriétés des types de fibres et de l'écolabel Oeko-Tex qui garantit des vêtements sans risque (mais qui n'est que rarement mentionné). Nous avons fixé des normes de qualité élevées, en particulier pour les vêtements fréquemment utilisés qui ont une fonction protectrice importante, tels que les vestes et les chaussures. Nous tenons à souligner une fois de plus que le budget de référence pour l'habillement n'est pas une prescription des vêtements à acheter, mais une manière de fixer un budget minimal permettant de s'habiller dignement.

Pour déterminer la nature des vêtements, nous sommes partis de quelques hypothèses importantes : 1) les vêtements doivent être multifonctionnels et socialement acceptables ; 2) nous ne prévoyons pas de vêtements adaptés dans le cas de conditions de travail exceptionnelles ou dans le cas d'une maladie ou d'un handicap particulier. Le nombre de vêtements dépend de la durée de vie, des normes d'hygiène et de considérations pratiques. L'acceptabilité sociale de ces hypothèses ainsi que le choix des magasins ont été discutés dans les groupes de réflexion.

Le budget total pour l'habillement varie de 55 euros par mois pour un homme seul à 243 euros par mois pour un couple avec deux enfants. Le coût du rangement et de l'entretien des vêtements ne représente qu'une faible part du budget total et, de plus, d'importantes économies d'échelle sont possibles ici. L'essentiel du budget vestimentaire est constitué par le coût d'achat des vêtements nécessaires. Par ailleurs, peu d'économies d'échelle sont possibles ici. Cela s'explique parce que nous partons du principe que les vêtements sont usés après avoir été portés et qu'ils ne peuvent donc pas être transmis d'un enfant à l'autre (contrairement à ce qui se passe souvent dans la réalité). Le budget vestimentaire d'une femme est supérieur de 9 % à celui d'un homme. Cela est dû au plus grand nombre de vêtements. La préférence des plus de 65 ans pour des vêtements de meilleure qualité est compensée par une période d'amortissement plus longue, de sorte que le niveau de prix reste identique. En revanche, pour les enfants et surtout les jeunes, le budget « habillement » est plus élevé en raison de périodes d'amortissement plus courtes.

Enfin, nous avons testé les hypothèses sous-jacentes à l'établissement de ce panier « habillement » par rapport à des situations réelles de personnes en situation de pauvreté. Nous en déduisons que le manque de ressources financières rend difficiles les choix budgétaires à long terme. En outre, les personnes en situation de pauvreté sont souvent moins mobiles, ce qui les rend plus dépendantes des magasins locaux qui n'offrent pas toujours le meilleur rapport qualité-prix. Leurs conditions de logement plus mauvaises font également que le fait de ne pas pouvoir disposer d'un sèche-linge ne va pas de soi. Enfin, les modes de consommation de notre société définissent de plus en plus l'identité de chacun, ce qui rend très difficile un sentiment d'appartenance avec un budget vestimentaire limité. Les jeunes surtout y sont très sensibles. Cela souligne une fois encore que le budget de référence calculé pour des vêtements adéquats représente une limite minimale de ce dont les familles types ont besoin pour participer pleinement à la société. Les familles en situation de pauvreté ont souvent besoin d'un budget plus élevé pour s'intégrer. Le manque de ressources adéquates entraîne la honte, qui conduit souvent à la solitude et à l'exclusion sociale.

Références

Andreasen, A. R. (1975). *Disadvantaged Consumer.* New York : Free Press.

Baumeister, R. F., Sparks, E. A., Stillman, T. F., & Vohs, K. D. (2008). Free will in consumer behavior : Self-control, ego depletion, and choice. *Journal of Consumer Psychology*, *18*(1), 4-13. https://doi.org/10.1016/j.jcps.2007.10.002

Buisson, Y. L., Rajasekaran, K., French, A. D., Conrad, D. C., & Roy, P. S. (2000). Qualitative and quantitative evaluation of cotton fabric damage by tumble drying. *Textile Research Journal*, *70*(8), 739-743. https://doi.org/10.1177/004051750007000813

Centexbel. (2016). Öko-tex en menselijke ecologie. Retrieved from http ://www.centexbel.be/nl/oeko-tex-en-menselijke-ecologie

Centexbel (2024). Oekotex Standaard 100. Retrieved from https://www.centexbel.be/nl/certificatie/oeko-texr

Conseil des Communautés européennes (1975). Décision du Conseil du 22 juillet 1975 concernant le programme de projets-pilotes et d'études-modèles pour la lutte contre la pauvreté.

Cooper, T., Claxton, S., Hill, H., Holbrook, K., Hughes, M., Knox, A., & Oxborrow, L. (2014). *Development of an Industry Protocol on Clothing Longevity*. https://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/29901/1/PubSub7328_Oxborrow.pdf

Clifton, K. J. (2004). Mobility strategies and food shopping for low-income families a case study. *Journal of Planning Education and Research, 23*(4), 402-413. https://doi.org/10.1177/0739456X04264919

Crane, D. (2012). *Fashion and its Social Agendas : Class, Gender, and Identity in Clothing*. University of Chicago Press.

Croghan, R., Griffin, C., Hunter, J., & Phoenix, A. (2006). Style failure : consumption, identity and social exclusion. *Journal of Youth Studies, 9*(4), 463-478. https://doi.org/10.1080/13676260600914481

Daly, M. (2010). Assessing the EU approach to combating poverty and social exclusion in the last decade. In E. Marlier, D. Natali & R. Van Dam (Eds.), *Europe 2020. Towards a More Social AU ?* (pp. 143-161). Brussels : P.I.E. Peter Lang. https://doi.org/10.1177/1024258912448598

Entwistle, J. (2023). *The Fashioned Body : Fashion, Dress and Modern Social Theory*. John Wiley & Sons.

Elliott, R., & Leonard, C. (2004). Peer pressure and poverty : Exploring fashion brands and consumption symbolism among children of the 'British poor'. *Journal of Consumer Behaviour, 3*(4), 347-359. https://doi.org/10.1002/cb.147

European Clothing Association. Technical Committee. (1996). *ECLA Recommendations concerning Characteristics and Faults in Fabrics to Be Used for Clothing : Proposal May 1996* (E. C. A. T. Committee Ed.).

Hamilton, K. (2009). Low-income families : Experiences and responses to consumer exclusion. *International Journal of Sociology and Social Policy*, Vol. 29, No. 9/10, pp. 543-557. https://doi.org/10.1108/01443330910986315

Hamilton, K., & Catterall, M. (2005). Towards a better understanding of the Low-Income Consumer. *NA-Advances in Consumer Research, 32(1)*, 627-632. https://strathprints.strath.ac.uk/4533/

Hill, R. P. (2008). Disadvantaged consumers : An ethical approach to consumption by the poor. *Journal of Business Ethics, 80*(1), 77-83.

Hopman, M., Harnam, G., de Jonge, H., & van den Heuvel, L. (2022). In eenzaamheid gepest (No. KOM007/2022 ; p. 65). https://www.kinderombudsman.nl/system/files/publications/2022-Publicatie%20aanmaken/rapport%20In%20eenzaamheid%20gepest.pdf

Hoppenbrouwers, K., & Van Hoeck, K. (2013). Een kroniek van meer dan tien jaar standaard- en richtlijnontwikkeling in de Vlaamse jeugdgezondheidszorg. *JGZ Tijdschrift voor jeugdgezondheidszorg*, *45*. https://doi.org/10.1007/s12452-013-0020-9

Horckmans, R. (2022). *Motivaties en praktijken op de Brusselse tweedehandsmarkt.* Vrije Universiteit Brussel. https://scriptiebank.be/file/16448/download ?token=cZzLg1KU

Hutter. (2008). Retrieved from http ://www.hutter.nl

Imtho. (2008). Retrieved from http ://www.imtho.nl

Isaksen, K. J., & Roper, S. (2012). The Commodification of Self-Esteem : Branding and British Teenagers. *Psychology & Marketing*, *29*(3), 117-135. https://doi.org/10.1002/mar.20509

Johnson, K., Lennon, S., & Rudd, N. (2014). Dress, body and self : research in the social psychology of dress. *Fashion and Textiles, 1*(1), 1-24. doi :10.1186/s40691-014-0020-7

Klepp, I. G., & Haugrønning, V. (2021). Durable or cheap ? Parents' acquisition of children's clothing. PLATE 2021, Virtual Conference, Limerick, Ireland.

Laitala, K., & Klepp, I. G. (2015, June). Age and active life of clothing. In PLATE, Product Lifetimes and the Environment 2015 Conference. Edited by Tim Cooper, Naomi Braithwaite, Mariale Moreno & Giuseppe Salvia. Nottingham : Nottingham Trent University : CADBE (pp. 182-86)

Leblon, N. (2024, March 13). Podologie : tips & tricks [Conference presentation]. Symposium Diabetes, Eerstelijnszone Houtland en Polder. Retrieved from https://www.eerstelijnszone.be/sites/default/files/presentatie_symposium_diabetes.pdf

L'Institut royal météorologique (2024). Généralités sur le climat belge. Consulté sur: https://www.meteo.be/fr/unpublish/climat-general-en-belgique/generalites

Meert, H., Mistiaen, P., & Kesteloot, C. (1997). The geography of survival : Household strategies in urban settings. *Tijdschrift Voor Economische en Sociale Geografie*, *88*(2), 169-181. https://doi.org/10.1111/j.1467-9663.1997.tb01595.x

Meinander, H., & Varheenmaa, M. (2002). *Clothing and Textiles for Disabled and Elderly People*. VTT Technical Research Centre of Finland. https://publications.vtt.fi/pdf/tiedotteet/2002/T2143.pdf

Mullainathan, S., & Shafir, E. (2013). *Scarcity : Why Having Too Little Means so Much* (p. 289). Times Books/Henry Holt and Co.

Mussche, E. (2008). Hoe kies je een degelijke kinderschoen ? *Het Nieuwsblad*.

Nayak, R., Padhye, R., & Wang, L. (2015). How to dress at work. In S. Patole (Ed.), *Management and Leadership – A Guide for Clinical Professionals* (pp. 241-255). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-11526-9_17

Piacentini, M., Hibbert, S., & Al-Dajani, H. (2001). Diversity in deprivation : Exploring the grocery shopping behaviour of disadvantaged consumers. *The International Review of Retail, Distribution and Consumer Research, 11*(2), 141-158. https://doi.org/10.1080/09593960122639

Piippo, R., Niinimäki, K., & Aakko, M. (2022). Fit for the future : Garment quality and product lifetimes in a CE context. *Sustainability*, *14*(2), 726. https://doi.org/10.3390/su14020726

Ridge, T. (2009). *Living with Poverty. A Review of the Literature on Children's and Families Experiences of Poverty.* (Department for Work and Pensions Research Report ; Vol. 594). Department for Work and Pensions. https://www.bristol.ac.uk/poverty/downloads/keyofficialdocuments/Child%20Poverty%20lit%20review%20DWP.pdf

Roach, M. E., & Eicher, J. B. (1979). The language of personal adornment. In J. M. Cordwell & R. A. Schwarz (Red.), *The Fabrics of Culture : The Anthropology of Clothing and Adornment* (pp. 7-22). De Gruyter Mouton. https://doi.org/10.1515/9783111631523.7

Roelants, M., & Hauspie, R. (2004). *Groeicurven 2-20 jaar*, Vlaanderen 2004.

Ryan, L. (2011). Muslim women negotiating collective stigmatization : 'We're just normal people'. *Sociology, 45*(6), 1045-1060. doi :10.1177/0038038511416170

Rybkowska, A., & Schneider, M. (2011). Housing conditions in Europe in 2009. *Eurostat Statistics in Focus, 4*, 1-12. https://ec.europa.eu/eurostat/documents/3433488/5578396/KS-SF-11-004-EN.PDF.pdf/2ef3ac6a-9d13-4911-8808-20145b2a125a ?t=1414693379000

Schellenberger, S., Liagkouridis, I., Awad, R., Khan, S., Plassmann, M., Peters, G., Benskin, J. P., & Cousins, I. T. (2022). An outdoor aging study to investigate the release of Per- and Polyfluoroalkyl Substances (PFAS) from functional textiles. *Environmental Science & Technology*, *56*(6), 3471-3479. https://doi.org/10.1021/acs.est.1c06812

Sen, A. (1985). A sociological approach to the measurement of poverty : A reply to Professor Peter Townsend. *Oxford Economic Papers, 37*(4), 669-676.

Sen, A. (2006). Conceptualizing and measuring poverty. In D. B. Grusky & R. Kanbur (Eds.), *Poverty and Inequality* (pp. 30-46). Stanford : Stanford University Press. https://doi.org/10.1515/9780804767590-003

Service de lutte contre la pauvreté, la précarité et l'exclusion sociale. (2019).Durabilité et pauvreté. Contribution au débat et à l'action politiques. Rapport Bisannuel 2018-2019.

Song, G. (2011). *Improving Comfort in Clothing.* WP, Woodhead Publ.

Spaepen, V., Lenaerts, M., Roedolf, J. & Demarest, F. (2024) Modemonitor 2024. Geel, Expertisecentrum Duurzaam Ondernemen en Digitale Innovatie, Thomas More. file :///C :/Users/u0068138/Downloads/Modemonitor_2024.pdf

Spears, D. (2011). Economic decision-making in poverty depletes behavioral control. *The B.E. Journal of Economic Analysis & Policy*, *11*(1). https://doi.org/10.2202/1935-1682.2973

SPF Economie (2020). Analyse de la consommation énergétique des ménages en Belgique en 2020. Consulté sur: https://economie.fgov.be/fr/publications/analyse-de-la-consommation-0

Turner-Bowker, D. M. (2001). How can you pull yourself up by your bootstraps, if you don't have boots ? Work-appropriate clothing for poor women. *Journal of Social Issues, 57*(2), 311-322. https://doi.org/10.1111/0022-4537.00215

Van Leemput, S., & Vereycken, A. (2015). *Gezond wonen met milieuverantwoorde materialen*. Vlaams Instituut voor Bio-Ecologisch Bouwen en Wonen. https://ecomat.be/bestandenbank/Gezond_wonen_met_milieuverantwoorde_materialen_ecomat.pdf

Van Thielen, L., & Storms, B. (2013). *Het maximum halen uit het minimum. Overlevingsstrategieën van mensen die moeten rondkomen met een beperkt inkomen*. Geel : CEBUD, Thomas More. https://thomasmore.be/sites/default/files/2023-01/Het%20maximum%20uit%20het%20minimum%20halen.pdf

Winters, S., & De Decker, P. (2009). Wonen in Vlaanderen : over kwaliteit, betaalbaarheid en woonzekerheid. *De Sociale Staat van Vlaanderen.* Brussel : Josée Lemaître, 199-234. https://lirias.kuleuven.be/retrieve/135905#page=200

Winters, S., Elsinga, M., Noppe, J., Vanderleyden, L., & Callens, M. (2011). Wonen in Vlaanderen in internationaal perspectief. In *De sociale staat van Vlaanderen 2011* (pp. 217-256). Studiedienst van de Vlaamse Regering ; Brussel.

Your Europe (2024) Labels voor schoeisel. Retrieved from https://europa.eu/youreurope/business/product-requirements/labels-markings/footwear-label/index_nl.htm

5 LE BUDGET POUR L'HYGIÈNE PERSONNELLE ET DES SOINS DE SANTÉ ADÉQUATS

Bérénice Storms et Heleen Delanghe[16]

5.0 Introduction

À l'instar d'une alimentation saine et de vêtements appropriés, l'hygiène personnelle et des soins de santé accessibles sont des conditions préalables essentielles à une pleine participation à la société. Dans ce chapitre, nous montrons comment ces besoins intermédiaires ont été traduits en deux paniers chiffrés en termes de prix : l'un pour l'hygiène personnelle et l'autre pour des soins de santé adéquats.

Nous commencerons par l'importance des soins personnels et expliquerons les choix effectués pour déterminer la nature, la qualité, la quantité et le prix des produits et services inclus. Ceux-ci sont classés en quatre domaines : l'hygiène des mains, l'hygiène buccale, l'hygiène générale et l'hygiène sexuelle.

Nous nous pencherons ensuite sur les soins de santé. Nous décrirons les quatre fonctions principales que le panier « soins de santé » doit remplir : les soins pour les maladies courantes, les soins pour les traumatismes et les blessures, la prévention des maladies, et l'assurance pour l'accès aux soins de santé. Pour chacune de ces fonctions, nous allons clarifier les choix effectués dans le calcul des coûts minimaux nécessaires pour les produits et services concernés.

Nous agrégerons ensuite tous les coûts dans un budget de référence unique adapté aux différents ménages types. Enfin, nous examinerons dans quelle mesure ces paniers sont réalisables pour les familles en situation de pauvreté avec le budget de référence fixé.

16 Pour rédiger le présent chapitre, les autrices se sont appuyées sur des travaux antérieurs de Diepstraeten (2009). Elles souhaitent également remercier chaleureusement Nicolas Bouckaert pour ses précieuses réflexions et ses suggestions de fond.

5.1 Hygiène personnelle et soins corporels

L'hygiène remplit deux fonctions essentielles. D'une part, elle contribue au bon état de santé en limitant, entre autres, les infections d'origine virale et bactérienne sur ou dans le corps, comme les intestins, la bouche, le nez, les plaies, la peau et les vêtements. En maintenant ces micro-organismes sous contrôle, l'hygiène personnelle prévient de nombreuses maladies et de nombreux désagréments.

D'autre part, l'hygiène joue également un rôle psychologique et social. Les personnes qui prennent soin de leur hygiène personnelle se sentent mieux dans leur peau et ont tendance à être mieux acceptées socialement. Des cheveux propres, une haleine fraîche, une apparence soignée et une odeur corporelle agréable sont des attentes habituelles dans le cadre des interactions sociales quotidiennes.

À partir de cette double fonction et sur la base de la littérature scientifique, nous formulons des principes directeurs pour le panier « hygiène personnelle ».

Ce panier a été conçu pour des ménages types dont tous les membres sont en bonne santé (voir chapitre 2). En cas de maladie, de handicap ou d'allergies, des besoins supplémentaires peuvent apparaître et nécessiter un budget supplémentaire.

5.1.1 Le contenu du panier « hygiène personnelle et soins corporels »

5.1.1.1 *Hygiène des mains*

Une bonne hygiène des mains avec utilisation de savon peut réduire pratiquement de moitié le risque d'infections intestinales (Curtis & Cairncross, 2003). En effet, les mains sales propagent les bactéries à la fois directement et par l'intermédiaire des surfaces de contact (Reybrouck *et al.*, 2000). Le savon liquide est à préférer au pain de savon en raison du moindre risque de contamination. Un savon de qualité a un pH neutre, n'est pas parfumé et ne contient pas d'agents antimicrobiens, afin de préserver l'équilibre de la flore cutanée (Proksch *et al.*, 2008).

La propreté des ongles est également importante. Un nettoyage et un brossage quotidiens empêchent l'accumulation de saletés et une coupe régulière est également nécessaire (Curtis & Cairncross, 2003 ; UZ Gent, 2021). C'est pourquoi nous incluons une brosse à ongles et un coupe-ongles dans le panier.

Pour se sécher les mains, il est préférable d'utiliser des serviettes propres, lavées régulièrement. Les serviettes en papier sont hygiéniques mais coûteuses et moins écologiques. Un bon lavage permet d'éliminer la plupart des germes : au moins cinquante minutes à 60°C. Trois (petites) serviettes par personne suffisent pour alterner régulièrement

sans lavages supplémentaires. Nous fixons le prix sur la base de serviettes en coton, mélangées ou non à des fibres synthétiques.

5.1.1.2 *Hygiène buccale*

Une bouche saine est essentielle à notre qualité de vie : c'est avec elle que nous parlons, goûtons, mangeons et communiquons. Les problèmes bucco-dentaires peuvent entraîner non seulement des risques médicaux et des coûts importants, mais aussi une gêne physique et psychologique (Organisation mondiale de la santé, 2022). Un brossage quotidien et une limitation de la consommation de sucre sont des mesures préventives simples et efficaces.

La carie dentaire se produit lorsque les bactéries transforment les sucres en acides qui attaquent l'émail. Une bonne brosse à dents est donc essentielle. Nous déterminons le coût minimal sur la base d'une brosse manuelle. La brosse a une petite tête (2,5 × 1 cm chez l'adulte, 1,5 × 1 cm chez l'enfant), des poils moyennement durs et une durée de vie d'environ trois mois. La forme du manche est moins importante, pour autant qu'il tienne bien dans la main (UZ Gent, 2021).

Le dentifrice au fluor renforce l'émail des dents. Sur la base de l'avis sur le fluor du Conseil supérieur de la santé (2021), les doses suivantes sont à respecter selon l'Académie européenne de dentisterie pédiatrique (Toumba *et al.*, 2019) :

- 0-2 ans : deux fois par jour avec 1 000 ppm, quantité équivalante à un grain de riz (0,125 g) ;
- 2-6 ans : deux fois par jour avec 1 000 ppm, quantité équivalant à un pois (0,25 g) ;
- 6 ans et plus : deux fois par jour avec 1 450 ppm, toute la surface de la tête de la brosse (0,75 g).

Nous prévoyons également pour chaque membre du ménage un gobelet pour la salle de bains. Pour le nettoyage interdentaire, nous prévoyons par jour un cure-dents triangulaire en bois, simple et adapté à la plupart des utilisateurs (Verbond der Vlaamse Tandartsen, 2024 ; UZ Gent, 2021).

5.1.1.3 *Hygiène générale*

Soins corporels

Pour les soins corporels, il convient d'utiliser comme pour les mains un savon liquide nourrissant au pH neutre (UZ Gent, 2021). Il est préférable d'éviter les gels douche parfumés afin de ne pas perturber la flore cutanée. Les déodorants et les antitranspirants sont socialement souhaités, en particulier chez les adolescents et les adultes, et ne sont généralement pas nocifs (UZ Gand, 2021). C'est pourquoi nous prévoyons trois sticks

par personne et par an. Nous prévoyons également trois serviettes de bain par personne, d'une durée de vie de cinq ans. Comme pour les petites serviettes (voir la section 5.1.1.1), elles sont en coton, mélangé ou non à des fibres synthétiques.

Des mouchoirs en papier et du papier toilette sont également prévus pour chaque personne. Des couches sont incluses pour les enfants jusqu'à 2,5 ans. Pour toutes les personnes âgées de plus de 12 ans, un nombre limité de masques buccaux (12 par an) est pris en compte. L'utilisation de masques buccaux est recommandée en cas d'infections respiratoires, en particulier lorsque l'on est en contact avec des personnes vulnérables ou des professionnels de santé (Risk Management Group, 2024).

Menstruation et incontinence

Pour les filles à partir de 12 ans et les femmes jusqu'à 60 ans, nous prévoyons des serviettes hygiéniques et des tampons, dans un rapport de 50/50 pour la journée et uniquement des serviettes hygiéniques pour la nuit. Le calcul est basé sur cinq jours de menstruation par cycle, soit seize serviettes hygiéniques et onze tampons par mois. Les coupelles menstruelles sont plus durables, mais elles ne sont pas incluses en raison de leur utilisation limitée et des exigences en matière d'hygiène.

Les premières menstruations, la ménarche, surviennent généralement avant l'âge de 15 ans, en moyenne vers 13 ans (Hoppenbrouwers *et al.*, 2017). Nous incluons des produits menstruels pour toutes les filles et femmes âgées de 12 à 59 ans. Aucun budget n'est prévu pour les femmes plus âgées, car elles ont généralement atteint la ménopause. Nous prévoyons pour elles quatre protège-slips par jour, car une femme ménopausée sur trois souffre d'incontinence. Pour les femmes et les hommes plus jeunes, il s'agit d'une situation exceptionnelle (Norton & Brubaker, 2006) qui n'est donc pas budgétisée par défaut.

Soins des cheveux

Du shampooing est utilisé pour éliminer la graisse et la saleté des cheveux. Un shampoing doux suffit pour tout type de cheveux (UZ Gent, 2021). La fréquence des lavages dépend de la production de sébum et de la texture des cheveux. Pour les cheveux normaux, un à deux lavages par semaine suffisent ; les cheveux gras nécessitent un lavage quotidien (UZ Gent, 2021). Sur la base des informations recueillies dans les groupes de réflexion, nous prévoyons trois lavages par semaine, ce qui représente 60 ml de shampoing par mois.

En outre, nous prévoyons un peigne et une brosse pour chaque ménage. Un kit supplémentaire est prévu pour les enfants de plus de 6 ans, par exemple pour les camps de vacances, les soirées pyjama ou les voyages scolaires de plusieurs jours. Pour les filles et les femmes, nous incluons également dans le budget des pinces à cheveux et un ruban.

Enfin, ce panier comprend pour tout le monde six coupes de cheveux (lavage et coupe) par an.

Épilation et rassage

L'épilation et le rasage ne sont pas strictement nécessaire pour l'hygiène, mais ils répondent à une attente sociale forte dans notre société, tant chez les hommes que chez les femmes. Pour les hommes et les adolescents, nous prévoyons des produits de base pour les poils du visage : un manche de rasoir (tous les cinq ans), cinq lames jetables par mois et 122 ml de mousse à raser par mois. Un rasoir classique avec de la mousse à raser est sûr et efficace. L'après-rasage n'est pas inclus ; de l'eau froide et une serviette propre suffisent et sont également plus respectueux de la peau.

Pour les femmes et les jeunes filles âgées de 12 ans et plus, le rasage à la lame est incluse en tant que méthode peu coûteuse et accessible. Les lames peuvent être utilisées pour différentes parties du corps (Shapiro & Lui, 2006). Nous prévoyons deux lames jetables par mois. Le rasage sous la douche ou dans le bain remplace la mousse à raser de manière économique et efficace.

Cosmétiques

Bien que les cosmétiques ne soient pas strictement nécessaires, il ressort des groupes de réflexion que, pour certaines femmes, le maquillage est un élément essentiel de leur image de soi et de leur participation sociale. Elles perçoivent son utilisation comme nécessaire, en particulier dans des contextes professionnels ou formels. C'est pourquoi nous prévoyons un budget minimal pour des produits cosmétiques de base pour celles qui le souhaitent. Pour les adolescentes et les femmes adultes, il s'agit des produits suivants : ombre à paupières, crayon pour les yeux, rouge à lèvres, mascara, fond de teint et lait démaquillant. Pour le calcul des coûts, nous n'incluons que des produits hypoallergéniques afin d'éviter toute irritation de la peau (De Groot, 2000). Des cotons et du savon doux sont prévus pour le démaquillage. Un petit miroir fait également partie du panier, utile à la fois pour le maquillage et le rasage.

En outre, de l'eau de toilette est incluse dans le panier pour les occasions spéciales, car, selon les groupes de réflexion, celle-ci contribue à l'estime de soi et correspond aux attentes sociales.

Enfin, nous prévoyons une trousse de toilette pour chaque ménage, et pour chaque enfant de plus de 6 ans, qui pourra y ranger des produits de soin et des cosmétiques pendant les vacances ou les sorties. Pour déterminer le coût mensuel, nous supposons que la trousse de toilette aura une durée de vie de cinq ans.

5.1.1.4 *Hygiène sexuelle*

L'importance de la contraception et de la protection contre les maladies sexuellement transmissibles (MST) est pleinement reconnue en Belgique. Les contraceptifs permettent une vie sexuelle sûre et sans souci et contribuent au bien-être de l'individu. Le choix d'un contraceptif approprié dépend de plusieurs facteurs : le risque de MST, la facilité d'utilisation, la fiabilité, le coût, le contexte culturel et la religion.

Ce ne sont pas seulement les adultes, mais aussi les jeunes, qui ont besoin d'une contraception fiable. Dans notre pays, la première expérience sexuelle a généralement lieu à la fin de l'adolescence (entre 16 et 18 ans). Mais même à un âge plus jeune (13-15 ans), un groupe relativement restreint de jeunes a déjà des relations sexuelles (Conseil supérieur de la santé 2017, Dierckens, Delaruelle & Deforche, 2021). Les relations à un jeune âge sont souvent instables, ce qui augmente le risque de grossesses non désirées.

Pour des informations complètes sur les méthodes contraceptives, veuillez vous référer à Sensoa (www.sensoa.be). Pour déterminer le coût de la contraception, nous incluons dans le budget de référence la pilule combinée classique pour adolescentes et femmes adultes. Elle est fiable, bien connue, largement disponible et ne nécessite aucune intervention, mais une prise régulière. Le stérilet hormonal étant moins cher à long terme, le budget offre la possibilité d'acheter la pilule et de se la faire prescrire annuellement par le médecin généraliste ou de se faire placer un stérilet hormonal. Tant les chercheurs que les groupes de réflexion soulignent l'importance de la liberté de choix : les femmes qui peuvent choisir elles-mêmes utilisent leurs contraceptifs de manière plus régulière, ce qui entraîne une diminution du nombre de grossesses non désirées et de MST (Gray *et al.*, 2006, Yeh *et al*., 2022).

La pilule ne protégeant pas des MST, les préservatifs sont également inclus dans le budget, pour les adolescents et les adultes ayant une relation sexuelle sans lendemain ou de multiples partenaires sexuels (Unaids, UNFPA & WHO, 2009). Le nombre nécessaire est sujet à discussion, compte tenu de la variation des comportements sexuels. Selon l'étude Sekspert (Buysse *et al.*, 2013), une personne moyenne en couple a des rapports sexuels 1 à 1,2 fois par semaine, avec une fréquence variable en fonction de l'âge. Sur cette base, nous prévoyons chaque année : 13 préservatifs pour les adolescents, 57 préservatifs pour les 19-25 ans, 32 préservatifs pour les 25-64 ans et 13 préservatifs pour les plus de 65 ans.

5.1.2 Le calcul du prix du panier « hygiène personnelle et soins corporels »

Les prix pour les produits d'hygiène des mains, d'hygiène bucco-dentaire et d'hygiène générale sont principalement demandés auprès du même détaillant que pour le panier alimentaire, afin d'éviter que les ménages ne doivent se rendre dans plusieurs magasins

pour leurs achats quotidiens. Les produits moins fréquemment achetés et qui ne sont pas (suffisamment) disponibles dans les grandes chaînes de supermarchés, telles les trousses de toilette ou les brosses à cheveux, sont tarifés en fonction des prix pratiqués chez Kruidvat, une chaîne de droguerie qui compte plus de deux cents magasins en Belgique. Le prix indiqué est toujours celui du produit le moins cher qui répond aux critères de qualité fixés. Selon les participants aux groupes de réflexion, les produits blancs ou les marques de supermarchés sont acceptables, à condition que leur qualité soit bonne. Les articles de marque ne sont pas une exigence pour eux. Le prix d'une coupe de cheveux a été calculé sur la base d'une moyenne de cinq salons de coiffure par région belge.

Le budget consacré à l'hygiène sexuelle tient compte du ticket modérateur légal pour une consultation chez le médecin généraliste (pour la prescription de la pilule) et pour la pilule elle-même. Pour les filles de moins de 25 ans, la pilule est entièrement remboursée. Les préservatifs sont tarifés selon la même stratégie que les autres produits de soins.

5.2 Soins de santé adéquats

La santé est un besoin fondamental, comme le soulignent la *Theory of Human Need* de Len Doyal et Ian Gough (1991 ; Gough, 2003) et la *capability theory* d'Amartya Sen (1980, 1985) et Martha Nussbaum (2000). La santé est considérée comme une condition fondamentale pour pouvoir participer à la société et poursuivre ses propres objectifs. De nombreux facteurs contribuent à une bonne santé, mais l'accès aux soins de santé reste également essentiel, tant à titre préventif qu'à titre curatif. Ce droit est inscrit dans la Constitution belge (art. 23) et dans la Charte sociale européenne (art. 11), qui stipule que toute personne a droit à la meilleure santé possible (Conseil de l'Europe, 2015). Il comprend à la fois l'élimination des risques pour la santé et la promotion de l'éducation à la santé et de la prévention des maladies.

L'Organisation mondiale de la santé définit la santé comme un état de bien-être physique, mental et social (OMS, 1948). Dans le panier « soins de santé adéquats », nous nous concentrons sur les soins et le soutien nécessaires pour rester en bonne santé physique et mentale. Le budget de référence comprend à cet effet un ensemble de produits et de services pour lesquels un budget minimal est calculé.

5.2.1 Le contenu du panier « soins de santé adéquats »

Il n'est pas évident de définir le contenu d'un panier de soins de santé adéquats en raison des grandes différences entre les individus en matière de santé. C'est pourquoi nous nous basons sur trois principes de départ pour composer un panier réaliste.

Situation de départ saine

Nous partons du principe que les ménages types sont en bonne santé, sans problèmes médicaux ni handicaps, et vivent dans un logement de qualité. En réalité, les inégalités en matière de santé restent importantes en Belgique. Ainsi, en 2024, 79,82 % de la population belge estimaient être en bonne ou très bonne santé. Ces pourcentages sont nettement plus faibles chez les personnes en situation de pauvreté ou les personnes âgées, pour lesquelles ils s'élèvent respectivement à 64,4 % et 58,4 % (EU-SILC, 2024). Les groupes de population défavorisés sont en moyenne moins en contact avec le système de santé et rencontrent davantage d'obstacles financiers lorsqu'ils cherchent à obtenir des soins. Des études montrent que les difficultés financières entravent l'accès aux soins, en particulier aux soins dentaires et aux soins spécialisés. Dans certains cas, elles conduisent à reporter ou à renoncer complètement à des soins nécessaires (Bouckaert *et al.*, 2020, Gerkens *et al.*, 2024). Il va sans dire que les personnes qui souffrent d'un handicap, d'une maladie de longue durée ou d'une autre affection ont souvent des besoins supplémentaires qui entraînent des coûts additionnels non pris en compte dans ce budget de référence.

Utilisation éclairée des soins de santé

Deuxièmement, nous partons du principe que les ménages sont bien informés sur l'utilisation efficace et sûre des soins de santé. Selon le modèle comportemental d'Andersen (1995) et le modèle du capital santé de Grossman (1972), l'utilisation des soins de santé n'est pas seulement déterminée par l'état de santé objectif, mais aussi par les caractéristiques personnelles, les moyens disponibles et la valeur que chacun accorde à la santé. Lorsque deux personnes ayant le même besoin médical ont une utilisation différente des soins, cela indique une sous-consommation ou une surconsommation. Dans un budget de référence, ces deux situations doivent être évitées : le budget doit être suffisant pour rendre les soins nécessaires accessibles, mais il ne peut pas inclure des soins superflus. C'est pourquoi le budget de référence repose notamment sur le principe selon lequel les problèmes de santé bénins, tels que les maux de tête, doivent d'abord être traités par des soins auto-administrés et que l'aide médicale ne doit être sollicitée qu'en cas de symptômes persistants ou graves.

Système de soins accessible

Troisièmement, notre point de départ est l'offre de soins existante pour les ménages ayant accès à l'assurance maladie publique, aux tarifs actuels, à condition que cette offre soit effectivement accessible à la plupart des ménages. Si l'accessibilité est entravée, cela doit être pris en compte. Pensons, par exemple, aux suppléments, aux honoraires ou aux frais d'assurance supplémentaires. Presque tous les habitants de Belgique sont couverts par l'assurance maladie obligatoire. Pour certains groupes de la société, l'offre subventionnée est beaucoup plus limitée, comme c'est le cas pour les (certaines catégories de) demandeurs d'asile, les personnes sans titre de séjour et,

dans certaines circonstances, les sans-abri. Il convient d'en tenir compte lorsque les budgets de référence sont utilisés pour ces groupes. La disponibilité des soins prodigués par des médecins conventionnés n'est pas non plus répartie de manière égale. Ainsi, dans plus de la moitié des arrondissements belges, moins de 50 % des gynécologues et sages-femmes sont conventionnés (sur la base des données de l'INAMI [2024]).

En résumé, nous calculons dans ce panier les dépenses minimales en matière de soins de santé nécessaires pour permettre à des personnes en bonne santé et bien informées de maintenir leur bonne santé physique. Même les personnes en bonne santé ont parfois besoin de soins médicaux. Nous partons donc des besoins objectifs en matière de soins qui se présentent chez des personnes ayant un bon état de santé général. Les maladies chroniques ne correspondent pas au profil de la personne en bonne santé moyenne et ne sont donc pas prises en compte dans ce budget. Nous nous concentrons sur les affections aiguës et moins graves. Des études montrent qu'à l'exception de quelques analgésiques et dispositifs médicaux spécifiques, ces affections nécessitent relativement peu de ressources. Il apparaît toutefois que même les personnes en bonne santé ont parfois besoin de soins spécialisés.

Dans cette optique, le panier « santé » remplit quatre fonctions : les soins pour les maladies courantes, les soins pour les traumatismes et les blessures, les soins préventifs et l'assurance pour l'accès aux soins de santé.

5.2.2 Le contenu du panier « santé »

5.2.2.1 *Les soins pour les problèmes de santé courants*

Les affections aiguës courantes telles que la fièvre, les infections respiratoires, la diarrhée, les maux d'estomac et les maux de tête entraînent régulièrement des consultations chez le médecin généraliste ou le pharmacien, la prise de médicaments et des absences au travail. Elles ont donc un impact considérable tant sur la santé publique que sur les dépenses de santé.

Il n'est toutefois pas facile de déterminer un budget réaliste pour ces affections dites « banales ». Les données épidémiologiques disponibles sont limitées. Elles se concentrent principalement sur les maladies infectieuses prioritaires telles que la grippe, le Covid-19 ou la tuberculose. Les données issues des registres des médecins généralistes ne donnent également qu'une image partielle : tous les patients ne consultent pas un médecin en cas de symptômes légers, et les diagnostics ne sont pas toujours concluants. Même lorsque des données fiables sont disponibles, il reste difficile de définir de manière normative quand des soins médicaux sont réellement nécessaires, par exemple, en cas de fièvre ou de maux de tête de courte durée.

Il est en outre problématique de se baser sur le comportement de la population pour établir un budget de référence. En effet, certains éléments indiquent à la fois une sous-consommation ou une surconsommation des soins de santé (Gerkens *et al.*, 2024 ; OMS, 2018 ; OMS & World Bank Group, 2018). En Belgique, des campagnes ciblées sont certes menées pour limiter le recours inutile aux soins de santé et promouvoir les soins autogérés, comme pour la santé mentale des jeunes ou les vaccinations pendant le Covid-19 et la saison grippale, mais il n'existe pas de communication à grande échelle qui encourage explicitement les soins autogérés pour les symptômes bénins quotidiens.

Le Tableau 5.1 présente une liste des problèmes de santé courants et fréquents, accompagnés de conseils sur la nécessité de consulter un médecin et les traitements recommandés. Pour la plupart de ces problèmes, une consultation médicale n'est généralement recommandée que si les symptômes persistent anormalement longtemps, s'accompagnent de signes alarmants ou si un certificat médical est nécessaire pour justifier une absence au travail.

Tableau 5.1 – Maladies infectieuses et problèmes de santé courants et soins médicaux recommandés

Affection	Adultes		Enfants (école primaire, secondaire)	
	Nécessité de consulter un médecin ?	**Traitement / médication**	**Nécessité de consulter un médecin ?**	**Traitement / médication**
Fièvre	38,5 °C pendant plus de 3 jours ou en cas de complications graves	Paracétamol, ibuprofène	39,5 °C ou plus	Paracétamol, ibuprofène
Toux aiguë	Lorsqu'elle s'accompagne de symptômes spécifiques	Pas nécessaire	Lorsqu'elle s'accompagne de symptômes spécifiques	Pas nécessaire
Grippe	Quand elle persiste ou est inhabituellement sévère	Ibuprofène ; vaccination pour les groupes à risque	Quand elle persiste ou est inhabituellement sévère	Ibuprofène
Maux de gorge aigus	Quand ils persistent ou sont inhabituellement sévères	Paracétamol, ibuprofène	Quand ils persistent ou sont inhabituellement sévères	Paracétamol, ibuprofène
Rhinosinusite aiguë	Pas nécessaire		Pas nécessaire	
Douleur aiguë à l'oreille	Recommandé	Paracétamol	Recommandé	Paracétamol

Affection	Adultes		Enfants (école primaire, secondaire)	
Gastro-entérite	Si les symptômes persistent pendant plus de 36 heures	Solution de réhydratation orale lopéramide	Si les symptômes persistent pendant plus de 36 heures	Solution de réhydratation orale
Infection urinaire chez une femme qui n'est pas enceinte	En cas de symptômes graves	Boire au moins 1,5 litre d'eau en cas de symptômes légers à modérés	Oui	
Maux de tête	Quand ils persistent ou sont inhabituellement sévères	Paracétamol, ibuprofène	Quand ils persistent ou sont inhabituellement sévères	Paracétamol, ibuprofène
Fatigue	Quand elle persiste ou est inhabituellement sévère		Quand elle persiste ou est inhabituellement sévère	
Contrôle dentaire	Pour prévenir les caries	Contrôle préventif	Pour prévenir les caries	Contrôle préventif
Poux	Pas nécessaire	peigne antipoux, après-shampooing	Pas nécessaire	peigne antipoux, après-shampooing
Morsure de tique	Pas nécessaire si la tique a été correctement retirée et en cas de gonflement léger et localisé qui disparaît spontanément après quelques jours	Pince à tiques Désinfection de la plaie à l'alcool	Pas nécessaire si la tique a été correctement retirée et en cas de gonflement léger et localisé qui disparaît spontanément après quelques jours.	Pince à tiques Désinfection de la plaie à l'alcool
Piqûre d'insecte	En cas de réactions allergiques ou d'inflammation locale croissante		En cas de réactions allergiques ou d'inflammation locale croissante	
Troubles psychosociaux	Incapacité psychologique de fonctionner pendant une période prolongée	Consultation psychologique	Incapacité psychologique de fonctionner pendant une période prolongée	Consultation psychologique

Note : sur la base de Diepstraeten (2009), Bapcoc (2021), Vanhoomissen (2025)

Consultations

Afin que le budget de référence réponde au besoin de conseils et d'apaisements médicaux, un nombre minimal de consultations est prévu chez un médecin généraliste, un spécialiste et un psychologue.

Pour les consultations chez le médecin généraliste, nous appliquons les fréquences annuelles suivantes : deux pour les adultes sans emploi, trois pour les adultes qui travaillent (étant donné qu'un certificat médical est généralement requis pour les absences de plus d'un jour), cinq pour les enfants de l'enseignement primaire et six pour les enfants de moins de 6 ans[17]. À cela s'ajoutent des consultations sporadiques chez le médecin généraliste pour des questions d'hygiène sexuelle chez les femmes (voir : 5.1.1.4), de traumatismes (voir : 5.2.2.2) ou pour l'administration de certains vaccins et le dépistage du cancer du col de l'utérus (voir : 5.2.2.3).

Même les personnes en bonne santé physique et mentale peuvent se trouver dans des situations où des soins médicaux ou psychosociaux supplémentaires sont indiqués. Il s'agit de soins moins fréquents, mais indispensables, tels qu'une consultation chez un spécialiste pour un diagnostic ou un suivi (p. ex. un orthopédiste après une fracture, un dermatologue pour un contrôle de la peau, une orientation vers un ORL, un gynécologue ou un pédiatre). Dans cette optique, nous incluons pour tous les membres du ménage la possibilité de consulter un spécialiste une fois par an[18]. Pour les personnes âgées et les bébés, nous augmentons cette fréquence à la moyenne de la population, soit 2,4, pour les ainés car deux fois plus de personnes âgées de plus de 65 ans évaluent leur état de santé comme mauvais par rapport aux personnes en âge de travailler, ce qui contribue à l'incidence plus élevée de consultations chez des spécialistes dans ce groupe (Eurostat, 2023 ; Gerkens *et al*., 2024) pour les bébés et en raison du diagnostic pédiatrique et de l'accompagnement des bébés malades.

Enfin, le panier « santé » comprend également la possibilité de consulter un psychologue. Sur la base d'études récentes (voir notamment Jansen, Glowacz, Kinard & Bruffaerts,

17 Selon EU-SILC (Eurostat, 2023), 50,3 % des Belges ont consulté leur médecin généraliste une à deux fois en 2022, 31 % trois à cinq fois, 9,6 % six à neuf fois et 8,8 % plus de dix fois. Selon l'étude de performance du KCE (Gerkens *et al.*, 2024), environ 85 % des Belges en bonne ou très bonne santé ont consulté un médecin généraliste au cours de l'année écoulée, avec respectivement six et cinq consultations par personne.

18 Selon EU-SILC (Eurostat, 2023), 43,7 % des Belges n'ont pas consulté de médecin spécialiste. Ce chiffre s'élève à 61,4 % chez les moins de 24 ans, à 40,9 % chez les 25-64 ans et à 29,2 % chez les plus de 65 ans ; 60,2 % des personnes âgées ont consulté un spécialiste entre une et cinq fois. Les chiffres de prévalence chez les personnes en bonne ou très bonne santé montrent que 60 % d'entre elles ont consulté un médecin spécialiste au cours de l'année écoulée, pour une moyenne de quatre consultations (Gerkens *et al.*, 2024).

2023) et d'avis d'experts (Vanhoomissen, 2025), il est plausible que même des personnes en bonne santé puissent occasionnellement rencontrer des problèmes mentaux ou des troubles psychosociaux nécessitant une intervention de courte durée. Compte tenu de l'importance d'un soutien rapide en cas de troubles psychologiques légers, on part donc du principe que douze consultations psychologiques sont nécessaires pour les enfants âgés de 0 à 18 ans et douze pour les adultes en âge de travailler. Huit consultations sont prévues pour les personnes âgées. Il s'agit de soins psychologiques de première ligne facilement accessibles, tels qu'ils sont organisés en Belgique depuis 2021. Ces soins sont destinés aux personnes présentant des troubles légers à modérés, pour lesquels quelques séances suffisent généralement. Les parcours de soins psychologiques plus complexes ou de longue durée ne sont pas inclus dans le budget de référence, qui se base sur un individu en bonne santé moyenne.

Médicaments

En ce qui concerne les médicaments, nous partons, comme indiqué précédemment, du principe d'une automédication raissonable. En cas de fièvre ou de douleurs, le paracétamol ou l'ibuprofène suffisent. Une solution saline physiologique est recommandée pour traiter la rhinosinusite chez les bébés et les jeunes enfants. Les douleurs auriculaires aiguës sont une cause fréquente de consultation chez le médecin généraliste chez les enfants. Elles sont généralement causées par des otites moyennes. Cette affection est douloureuse et nécessite parfois des soins supplémentaires. Chez les enfants de moins de 6 mois, un traitement antibiotique immédiat est nécessaire (Babcoc, 2021), avec l'amoxicilline comme traitement de première intention. Chez les enfants plus âgés, un traitement symptomatique est d'abord recommandé, avec un suivi après trois jours, sauf contre-indication. Compte tenu des données limitées sur l'incidence, le budget de référence prévoit, en plus de la consultation chez le médecin généraliste, un traitement antibiotique par enfant de moins de 12 ans.

La pharmacie familiale comprend également un thermomètre, une pince à tiques, une solution de réhydratation orale (SRO) pour la diarrhée et du lopéramide pour les adultes comme remède de confort (CBIP, 2006 ; Van Winckel *et al.*, 2011). Pour les enfants, conformément aux recommandations belges, des produits destinés à la méthode du peigne humide contre les poux, tels qu'un peigne antipoux et un après-shampooing, sont inclus (Association scientifique flamande pour la santé des jeunes, 2023). Des lunettes de lecture sont également prévues pour les personnes âgées, indispensables pour leur autonomie et leur qualité de vie.

Avec ces dispositions, le budget de référence couvre les besoins de soins les plus courants, en partant d'une approche fondée sur des données probantes en matière d'autosoins, de premiers secours et d'intervention médicamenteuse limitée.

5.2.2.2 *Soins pour les traumatismes et blessures*

Outre les maladies infectieuses, on peut s'attendre à ce que des personnes en bonne santé aient parfois besoin de soins médicaux après un accident ou un traumatisme, ou qu'elles doivent se prodiguer des autosoins en cas de blessures légères. Les accidents domestiques peuvent causer des blessures qui nécessitent une intervention professionnelle lorsque les autosoins prodigués ne suffisent pas. Les enfants sont plus exposés aux traumatismes en raison de leur activité physique accrue, de leur coordination moins développée et de leur perception différente des risques. C'est pourquoi nous prévoyons dans le budget de référence, pour les enfants jusqu'à 12 ans, une consultation chez le médecin généraliste tous les cinq ans pour les traumatismes, et une consultation tous les dix ans pour les adolescents et les adultes.

Les entorses sont plus fréquentes chez les adultes âgés de 15 à 54 ans et représentent environ un tiers des traumatismes signalés. Une forme fréquente d'entorse est la distorsion de la cheville. Selon les règles d'Ottawa, 85 % à 90 % des distorsions de la cheville ne nécessitent pas d'examen radiologique. Dans les cas sans complication, un traitement fonctionnel avec du ruban adhésif médical ou une attelle est préférable à une immobilisation avec un plâtre ou une intervention chirurgicale. Ces blessures peuvent généralement être suivies de manière adéquate par le médecin généraliste, sans qu'il soit nécessaire de recourir à des examens diagnostiques coûteux (Gomes, Chau, Banwell & Causby, 2022).

Une trousse de premiers secours bien équipée est indispensable pour soigner les petits accidents domestiques. Elle contient entre autres une poche de glace pour réduire rapidement les gonflements en cas de contusions ou d'entorses. L'effet vasoconstricteur du froid permet de limiter le gonflement lorsqu'il est appliqué immédiatement après le choc.

En cas de blessures cutanées, un nettoyage en profondeur est essentiel pour prévenir les infections. Une blessure peut dans un premier temps être rincée sous la douche, éventuellement avec une solution saline physiologique. Pour les plaies plus sales, le forfait destiné aux soins personnels prévoit du savon doux et une brosse douce, ce qui est suffisant. Les corps étrangers présents dans la plaie peuvent être retirés à l'aide d'une pince fine (Martens & Casier, 2003).

Les plaies sensibles aux infections doivent être désinfectées. Les désinfectants à base de chlorhexidine (tels que Hacdil-S ou Hibidil) sont recommandés à cet effet. Ils combinent une bonne disponibilité et un faible coût avec un spectre d'action antimicrobienne relativement large et une faible cytotoxicité (Nair, 2023). Après désinfection, la plaie doit être recouverte d'un pansement adhésif stérile et, pour les plaies plus importantes, d'une compresse de gaze stérile non adhésive. Ces dernières peuvent être maintenues en place à l'aide de bandages et d'agrafes à pansement.

Pour les petites brûlures au deuxième degré superficielles, il faut utiliser une pommade spéciale pour brûlures ayant des propriétés antibactériennes et analgésiques, à appliquer sur une compresse stérile fixée à l'aide d'un bandage légèrement élastique, conformément aux recommandations de la Fondation des brûlés. Pour les brûlures au premier degré, une crème hydratante suffit (Fondation des brûlés, s. d.).

L'équipement de base comprend également une pince en acier inoxydable, une petite paire de ciseaux, des pansements hypoallergéniques imperméables pour les petites blessures et des bandes stériles pour les coupures ne nécessitant pas de suture.

5.2.2.3 Prévention des maladies

Les soins de santé ne sont qu'un des nombreux facteurs déterminants d'une bonne santé. Une alimentation saine, une activité physique suffisante, un capital social et culturel suffisant, un cadre de vie et de travail de qualité sont tout aussi importants (Organisation mondiale de la santé, 2025). Par conséquent, les autres paniers du budget de référence, par exemple, pour l'alimentation, le logement, la sécurité, le repos et la détente, l'habillement, la mobilité et les relations sociales, contribuent aussi directement à une bonne santé physique, mentale et sociale.

Il reste toutefois quelques mesures préventives spécifiques qui ne sont pas couvertes par d'autres paniers, mais sont essentielles pour prévenir les maladies et garantir une bonne santé. Il s'agit notamment des vaccinations, des dépistages médicaux, des compléments alimentaires, des soins bucco-dentaires préventifs et de la protection contre les dommages causés par le soleil et le stress thermique. Les produits et services nécessaires à cet effet sont présentés ci-dessous.

Vaccinations

Les infections peuvent constituer une menace pour la santé des citoyens. Les vaccinations sont reconnues comme l'une des mesures préventives les plus rentables contre les maladies infectieuses, avec de larges avantages pour la société (Shattock *et al.* , 2024). Elles constituent donc un élément essentiel de soins de santé adéquats. Les vaccins protègent non seulement l'individu contre les maladies infectieuses graves, mais contribuent également à la santé publique collective grâce au principe de l'immunité de groupe. Un taux de vaccination élevé protège indirectement les personnes vulnérables, telles que les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli, même si elles ne peuvent pas être vaccinées elles-mêmes. Cela fait de la vaccination un outil social important dans la lutte contre les maladies infectieuses.

En Belgique, la politique de vaccination est basée sur les recommandations du Conseil supérieur de la santé (CSS). Ces recommandations sont suivies par les communautés, qui sont responsables de la mise en œuvre de la politique de vaccination. Le calendrier vaccinal de base (voir Tableau 5.2) comprend notamment les vaccinations contre la diphtérie, le tétanos, la coqueluche, la polio, l'hépatite B, le pneumocoque, la rougeole, les oreillons et la rubéole. Les vaccins sont principalement administrés par l' ONE (nourrissons), le Centre psycho-médico-social ou PMS (enfants et adolescents) ou, pour les adultes, par le médecin généraliste. Ces dernières années, la vaccination contre le Covid-19 a également été ajoutée, en fonction de l'âge et du profil de risque. Récemment, le CSS a également recommandé l'utilisation d'anticorps contre le VRS pour les nourrissons (nirsevimab) et d'un vaccin pour les femmes enceintes afin de protéger les nouveau-nés pendant les premiers mois de leur vie.

***Tableau 5.2** – Calendrier vaccinal avec les vaccins de base pour les enfants et les adultes, tel que recommandé par le Conseil supérieur de la santé (2021)*

	Nourissons					Enfants et adolescents				Adultes		
Vaccins / *Age*[7]	8 SEMAINES 2 MOIS	12 SEMAINES 3 MOIS	16 SEMAINES 4 MOIS	12 MOIS	13 - 15 MOIS	5 - 6 ANS	7 - 9 ANS	11 - 13 ANS	15 - 16 ANS	Femme enceinte	≥ 25 ans puis tous les dix ans	≥ 65 ans
Poliomyélite[2]	IPV	IPV	IPV		IPV	IPV						
Diphtérie Tétanos Coqueluche[3]	DTPa	DTPa	DTPa		DTPa	DTPa			dTpa	dTpa	dTpa	dTpa
Haemophilus influenzae type b[4]	Hib	Hib	Hib		Hib							
Hépatite B[5]	VHB	VHB	VHB		VHB							
Rougeole Rubéole[6] Oreillons				RRO_1			RRO_2					
Men ACWY[7]					Men ACWY				Men ACWY			
Pneumocoque[8]	PCV13		PCV13	PCV13								Pneumo
Rotavirus[9]	Rota	Rota	(Rota)									
HPV[10]								HPV 2 doses				
Influenza[11]										Influenza tétra		Influenza tétra

Note : voir le Conseil supérieur de la santé (2021) pour plus d'explications sur les vaccins

Dépistage

Le dépistage systématique est la pierre angulaire des soins de santé préventifs en Belgique. Grâce à une une approche de dépistage populationnelle à large échelle, il permet également d'atteindre les groupes vulnérables qui bénéficient le plus de la prévention secondaire. L'attention internationale portée au dépistage a été encouragée par l'OMS (2002, 2017) et le Conseil européen (2003), et la Belgique applique largement ces recommandations.

La Belgique offre un dépistage organisé de la population pour le cancer du sein, le cancer du col de l'utérus et le cancer colorectal, car ces pathologies répondent aux critères classiques d'un dépistage efficace. Elles sont relativement fréquentes, ont une longue évolution asymptomatique et peuvent être détectées précocement grâce à des tests fiables, ce qui augmente la probabilité d'un traitement efficace. En outre, le rapport coût-efficacité de ces dépistages a été démontré. Pour d'autres cancers, tels que le cancer de la prostate et le cancer du poumon, les preuves scientifiques en faveur d'un dépistage de la population sont aujourd'hui insuffisantes ou il n'y a pas de consensus sur le rapport bénéfice-risque. Le dépistage de ces cancers n'est donc pas recommandé au niveau de la population en Belgique (Centre fédéral d'expertise des soins de santé, 2021), mais il est effectué en cas de risque accru par le biais d'un suivi individuel dans le cadre des soins de première ligne.

Le cancer du sein représente une part importante de la mortalité par cancer chez les femmes. Avec 11 636 nouveaux cas en 2023, il était le cancer le plus fréquent chez les femmes (Belgian Cancer Registry, 2023). Les programmes de dépistage du cancer du sein existent depuis 2001. Il s'agit d'un dépistage mammographique bisannuel chez les femmes âgées de 50 à 69 ans (et ne figurant pas dans les critères d'exclusion).

La Belgique a une incidence relativement élevée de cancers du col de l'utérus, avec 641 nouveaux diagnostics en 2022 (Belgian Cancer Registry, 2022), par rapport à d'autres pays d'Europe occidentale. Un programme de dépistage structuré pour les femmes âgées de 25 à 64 ans est en place depuis juin 2013. Pour la réalisation du frottis, une consultation chez le médecin généraliste tous les trois ans est incluse dans le panier « santé ».

Avec 7 705 nouveaux cas par an en 2022 et une mortalité d'environ 2 419, le cancer colorectal est le troisième cancer le plus fréquent (Belgian Cancer Registry, 2022). Depuis octobre 2013, un dépistage bisannuel de la population par le test iFOB est organisé pour les personnes âgées de 50 à 74 ans. Les échantillons sont prélevés à domicile et envoyés au laboratoire. En cas de résultats anormaux, le suivi est assuré par le médecin généraliste, qui en est informé.

Compléments alimentaires

Certains stades de la vie, certaines conditions de santé ou un régime alimentaire restreint peuvent entraîner un besoin accru de compléments alimentaires pour combler les carences en certaines vitamines, minéraux ou autres micronutriments. En général, une alimentation équilibrée et variée doit suffire (Conseil supérieur de la santé, 2016). Si ce n'est pas le cas, la prise de ces compléments doit toujours être adaptée aux besoins individuels.

La vitamine D constitue une exception. Cette vitamine est essentielle à l'absorption du calcium et au maintien d'une ossature et d'une dentition saines. Elle joue également un rôle dans la fonction musculaire et le système immunitaire. En Belgique, de nombreuses personnes, en particulier les personnes âgées et celles qui ont la peau plus foncée ou qui sont peu exposées au soleil, souffrent d'une carence en vitamine D. La principale source est l'exposition au soleil, mais aussi l'alimentation (poissons gras, œufs et produits enrichis).

Le Conseil supérieur de la santé (2016) recommande qu'indépendamment de l'apport en vitamine D contenue dans l'alimentation, une complémentation sous forme de complément alimentaire soit administrée dès la naissance, fournissant des apports de 10 µg par jour chez les enfants et de 15 µg chez les adolescents jusqu'à l'âge de 18 ans, en fonction de leur exposition à la lumière solaire. Chez l'adulte, l'apport complémentaire conseillé est de 10 µg/jour, mais il devrait être augmenté à 15 µg/jour chez les personnes à risque d'ostéoporose, et à 20 µg/jour lors de la grossesse et pour les personnes âgées.

Soins bucco-dentaires préventifs

Une bonne santé bucco-dentaire est essentielle au bien-être général et au maintien d'une bonne santé physique. Une mauvaise hygiène dentaire et des problèmes dentaires non traités peuvent entraîner des douleurs, des inflammations, des problèmes nutritionnels et des risques accrus d'autres pathologies (Organisation mondiale de la santé, 2019). En outre, ces problèmes touchent de manière disproportionnée les personnes en situation de vulnérabilité socio-économique (Kengne, Gagnon, Dramaix & Leveque, 2013 ; Lambert, Vanobbergen & Martens, 2017 ; OCDE, 2023). Le dépistage précoce des caries et de la gingivite est essentiel, car ces affections sont souvent indolores et difficiles à détecter à leurs débuts. Un contrôle régulier permet aux dentistes d'intervenir à temps. C'est pourquoi, comme recommandé à partir de l'âge de 2 ans, une visite préventive chez le dentiste deux fois par an est incluse dans le panier santé (Institut flamand de la santé bucco-dentaire, 2022).

Protection contre le soleil et le stress thermique

Le rayonnement solaire naturel et les sources artificielles, telles que les bancs solaires, peuvent provoquer des coups de soleil et, à long terme, un vieillissement prématuré de la peau et un cancer de la peau. Les enfants sont particulièrement vulnérables aux dommages causés par les U.V. La barrière cutanée et le système de pigmentation sont encore insuffisamment développés chez les jeunes enfants, ce qui limite la protection contre les U.V. (Olson *et al.*, 1997). L'exposition à un âge précoce augmente également de manière significative le risque de cancer de la peau plus tard dans la vie. Avec 4 146 nouveaux cas en 2022, il s'agit d'un cancer courant dans notre pays. Il est donc essentiel de se protéger du soleil dès le plus jeune âge, en évitant le plein soleil, en portant des vêtements protecteurs et en utilisant de la crème solaire. Un produit solaire

doté d'un indice de protection élevé (au moins FPS 30) protège tous les membres de la famille contre les U.V.-A et les U.V.-B, en particulier les enfants jusqu'à l'âge de 15 ans.

En raison du changement climatique, les vagues de chaleur sont de plus en plus fréquentes et de plus en plus intenses en Belgique (Vlaamse Milieumaatschappij, 2024). Les personnes âgées et les personnes vivant dans de petits logements en milieu urbain sont donc particulièrement exposées au risque de stress thermique et de coup de chaleur. Cela peut entraîner de graves problèmes de santé tels que la déshydratation, l'altération des fonctions cognitives, l'insuffisance cardiaque, voire la mort (OMS, 2021).

Comme ces groupes sont souvent moins à même de se protéger de la chaleur, en raison d'une mobilité limitée, d'obstacles financiers ou d'un manque d'espace extérieur frais, une solution simple et économe en énergie, telle qu'un ventilateur, est essentielle. Bien que les ventilateurs n'abaissent pas la température de l'air, ils augmentent le confort thermique en évaporant la sueur, ce qui facilite le refroidissement du corps (Ravanelli, 2015 ; Gagnon & Crandall, 2017). Par conséquent, l'inclusion d'un ventilateur dans le panier est une mesure responsable pour protéger les ménages des risques sanitaires liés aux chaleurs extrêmes.

5.2.2.4 *Assurance pour l'accès aux soins de santé*

L'accès aux soins de santé en Belgique exige, outre les cotisations sociales automatiquement prélevées sur le salaire ou le revenu de remplacement, une affiliation à une mutualité reconnue pour l'assurance maladie obligatoire. La cotisation à la mutualité donne accès non seulement aux soins de santé de base, mais aussi à des prestations complémentaires, telles que le remboursement des conseils diététiques, de l'homéopathie, des lunettes ou des lentilles de contact, des stages sportifs et des voyages scolaires.

En Flandre, cette cotisation est complétée par la prime de soins (*zorgpremie*) pour l'assurance dépendance obligatoire flamande. Cette assurance prévoit une intervention mensuelle librement utilisable pour les personnes ayant des besoins de soins importants, comme les personnes handicapées ou souffrant de problèmes de santé chroniques qui ont besoin de soins intensifs à domicile, et les personnes âgées qui séjournent dans des établissements de soins résidentiels.

Enfin, une assurance hospitalisation peut également être souscrite auprès de la mutualité. Cette assurance complémentaire couvre les frais qui ne sont pas ou peu remboursés par l'INAMI, tels que les suppléments d'honoraires, les dispositifs médicaux, les implants, certains médicaments et les traitements innovants. Cette assurance offre également une protection en cas de soins de longue durée après une hospitalisation. Les mutualités offrent généralement une assurance hospitalisation accessible, souvent sans franchise ou avec des franchises limitées, et soutiennent activement leurs affiliés en

cas de problèmes de santé. Les cotisations sont généralement moins élevées que celles des assureurs privés, en partie parce que les mutualités ne doivent pas rembourser les actionnaires ou les intermédiaires commerciaux (Test Achats, 2024).

5.2.3 Le calcul du prix du panier « soins de santé adéquats »

Le panier « santé » comprend à la fois les soins curatifs et préventifs, ainsi que les assurances nécessaires pour accéder au système de soins de santé. Pour les médicaments, dont les prix sont fixés par la loi, le choix de la pharmacie n'est pas déterminant pour le prix. Les prix ont été établis sur la base d'une pharmacie en ligne fiable avec livraison gratuite. Pour les produits de soins et les accessoires (tels que les poches de froid, la crème solaire, les pansements, les bandages et les pinces à épiler), l'alternative qualitative la moins chère a été choisie à chaque fois, sur la base des prix pratiqués chez Kruidvat, Colruyt ou dans la pharmacie en ligne.

Pour les consultations chez le médecin généraliste, le ticket modérateur légal est inclus dans le budget. Il n'est pas tenu compte de la réduction du ticket modérateur pour les personnes ayant droit à l'intervention majorée ni de l'augmentation du ticket modérateur pour une consultation auprès d'un médecin généraliste non conventionné. Les données de l'INAMI (2025) montrent que la grande majorité des médecins généralistes (91,8 %) sont conventionnés. Ce pourcentage est le plus faible à Bruxelles (89,1 %) et le plus élevé en Flandre (93,2 %). Par rapport aux médecins généralistes, un groupe plus important de spécialistes (19,1 %) n'est pas conventionné.

Comme ce pourcentage est encore plus élevé chez les dentistes (39,5 %) et les psychologues (85 %[19]), on ne peut plus supposer pour ces groupes professionnels que tout le monde a la capacité de payer les tarifs officiellement convenus. C'est pourquoi le ticket modérateur pour ces consultations est calculé sur la base d'une moyenne pondérée, dans laquelle le ticket modérateur officiel et les suppléments moyens sont pondérés en fonction de la proportion de prestataires de soins de santé conventionnés et non conventionnés.

Pour les dépistages du cancer, comme le cancer du sein ou le cancer colorectal, et la plupart des vaccinations, il n'y a pas de ticket modérateur. Les exceptions sont le ticket modérateur pour la consultation triennale chez le médecin généraliste en vue du dépistage du cancer du col de l'utérus, le ticket modérateur pour l'administration du vaccin contre la diphtérie, le tétanos et la coqueluche par le médecin généraliste chez les adultes tous les dix ans et, pour les bébés, le ticket modérateur pour le vaccin contre le rotavirus et les anticorps contre le VRS.

19 Estimation basée sur Jansen, Glowacz, Kinard & Bruffaerts, 2023.

Enfin, en ce qui concerne l'assurance, la cotisation moyenne des affiliés à la mutualité est fixée par région, de même que la prime de soins (*zorgpremie*) flamande et le coût régional de l'assurance hospitalisation auprès d'une mutualité. Il n'a pas été tenu compte des réductions accordées aux personnes bénéficiant d'une intervention majorée.

5.3 Le budget de référence pour l'hygiène personnelle et des soins de santé adéquats

La Figure 5.1 montre les dépenses mensuelles minimales requises pour l'hygiène personnelle et l'accès à des soins de santé adéquats, dans l'hypothèse où tous les membres du ménage sont en bonne santé.

La figure montre que les dépenses totales liées à la santé varient peu d'une région à l'autre. En termes absolus, la différence entre les régions est au maximum de 11 euros par mois. Le surcoût pour les ménages flamands est dû à la prime de soins (*zorgpremie*), qui est uniquement en vigueur en Flandre, et, dans une moindre mesure, aux variations des prix régionaux pour une visite chez le coiffeur.

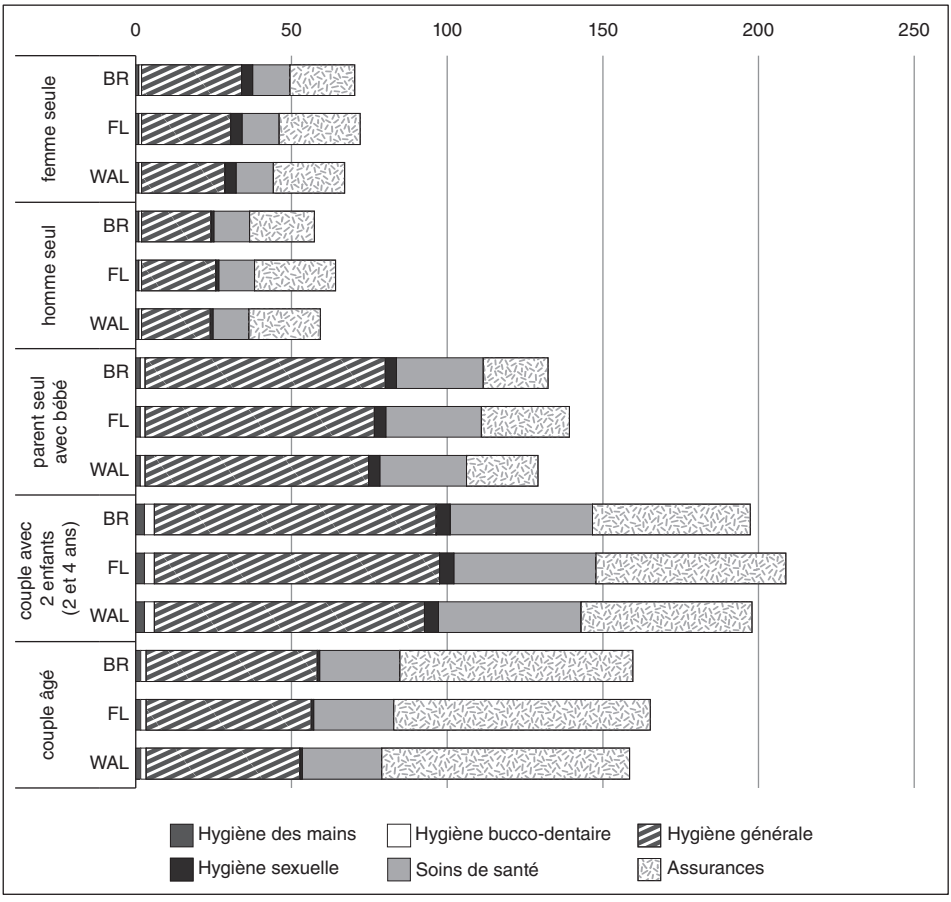
En revanche, les coûts varient considérablement selon le type de ménage. Les femmes célibataires en âge de travailler ont besoin d'un budget mensuel minimal compris entre 67 euros (Wallonie) et 72 euros (Flandre) par mois, tandis que pour les hommes célibataires, ce budget varie entre 57 euros (Bruxelles) et 64 euros (Flandre). La différence entre les hommes et les femmes s'explique principalement par des dépenses plus élevées pour l'hygiène générale et sexuelle chez les femmes. Pour les femmes célibataires avec un bébé, les dépenses mensuelles nécessaires sont nettement plus élevées, allant de 129 euros (Wallonie) à 139 euros (Flandre). Cette augmentation est liée aux coûts supplémentaires des couches jetables et des produits de soins pour le bébé et la mère qui l'allaite. Les couples avec deux enfants en âge préscolaire et primaire ont besoin du montant le plus élevé, allant de 198 euros (Wallonie) à 209 euros (Flandre) par mois, étant donné les économies d'échelle limitées pour ce panier. Les couples âgés en bonne santé ont également un budget nécessaire relativement élevé : de 159 euros par mois en Wallonie à 165 euros par mois en Flandre, soit plus du double de celui d'une personne célibataire en âge de travailler. Ces dépenses plus élevées sont principalement dues à des primes d'assurance plus onéreuses (assurance hospitalisation) et à des frais de soins de santé légèrement plus élevés.

Le graphique 5.1 montre également que les dépenses liées à l'hygiène des mains, à l'hygiène bucco-dentaire et à l'hygiène sexuelle ne représentent qu'une petite partie du budget de référence total pour les soins personnels et les soins de santé. L'hygiène générale (savon, mouchoirs, serviettes de bain, papier hygiénique, etc.) constitue la catégorie de coûts la plus importante pour la plupart des types de ménage, avec des parts

allant de 33 % (couple âgé) à 56 % (personne célibataire avec un bébé). Le deuxième poste de dépenses le plus important est celui des assurances, qui représente 18 % du budget d'une personne célibataire avec un bébé et 49 % de celui d'un couple plus âgé. Les soins curatifs et préventifs occupent une troisième place importante, avec des parts allant de 16 % (couple âgé) à 23 % (couple avec deux enfants).

En résumé, les dépenses d'hygiène et de soins de santé présentent de nettes différences selon le type de ménage : la présence de personnes supplémentaires au sein du ménage, et en particulier d'un bébé, augmente les coûts de manière significative. Les différences régionales sont relativement limitées et se situent principalement au niveau du coût d'assurance. Les dépenses les plus importantes sont consacrées à l'hygiène générale, aux assurances et aux soins, tandis que l'hygiène des mains, l'hygiène buccale et la contraception ne représentent qu'une petite partie du budget total.

Figure 5.1 – *Budget de référence pour l'hygiène personnelle et les soins de santé adéquats pour six ménages types (membres du ménage en bonne santé), en euros par mois (mai 2024)*



5.4 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ?

Les dépenses de santé nécessaires varient considérablement d'un ménage à l'autre. Le budget de référence se base sur des ménages types dans des situations socio-économiques bien définies, tous les membres du ménage étant supposés être en bonne santé, bien informés et avoir un accès facile aux soins de santé publics. Pour les ménages à faibles revenus, ces hypothèses sont souvent irréalistes.

La recherche scientifique montre que les personnes en situation de vulnérabilité socio-économique sont beaucoup plus susceptibles d'être confrontées à des problèmes de santé. En outre, la santé et le revenu s'influencent mutuellement : les problèmes de santé peuvent entraîner une perte de revenu et des coûts (de soins) supplémentaires, tandis que la pauvreté augmente le risque de mauvaise santé en raison de facteurs tels qu'un logement inadéquat, une alimentation déséquilibrée, un accès limité aux soins, un faible niveau de scolarisation et le stress (Bouckaert *et al.*, 2020 ; Gerkens *et al.*, 2024 ; Mackenbach *et al.*, 2008 ; Marmot, 2005 ; OCDE, 2023 ; Nations unies, 2023). En outre, l'impact psychosocial de la pauvreté est un facteur de risque supplémentaire pour les troubles mentaux et physiques (Lynch *et al.*, 2000 ; Keily *et al.*, 2015 ; Thompson *et al.*, 2022).

Ces tensions se sont également manifestées dans les groupes de réflexion. Même les participants en bonne santé ont indiqué que la situation de départ d'un ménage en bonne santé n'est pas très représentative, en particulier pour les ménages vivant dans la pauvreté. Des obstacles financiers semblent régulièrement entraver l'accès aux soins de santé. Le ticket modérateur, par exemple, a été mentionné à plusieurs reprises comme une raison de retarder les soins, avec toutes les conséquences que cela implique.

« J'ai moi-même consulté un psychologue pendant un certain temps après l'accouchement. J'en avais un, mais il était cher, alors j'ai arrêté d'y aller. En fait, vous savez que cela vous aide, mais le coût est un frein et c'est certainement le cas pour les personnes en situation de pauvreté, donc je pense que c'est fondamental » (Balen, membre d'un ménage avec bébés, 2024)

Bien que la Belgique dispose d'instruments tels que le maximum à facturer (MàF) et l'intervention majorée, la participation aux frais pour certains types de soins reste une lourde charge (Bouckaert *et al*., 2020), en particulier lorsqu'il faut faire appel à des prestataires de soins non conventionnés.

« Mais lorsqu'on voit que [une consultation psychologique] peut coûter 75 euros par séance, alors 15 euros [de remboursement] c'est très bien, mais ce n'est même pas la

moitié, … pour des problèmes qui peuvent mener à des choses comme la mort, c'est… 15 euros, qu'est-ce que je suis censé faire avec ça ? » (Liège, étudiant, 2024)

Ces témoignages illustrent la tension réelle entre les besoins de santé et les possibilités financières des personnes en situation de vulnérabilité. Ils soulignent l'importance de l'accessibilité des soins de santé mentale et d'une protection adéquate contre les coûts des soins.

Sur la base de ces groupes de réflexion et des recherches existantes, nous pouvons conclure que le budget de référence, qui suppose une situation de départ saine, est en pratique souvent insuffisant pour permettre aux personnes en situation de vulnérabilité de mener une vie saine et autonome. Ces personnes sont non seulement confrontées à davantage de risques pour leur santé, mais aussi à davantage d'obstacles dans l'accès aux soins. En outre, les dépenses d'une personne en mauvaise santé peuvent absorber une part importante du budget du ménage et dépassent souvent les seuls frais médicaux. Par conséquent, lorsque des budgets de référence sont utilisés pour évaluer les revenus individuels en fonction de la dignité humaine, les coûts réels associés à une moins bonne santé devraient toujours être pris en compte. Les budgets doivent également être ajustés (à la baisse) lorsque les personnes ont droit à l'intervention majorée.

5.5 Conclusion

Pour vivre en bonne santé et de manière autonome, il est essentiel de pouvoir se soigner et d'avoir accès à des soins de santé adéquats. Le budget minimal nécessaire à cet effet pour des ménages types en bonne santé a été calculé dans ce chapitre. Pour les soins personnels, nous sommes partis de quatre fonctions essentielles de l'hygiène : l'hygiène des mains, l'hygiène buccale, l'hygiène générale et l'hygiène sexuelle. À cette fin, une large gamme de produits et de services a été incluse, du savon et du dentifrice aux serviettes hygiéniques, en passant par les visites chez le coiffeur et les contraceptifs.

Le panier « santé » comprend les dépenses liées au traitement des maladies et blessures courantes, à la prévention des maladies par le biais de dépistages et de vaccinations, ainsi qu'aux assurances nécessaires. Sa composition est basée sur un profil réaliste, mais sain, et tient compte d'une utilisation rationnelle des soins. Dans ce cadre, le budget mensuel pour les « soins personnels et les soins de santé adéquats » varie de 57 euros par mois pour un homme célibataire à Bruxelles à 209 euros par mois pour un ménage avec deux jeunes enfants en Flandre. Les économies d'échelle sont limitées : la présence de personnes supplémentaires au sein du ménage augmente sensiblement les coûts. Les différences régionales sont relativement limitées et se situent principalement au niveau du coût d'assurance. Les dépenses les plus importantes sont consacrées à

l'hygiène générale, aux assurances et aux soins, tandis que l'hygiène des mains, l'hygiène buccale et la contraception ne représentent qu'une petite partie du budget total.

Toutefois, il est important de souligner que ces budgets sont basés sur des hypothèses qui, souvent, ne se vérifient pas pour les ménages vulnérables. Les ménages en situation de pauvreté sont plus susceptibles d'être en mauvaise santé, moins informés et confrontés à davantage d'obstacles dans l'accès aux soins. Par conséquent, leurs coûts de santé réels sont souvent beaucoup plus élevés que le budget minimal calculé ici. Quiconque utilise des budgets de référence pour évaluer l'adéquation des revenus doit donc toujours tenir compte de la situation de santé réelle des ménages et prendre en considération les coûts médicaux et autres, souvent plus élevés, associés à une mauvaise santé. Cela s'applique également à la présence d'un handicap ou d'une autre affection (p. ex. une allergie), lorsqu'elle est associée à des coûts de santé supplémentaires.

Références

Andersen, R. M. (1995). Revisiting the behavioral model and access to medical care : Does it matter ? *Journal of Health and Social Behavior*, (36), 1-10. https://doi.org/10.2307/2137284

Arrêté ministériel fixant le schéma de vaccination pour la Flandre (29/01/2015). (2015). Bruxelles : Moniteur belge.

Belgian Cancer Registry. (2022). Cancer Fact Sheet. Melanoma. ICD10 C43.

Belgian Cancer Registry. (2022). Cancer Fact Sheet. Colorectal Cancer. ICD10 C18-C20.

Belgian Cancer Registry. (2023). Cancer Fact Sheet. Breast Cancer. ICD10 C50.

Belgian Cancer Registry. (2023). Cancer Fact Sheet. Cervical Cancer. ICD10 C53.

Centre belge d'information pharmacothérapeutique. (2006). Répertoire commenté des médicaments. https://www.cbip.be/fr/chapters/1 ?frag=9990003

Bouckaert, N., Maertens de Noordhout, C., Van de Voorde, C. (2020). Performance du système de santé belge : évaluation de l'équité Health Services Research (HSR). Bruxelles : Centre fédéral d'expertise des soins de santé (KCE). 2020. Rapport KCE 334A.

Bruggink, J.-W. (2013). Ruim 6 op de 10 mensen dragen een bril of contactlenzen.

Buysse, A., Caen, M., Dewaele, A., Enzlin, P., Lievens, J., T'Sjoen, G., Van Houtte, M., & Vermeersch, H. (2013). *Sexpert : basisgegevens van de survey naar seksuele gezondheid in Vlaanderen*. Gent: Academia Press.

Cardol, M., Schellevis, F. G., Spreeuwenberg, P., & van de Lisdonk, E. H. (2005). Changes in patients' attitudes towards the management of minor ailments. *The British Journal of General Practice : The Journal of the Royal College of General Practitioners*, *55*(516), 516-521.

Centrum voor Kankeropsporing. (2015). Rapport annuel 2015. https://bevolkingsonderzoek.be/fr

Christiaens, C. K. L., Obyn, C., De Winter, L., Gussé, S., Defourny, N., De Laet, C., & Paulus, D. (2013). Correction of refractive errors of the yes in adults. *KCE Report 202. Health Services Research*. https://kce.fgov.be/sites/default/files/2021-11/KCE_202Cs_Refractive_eyes_surgery.pdf

Conseil de l'Europe. (2015). Charte sociale européenne (révisée). Retrieved from https://rm.coe.int/168047e177

Conseil européen. (2003). Recommandation du Conseil du 2 décembre 2003 relative au dépistage du cancer *(2003/878/CE)*. *Journal officiel de l'Union européenne*, L327/34.

Conseil supérieur de la santé (2016). *Recommandations nutritionnelles pour la Belgique – 2016. (Avis 9285 du CSS)*

Conseil supérieur de la santé (2017). *Vaccination contre les infections causées par le papillomavirus humain. (Avis 9181 du CSS)*

Conseil supérieur de la santé (2021). Calendrier vaccinal de base recommandé par le Conseil supérieur de la santé. (Avis 9606 du CSS)

Conseil supérieur de la santé (2021). *Le fluor(ure) en prévention de la carie dentaire : rôle des dentifrices et situation actuelle en Belgique. (Avis 9602 du CSS)*

Centre fédéral d'expertise des soins de santé. (2021). *Informatie over de opsporing van prostaatkanker met PSA op basis van evidence (KCE Report 14 HD).* Leuven, Belgique.

Curtis, V., & Cairncross, S. (2003). Effect of washing hands with soap on diarrhea risk in the community : A systematic review. *Lancet Infectious Diseases, 3*(5), 275-281. https://doi.org/10.1016/S1473-3099(03)00606-6

De Groot, A. C. (2000). Contactallergie voor cosmetica. De huidige stand van zaken. *Nederlands Tijdschrift voor Dermatologie*, (10), 299-303.

Després, C., Dourgnon, P., Fantin, R., & Jusot, F. (2011). Giving up on health care for economic reasons : An econometric approach. In Irdes, *Questions d'économie de la santé*. https://www.irdes.fr/EspaceAnglais/Publications/IrdesPublications/QES170.pdf

Devos, S. A., & Constandt, L. (2002). Contact dermatitis from a dry stick deodorant. *Contact Dermatitis, 47*(3), 170-171. https://doi.org/10.1034/j.1600-0536.2002.470308_6.x

de Doorslaer, E., Koolman, X., & Jones, A. M. (2004). Explaining income-related inequalities in doctor utilisation in Europe. *Health Economics*, *13*(7). https://doi.org/10.1002/hec.919

Diepstraeten, F. (2009). Het gezondheidsbudget. In Storms & Van den Bocsch (2009), Wat heeft een gezin minimaal nodig ? Een budgetstandaard voor Vlaanderen. Leuven : Acco.

Dierckens, M., Delaruelle, K., & Deforche, B. (2021). Eindrapport Studie Jongeren en Gezondheid 2017-2020.

Doyal, L., & Gough, I. (1991). *A Theory of Human Need*. Palgrave Macmillan.

Durex. (2004). Durex Global Sex Survey Report 2004. Retrieved from www.durex.com/cm/GSS2004Results.asp

Eekhof, J. (2013). De oudere patiënt. *Bijzijn XL*, *6*(7), 28-34. https://doi.org/10.1007/s12632-013-0092-4

Eurostat. (2023). SILC – Module 2022 – Santé.

Fitzgerald, A., Mori, R., Lakhanpaul, M., & Tullus, K. (2012). Antibiotics for treating lower urinary tract infection in children (Review). *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2012(8).

Fondation des brûlés. (s.d.). *Premiers soins*. https://www.brulures.be/vivre-avec-ses-brulures/la-brulure/premiers-soins

Gagnon, D., & Crandall, C. G. (2017). Electric fan use during heat waves : Turn off for the elderly ? *Temperature*, *4*(2), 104-106. https://doi.org/10.1080/23328940.2017.1295833

Gerkens, S., Lefèvre, M., Bouckaert, N., Levy, M., Maertens De Noordhout, C., Obyn, C. Devos, C., Scohy, A., Vlayen, A., Yaras, H., Janssens, C., & Meeus, P. (2024). *Performance du système de santé belge*. KCE Report 376C.

Glorieux, I., Minnen, J., & Vandeweyer, J. (2005). Vlaanderen de klok rond – 2004. Enkele resultaten van het Vlaamse tijdsbudgetonderzoek (TOR'04). 1-13. https://torvub.be/torwebdat/publications/t2005_24.pdf

Gomes, Y. E., Chau, M., Banwell, H. A., & Causby, R. S. (2022). Diagnostic accuracy of the Ottawa ankle rule to exclude fractures in acute ankle injuries in adults : A systematic review and meta-analysis. *BMC musculoskeletal disorders*, *23*(1), 885.

Gough, I. (2003). *Lists and Thresholds : Comparing the Doyal-Gough Theory of Human Need with Nussbaum's Capabilities Approach*. WeD Working Paper 01. ESR Research Group on Well-Being in Developping Countries.

Graesslin, O., & Quereux, C. (2005). Mise au point sur la contraception. *Journal de gynécologie obstétrique et biologie de la reproduction*, *34*(6), 529-556. https://doi.org/10.1016/S0368-2315(05)82879-0

Gray, A. L., Smit, J. A., Manzini, N., & Beksinska, M. (2006). Systematic review of contraceptive medicines "Does choice make a difference ?" *Reprod Heal HIV Res Unit*. https://indexmedicus.afro.who.int/iah/fulltext/ContraChoiceReview.pdf

Grossman, M. (1972). On the concept of health capital and the demand for health. *Journal of Political Economy, 80*(2), 223-255. https://doi.org/10.1086/259880

Grégoire, L. (1997). *Anatomie en fysiologie van de mens*. Leiden : Spruyt, Van Mantgem & De Does.

Gøtzsche, P. C., & Jørgensen, K. J. (2013). Screening for breast cancer with mammography. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, *2013*(6), CD001877. https://doi.org/10.1002/14651858.CD001877.pub5

Hannaford, P. C., Selvaraj, S., Elliott, A. M., Angus, V., Iversen, L., & Lee, A. J. (2007). Cancer risk among users of oral contraceptives : Cohort data from the Royal College of General Practitioner's oral contraception study. *BMJ*, *335*(7621), 651. https://doi.org/10.1136/bmj.39289.649410.55

Hoppenbrouwers, K., Rijkers, A., Roelants, M., Meuleman, C., Van Leeuwen, K., Desoete, A., Wiersema, J.R. & D'Hooghe, T. (2017). Menstruatiepatroon bij 13-jarigen in Vlaanderen, en de impact van menstruele klachten op de school-en sociale participatie. *JGZ Tijdschrift voor jeugdgezondheidszorg*, 49, 28-34.

Howard, C., Rose, C. L., Trouton, K., Stamm, H., Marentette, D., Kirkpatrick, N., … Paget, J. (2011). FLOW (finding lasting options for women) : Multicentre randomized controlled trial comparing tampons with menstrual cups. *Canadian Family Physician Médecin de famille canadien*, 57(6), e208-215. https://www.cfp.ca/content/cfp/57/6/e208.full.pdf

INAMI (2024) *Statistiques Médecins – Artsen Statistieken. Geconsulteerd op 16/12/2024 Inclusief toekomstige statussen*, https://www.riziv.fgov.be/SiteCollectionDocuments/reportingdoctors20241219.pdf (dernière consultation le 17/07/2025).

INAMI (2025). *Adhésion à l'accord médico-mutualiste 2024-2025.* Bruxelles : Institut national d'assurance maladie-invalidité.

Institut scientifique de santé publique. (2004). *Enquête de santé par interview, Belgique, 2004*. Bruxelles : Institut scientifique de santé publique. Service d'épidémiologie.

Jansen, L., Glowacz, F., Kinard, A., & Bruffaerts, R. (2023). La psychologie de première ligne en Belgique. Évaluation scientifique et recommandations pour une intégration durable dans le système de soins de santé belge : l'étude EPCAP. Bruxelles : Institut national d'assurance maladie-invalidité.

Kengne Talla, P., Gagnon, M. P., Dramaix, M., & Leveque, A. (2013). Barriers to dental visits in Belgium : A secondary analysis of the 2004 National Health Interview Survey. *Journal of Public Health Dentistry*, *73*(1), 32-40.

Kiely, K.M., Leach, L.S., Olesen, S.C., & Butterworth, P. How financial hardship is associated with the onset of mental health problems over time. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 50, 909-918.

Knoops, K., & van den Brakel, M. (2010). Rijke mensen leven langer en gezond. *TVGW*, 88, 17-24. https://doi.org/10.1007/BF03089530

Krause, R., Matulla-Nolte, B., Essers, M., Brown, A., & Hopfenmuller, W. (2006). UV radiation and cancer prevention : What is the evidence ? *Anticancer Research*, *26*(4A), 2723–2727.

Lambert, M.J., Vanobbergen, J.S.N., Martens, L.C. *et al.* (2017). Socioeconomic inequalities in caries experience, care level and dental attendance in primary school children in Belgium : A cross-sectional survey. *BMJ Open*, 7.

Larson, D. E., Van Ree, J. W., & De Smet, R. (1999). *Gezin en gezondheid.* Zeewolde : Uitgeverij Cambium BV.

Little, P., Somerville, J., Williamson, I., Warner, G., Moore, M., Wiles, R., George, S., Smith, A., & Peveler, R. (2001). Psychosocial, lifestyle, and health status variables in predicting high attendance among adults. *British Journal of General Practice*, *51*(473), 987-994. https://bjgp.org/content/51/473/987.short

Lopez, L., Grimes, D., Schulz, K., & Curtis, K. (2006). Steroidal contraceptives : Effect on bone fractures in women. *Cochrane Database of Systematic Review* (4). https://doi.org/10.1002/14651858.cd006033.pub3

Lynch, J. W., Smith, G. D., Kaplan, G. A., & House, J. S. (2000). Income inequality and mortality : Importance to health of individual income, psychosocial environment, or material conditions. *Bmj*, *320*(7243), 1200-1204. https://doi.org/10.1136/bmj.320.7243.1200

Mackenbach, J. P., Stirbu, I., Roskam, A. J. R., Schaap, M. M., Menvielle, G., Leinsalu, M., & Kunst, A. E. (2008). Socioeconomic inequalities in health in 22 European countries. *New England Journal of Medicine, 358*(23), 2468-2481. https://doi.org/10.1056/nejmsa0707519

Maes, L., & Vereecken, C. (2002). Jongeren en gezondheid : resultaten voor 2002. Retrieved from http ://allserv.rug.ac.be/~cvereeck/hbsc

Mambourg, F., Kohn, L., Robays, J., Janssens, S., ALlbertijn, M., Ronsmans, M., & De Laet, C. (2014). A decision aid for an informed choice when patient asks for PSA screening. Good clinical practice. *KCE reports*, Brussels, Belgian Healthcare Knowledge Centre. https://www.kce.fgov.be/sites/default/files/2021-12/KCE_224Cs_PSA_screening_Synthesis.pdf

Marmot, M. (2005). Social determinants of health inequalities. *Lancet*, 365, 1099-1104.

Martens, K., & Casier, E. (2003). *Hoe doe je aan goede wondzorg ?* Non publié.

Martinez, F., & Avecilla, A. (2007). Combined hormonal contraception and venous thromboembolism (review). *European Journal of Contraception and Reproductive Health Care*, *12*(2), 97-106. https://doi.org/10.1080/13625180701300194

McGrath, K. G., & Batten, M. (2003). Prevention. Retrieved from www.breastcancercare.org

McKinley Health Center. (2005). Health information. Guidelines for vulvar skin care. Retrieved from www.mckinley ?uiuc.edu

Morris, C. J., Cantrill, J. A., & Weiss, M. C. (2001). GP's attitudes to minor ailments. *Family Practice*, (6), 581-585. https://doi.org/10.1093/fampra/18.6.581

Muennig, P. (2008). Health selection vs causation in the income gradient : What can we learn from graphical trends. *Journal of Health Care for the Poor and Underserved, 19*(2), 574-579. https://doi.org/10.1353/hpu.0.0018

Mutualité chrétienne. (2014). 10e Baromètre MC de la facture hospitalière. Chambre individuelle toujours plus chère. *Dossier de presse 12 novembre 2014*.

Nussbaum, M. (2000). *Women and Human Development : The Capabilities Approach*. Cambridge : University Press.

Nair HKR. (2023). *International Consensus Document : Use of Wound Antiseptics in Practice*. Wounds International. Available online at www.woundsinternational.

Namer, M., Luporsi, E., Gligorov, J., Lokiec, F., & Spielmann, M. (2008). [The use of deodorants/antiperspirants does not constitute a risk factor for breast cancer]. *Bulletin du cancer*, *95*(9), 871-880. https://doi.org/10.1684/bdc.2008.0679

Norton, P., & Brubaker, L. (2006). Urinary incontinence in women. *The Lancet*, 367(9504), 57-67. https://doi.org/10.1016/s0140-6736(06)67925-7

OCDE & European Commission. (2023). *Belgium : Country Health Profile 2023*. Paris : OECD Publishing.

Olson, A., Dietrich, A., Sox, C., Stevens, M., Winchell, C., & Ahles, T. (1997). Solar protection of children at the beach. *Pediatrics, 99*(6), E1. https://doi.org/10.1542/peds.99.6.e1

Ornstein, R. M., & M.M., F. (2006). Hormonal contraception in adolescents : Special considerations. *Paediatric Drugs, 8*(1), 25-45. https://doi.org/10.2165/00148581-200608010-00003

Parent, C., Tetu, C., Barbe, C., Bonneau, S., Gabriel, R., Graesslin, O., & Raimond, E. (2022). Menstrual hygiene products : A practice evaluation. *Journal of Gynecology Obstetrics and Human Reproduction*, *51*(1), 102261.

Peremans, L. (2006). *Contraceptive Consultation in General Practice : A Study on Quality and Performance*. Antwerp : University of Antwerp. https://doi.org/10.1016/s0738-3991(99)00068-3

Peremans, L., Michels, J., Van Royen, P., & Van Peer, W. (2002). Aanbeveling voor goede medische praktijkvoering : Orale anticonceptie. *Huisarts Nu, 31*, 163-182.

Petersen, P. E. (2003). The world oral health report 2003 : Continous improvement of oral health in the 21st century. The approach of the WHO Global oral Health program. Retrieved from http ://www.pfcac.org/documents/Oral_Health.pdf

Proksch, E., Brandner, J. M., & Jensen, J. M. (2008). The skin : an indispensable barrier. *Experimental Dermatology*, *17*(12), 1063-1072.

Ravanelli, N. M., Hodder, S. G., Havenith, G., & Jay, O. (2015). Heart rate and body temperature responses to extreme heat and humidity with and without electric fans. *JAMA*, *313*(7), 724. https://doi.org/10.1001/jama.2015.153

Rethman, M. P., Beltrán-Aguilar, E. D., Billings, R. J., Burne, R. A., Clark, M., Donly, K. J., Sohn, W. (2011). Nonfluoride caries-preventive agents : Executive summary of evidence-based clinical recommendations. *The Journal of the American Dental Association*, *142*(9), 1065-1071. https://doi.org/10.14219/jada.archive.2011.0329

Reybrouck, G., Schuermans, A., & Van de Putte, M. (2000). *Ziekenhuishygiëne*. Leuven : Acco.

Riley, P., Moore, D., Ahmed, F., Sharif, M. O., & Worthington, H. V. (2015). Xylitol-containing products for preventing dental caries in children and adults. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, *2015*(3), CD010743. https://doi.org/10.1002/14651858.CD010743.pub2

Risk Management Group. (2024, 21 février). *Communiqué de presse du Risk Management Group : le niveau d'alerte pour les infections respiratoires monte en code orange*. Service public fédéral Santé publique. https://www.health.belgium.be/fr/news/communique-de-presse-du-risk-management-group-le-niveau-dalerte-pour-les-infections-0

Russ, K. (2009). A review of the evidence : Health effects of personal care products. *Nursing for Women's Health, 13*, 392-401. https://doi.org/10.1111/j.1751-486x.2009.01457.x

Sampselle, C. M., Harlow, S. D., Skurnick, J., Brubaker, L., & Bondarenko, I. (2002). Urinary incontinence predictors and life impact in ethnically diverse perimenopausal women. *Obstetrics & Gynecology, 100*(6), 1230-1238. https://doi.org/10.1016/s0029-7844(02)02241-x.

Shattock, A., Johnson, H., Yoon Sim, S., Carter, A., Lambach, P., Hutubessy, R., Thompson, K., Badizadegan, K., Lambert, B., Ferrari, M., Jit, M., Fu, H., Silal, S., Hounsell, R., White, R., Mosser, J., Gaythorpe, K., Trotter, C., Lindstrand, A., O'Brien, K., & Bar-Zeev, N. (2024). Contribution of vaccination to improve survival and health : Modelling 50 years of the Expanded Programme on Immunization. *The Lancet,* Vol. 403, Issue 10441, 2307-2316.

Sen, A. (1980). Equality of what ? In S. McMurrin (Ed.), *Tanner Lectures on Human Values*, *Vol. I*. Cambridge : University of Utah Press.

Sen, A. (1985). *Commodities and Capabilities*. Amsterdam : North-Holland.

Sensoa. (2005). Seksualiteit, feiten en cijfers. Retrieved from http ://www.sensoa.be/pdf/feiten_en_cijfers/jongeren_en_seksualiteit_2005.pdf

Shapiro, J., & Lui, H. (2006). Treatments for unwanted facial hair. *Skin Therapy Letter, 10*(10), 1-4.

Stallinga, R. (2006). Persoonlijke Hygiëne. Retrieved from www.preventievegezondheidszorg.com

Testachats. (1998). Tampons, juist te gebruiken. *Test-aankoopmagazine*(408), 40-43.

Testachats. (2024). Assurance hospitalisation en Belgique : tout ce que vous devez savoir Test-achats. Retrieved from https://www.test-achats.be/sante/soins-de-sante/assurance-hospitalisation/ (12.12.2024)

Thomson, R. M., Igelström, E., Purba, A. K., Shimonovich, M., Thomson, H., McCartney, G., Reeves, A., Leyland, A., Pearce, A., & Katikireddi, S. V. (2022). How do income changes impact on mental health and wellbeing for working-age adults ? A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 7(6), e515-e528.

Toumba, K. J., Twetman, S., Splieth, C., Parnell, C., Van Loveren, C., & Lygidakis, N. A. (2019). Guidelines on the use of fluoride for caries prevention in children : An updated EAPD policy document. *European Archives of Paediatric Dentistry*, *20*, 507-516.

Unaids, UNFPA, & WHO. (2009). *Position Statement on Condoms and HIV Protection*. Retrieved from http ://www.who.int/hiv/pub/condoms/20090318_position_condoms.pdf

United Nations. (2023). World social report 2023 : Leaving no one behind in an ageing world. UN : Department of Economic and Social Affairs.

UZ Gent. (2021). *Gezond en Wel. Met dank aan de wetenschap*. Borgerhoff et Lamberigts, UZ Gent, Université de Gand

Van Der Heyden, J., & Charafeddine, R. (2013). Enquête de santé. Rapport 1 : état de santé et bien-être, Bruxelles : Sciensano (2014).

Van Gestel, R., Janssens, J., Lemkens, R., & Goedemé, T. (2017). A reminder to pay less for healthcare : Take-up of increased reimbursement in a large-scale randomized field experiment, University of Antwerp. *CSB Working paper*, nr. 17/12.

Vanhoomissen, T. (2025). Communication personnelle consultation psychologique, 25 mars 2025.

Van Oyen, H., Deboosere, P., Lorant, V., & Charafeddine, R. (2011). *Sociale ongelijkheden in gezondheid in België*. Academia Press.

van Sloten, F., Ackaert, K., & Wantier, M. (2015). 11e baromètre MC de la facture hospitalière. Les suppléments d'honoraires dans les hôpitaux augmentent plus vite que jamais. *Dossier de presse Mutualité chrétienne*.

Vandeputte, J., & Gryson, L. (1998). Wondverbanden en principes voor het aanleggen van verbanden. https://adoc.pub/wondverbanden-en-principes-voor-het-aanleggen-van-verbanden.html

Venekamp, R. P., Sanders, S., Glasziou, P. P., Del Mar, C. B., & Rovers, M. M. (2013). Antibiotics for acute otitis media in children. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (1), 72. doi :10.1002/14651858.CD000219.pub3

Verlinden, H. (2016). Absenteïsme in 2015. Belgische privé-sector.

Vlaams Instituut Mondgezondheid. (2022). *Eerste tandartsbezoek : aandachtspunten* [Factsheet]. Vlaams Instituut Mondgezondheid.

Vlaamse Milieumaatschappij. (2024). *Klimaatrapport 2024 : Hittegolven in België.* Mechelen : VMM.

Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg. (2024). *Hoofdluizenrichtlij* 08.01.2024.

Walsh, T., Worthington, H. V., Glenny, A. M., Appelbe, P., Marinho, V. C., & Shi, X. (2010). Fluoride toothpastes of different concentrations for preventing dental caries in children and adolescents. *The Cochrane Library*.

Westervelt, A., & Codrea-Rado, A. (2015). What's in your shampoo ? *The Guardian*. Retrieved from http ://www.theguardian.com/lifeandstyle/ng-interactive/2015/feb/10/shampoo-ingredients-label-chemicals-interactive

World Health Organisation. (1948). Constitution of the World Health Organization.

World Health Organisation (2002). National cancer programmes. Policies and managerial guidelines (second ed.). Geneva : World Health Organisation.

World Health Organization. (2014). *WHO position paper on mammography screening*. World Health Organization.

World Health Organization. (2017). Guide to cancer early diagnosis. World Health Organization.

World Health Organization. (2018). *Primary Health Care : Closing the Gap between Public Health and Primary Care through Integration*. World Health Organization.

World Health Organization, & World Bank Group. (2018). Delivering Quality Health Services : A Global Imperative. OECD Publishing.

World Health Organization. (2021). *Heat and Health in the WHO European Region : Updated Evidence for Effective Prevention*. Kopenhagen : WHO Europe.

World Health Organization. (2022). *Ending Childhood Dental Caries : WHO Implementation Manual*. World Health Organization.

World Health Organization. (2022). *Global Oral Health Status Report : Towards Universal Health Coverage for Oral Health by 2030*. World Health Organization.

World Health Organization. (2025). *World Report on Social Determinants of Health Equity.* Word Health Organisation.

Yeh, P. T., Kautsar, H., Kennedy, C. E., & Gaffield, M. E. (2022). Values and preferences for contraception : A global systematic review. *Contraception*, 111, 3-21.

Yokota, R. T. de C., Van der Heyden, J., Nusselder, W. J., Robine, J.-M., Tafforeau, J., Deboosere, P., & Van Oyen, H. (2016). Impact of chronic conditions and multimorbidity on the disability burden in the older population in Belgium. *The Journals of Gerontology*. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences, *71*(7), 903-909. https://doi.org/10.1093/gerona/glv234

6 LE BUDGET POUR LE LOGEMENT ET LA SÉCURITÉ

Marieke Frederickx, Kristof Heylen, Eveline Teppers, Xander Huygels, Nickey Van Den Bulck et Bérénice Storms

6.0 Introduction

Ce chapitre traite des conditions minimales requises pour vivre dans un logement sûr et de qualité. Il s'agit du coût d'un logement de qualité, des dépenses nécessaires pour l'énergie et l'eau, des frais minimaux d'entretien du logement et des réparations occasionnelles. L'accent est mis sur les locataires, car l'acquisition d'un propre logement est généralement considérée comme une constitution de patrimoine, ce qui complique l'intégration des charges hypothécaires dans un modèle de dépenses minimales nécessaires. La prise en compte intégrale d'un prêt hypothécaire en tant que besoin essentiel est difficilement justifiable. En même temps, il est déraisonnable de supposer que les ménages devraient vendre leur logement pour subvenir à leurs besoins de base (Kuypers & Marx, 2022).

La qualité d'un logement est aussi étroitement liée à la sécurité. Celle-ci est en effet un besoin de base essentiel pour assurer le bien-être des personnes. Outre les conditions immatérielles nécessaires à une vie sûre, certains produits et services s'avèrent indispensables pour garantir cette sécurité. Étant donné qu'ils sont étroitement liés à l'habitat, nous les incluons dans ce panier. Il s'agit notamment des services bancaires et des assurances, qui offrent une sécurité financière et protègent contre les événements imprévus, mais aussi des produits qui optimisent la protection incendie et la prévention des chutes.

Le présent chapitre est structuré comme suit. La première section traite de l'importance d'un logement de qualité et d'une sécurité suffisante comme conditions essentielles d'une participation sociale à part entière. Les deuxième et troisième sections examinent respectivement le contenu du panier « logement » et du panier « sécurité » sur la base des hypothèses et critères sous-jacents. La quatrième section explique la stratégie tarifaire des produits et services inclus. Ensuite, la cinquième section aborde le montant du budget de référence pour le logement et la sécurité de quelques ménages types. Et pour finir, nous évaluons la faisabilité de ces limites budgétaires pour les ménages financièrement vulnérables et nous formulons nos conclusions.

6.1 L'importance d'un logement de qualité et de la sécurité

Un logement de qualité suffisante est essentiel à une bonne santé physique et mentale, et constitue un moyen important pour faciliter l'autonomie et la participation sociale (Doyal & Gough, 1991). Il protège les personnes contre les intempéries et les vecteurs de maladies. Il offre un lieu sûr et calme pour dormir et pour stocker, préparer et consommer de la nourriture. Un bon logement est équipé d'installations permettant de vivre dans des conditions d'hygiène suffisantes, et offre suffisamment d'espace pour pouvoir (co)habiter sans trop de tensions avec d'autres personnes et recevoir de la famille ou des amis. Un logement stable est également un facteur important pour pouvoir agir de façon autonome, par exemple, parce qu'il constitue un élément essentiel pour pouvoir planifier à plus long terme. Il existe de plus en plus de preuves scientifiques de l'impact considérable qu'exerce un logement de qualité sur le bien-être physique et mental des personnes. Les ménages aux ressources limitées vivent plus souvent dans des logements de mauvaise qualité et sont de ce fait exposés au stress et à des risques pour la santé (Ahrendt *et al.*, 2016 ; Baker *et al.*, 2016 ; Howden-Chapman *et al.*, 2023 ; Singh *et al.*, 2019).

Le confort de l'habitat ne se limite pas à un espace suffisant, mais comprend également l'accès à l'énergie nécessaire pour le chauffage, l'eau chaude et l'électricité. Les espaces froids et humides favorisent la formation de moisissures susceptibles de causer des problèmes de santé, tels que des allergies, des infections et des intoxications (Grey *et al.*, 2017). L'accès à l'eau chaude est important, non seulement pour le confort personnel (Chittleborough *et al.*, 2012 ; Laestadius & Dimberg, 2005), mais aussi pour des raisons d'hygiène, comme faire la vaisselle ou nettoyer le logement (Lee *et al.*, 2007 ; Mattick *et al.*, 2003). Et, enfin, un bon entretien du logement est essentiel pour maintenir la qualité de l'habitat, éviter les frais imprévus en cas de déménagement et prévenir les problèmes sociaux et sanitaires.

La sécurité constitue également un besoin fondamental pour le bien-être des personnes (Doyal & Gough, 1991). Un logement de qualité joue un rôle essentiel à cet égard, notamment en créant un environnement de vie sûr pour les personnes. Cela est important, non seulement pour la santé, mais aussi en tant que base pour les routines quotidiennes et la formation identitaire, ainsi qu'en tant que source de contrôle et de protection de la vie privée (Power, 2023 ; Easthope, 2004). En outre, il introduit la continuité et la sécurité dans la vie des individus. Ceci est un aspect clé de ce que Giddens (1911) appelle la sécurité ontologique. La sécurité ontologique fait référence au sentiment fondamental de continuité et de sécurité dans l'existence, qui est nourri par un environnement social et matériel stable. La sécurité nécessite toutefois bien davantage qu'un logement approprié. Elle comprend la sécurité extérieure (défense), un environnement exempt de substances toxiques et de tout autre danger physique (p. ex. grâce à la politique envi-

ronnementale, la législation sur la sécurité au travail, la sécurité routière et la protection alimentaire) et la lutte active contre la criminalité (entre autres, par le biais de la police et de la justice). En outre, la sécurité requiert aussi une démocratie solidement ancrée dans l'État de droit, de sorte que chacun puisse exprimer librement son opinion et que l'indépendance des autorités publiques et des tribunaux soit suffisamment contrôlée. Et, enfin, les gens ont également besoin d'une sécurité sociale et financière pour les protéger contre les événements imprévus et les catastrophes externes, qui, lorsqu'ils se produisent, entraînent souvent une baisse inacceptable du niveau de vie (Doyal & Gough, 1991). On peut penser, par exemple, à un accident majeur, une maladie grave, le chômage, un vol, un incendie ou une inondation. Une grande partie des coûts liés à la garantie de la sécurité sont supportés collectivement par le biais des impôts et des cotisations sociales, et réalisés par les politiques publiques. Dans le présent chapitre, nous nous limitons toutefois aux coûts supplémentaires qui ne sont pas supportés collectivement. Une partie de ces coûts (p. ex. liés au « civisme » et à l'accès à l'information) est abordée dans le panier des relations sociales et n'est donc pas traitée ici.

6.2 Le contenu du panier « logement »

Dans cette section, nous examinons la composition du panier « logement ». Nous commençons par esquisser le cadre normatif et indiquons quelles données ont été utilisées pour déterminer le loyer d'un logement locatif de qualité (6.2.1). Nous clarifions ensuite la façon dont la consommation minimale nécessaire d'énergie et d'eau a été calculée (6.2.2). Et, enfin, nous abordons les produits et services minimaux nécessaires liés à l'entretien du logement et aux réparations occasionnelles (6.2.3).

6.2.1 Un logement de qualité

En Belgique, la politique du logement relève de la compétence des régions. Chacune d'elles dispose d'un cadre réglementaire (Code bruxellois du logement, Vlaams Codex Wonen et Vlaams Woninghuurdecreet, Code wallon du logement et de l'habitat durable, et décret relatif au bail d'habitation) afin de garantir la qualité et l'accessibilité des logements (locatifs) et de définir clairement les responsabilités des locataires et des bailleurs.

Ces cadres réglementaires définissent le droit au logement, non seulement comme la garantie d'un logement de qualité, mais aussi comme la garantie d'un prix abordable et de la sécurité d'occupation. La sécurité d'occupation est définie au sens strict comme « la possibilité de continuer à habiter dans le logement aussi longtemps que l'occupant le souhaite » (Winters *et al.*, 2018). Hubeau et Vande Lanotte (1988) estiment toutefois que cette définition est trop limitée, puisque la sécurité d'occupation n'a de sens que si l'habitation est aussi de qualité et abordable. Une vision large de la sécurité d'occupa-

tion implique donc également le respect de certains critères de qualité et d'accessibilité financière (Winters *et al.*, 2018). Un autre aspect entre également en jeu pour les locataires : ils dépendent en effet des projets du propriétaire. C'est pourquoi les décrets régionaux relatifs au bail d'habitation contiennent des dispositions relatives à la durée des contrats de location (durée standard de neuf ans, mais des périodes plus courtes ou plus longues sont possibles) et des conditions de fin de location. Comme il n'y a pas de données disponibles concernant la durée d'un contrat de location et le lien avec le loyer, nous ne pouvons pas en tenir compte lors de la détermination d'un budget loyer normatif. Nous déterminons toutefois un niveau de qualité minimal auquel un logement doit satisfaire. Dans la pratique, lorsque des budgets de référence sont utilisés, il convient également de considérer la sécurité d'occupation d'un logement (de location) lors de la détermination des dépenses nécessaires minimales pour l'habitat.

Le terme « logement de qualité » se rapporte aussi bien à l'état physique qu'à la qualité du milieu intérieur, le taux d'occupation et la performance énergétique du logement (Heylen & Vanderstraeten, 2019). Pour la qualité physique des logements, l'idéal serait d'utiliser l'« indice de synthèse pour l'état physique du logement » (Vanderstraeten & Ryckewaert, 2017). Cet indicateur évalue l'état du toit, des gouttières et des fenêtres, ainsi que la présence de dégradations des murs ou des sols dues à l'humidité. En 2018, 77 % des logements flamands ont été jugés « bons », 12 % « moyens » et 11 % « mauvais » ou « très mauvais » (Winters *et al.*, 2021).

La qualité physique du logement va de pair avec la qualité du milieu intérieur, où le risque de présence de monoxyde de carbone et/ou de moisissures requiert une attention particulière. L'intoxication au monoxyde de carbone est encore chaque année responsable de décès dans notre pays (Centre Antipoisons belge, s.d.). Une inspection régulière, effectuée par un professionnel, des appareils de chauffage au gaz et des cheminées n'est donc certes pas un luxe superflu. Lorsque le logement présente des signes d'humidité, comme des taches de moisissures, des taches d'humidité et des fuites, il y a de fortes chances que les occupants soient exposés à des quantités plus importantes de spores de moisissures. Celles-ci peuvent non seulement provoquer un certain nombre de réactions allergiques, mais aussi causer des infections des voies respiratoires ou des affections rhumatismales (Angel & Bittschi, 2019 ; De Schrijver *et al.*, 2005).

Le niveau de confort est moins absolu que les critères précédents et dépend davantage du niveau de prospérité global d'un pays ou d'une région. Au niveau européen, la présence de toilettes et d'une salle de bains à l'intérieur du logement est considérée comme un indicateur important de confort minimal. C'est aussi recommandé du point de vue hygiénique. En outre, les habitants doivent également être en mesure de chauffer agréablement leur logement. Des études ont démontré l'existence d'un lien étroit entre les logements insuffisamment chauffés et certaines maladies cardiovasculaires, infec-

tions respiratoires et affections plus bénignes, telles que le rhume ou la grippe (Dear & McMichael, 2011).

Le taux d'occupation d'un logement codétermine aussi sa qualité. Des études montrent un lien évident entre un taux d'occupation trop élevé et des problèmes de santé (voir notamment Braubach *et al.*, 2011 ; Campagna, 2016). Chez les enfants en particulier, un taux d'occupation trop élevé du logement familial peut causer des problèmes émotionnels et comportementaux, et mener à une baisse des résultats scolaires (Solari & Mare, 2012 ; Vaes, Van Eeckhoudt & Moens, 2024). Il existe de nombreuses façons de mesurer le taux d'occupation d'un logement : le nombre de personnes par logement, le nombre d'occupants par mètres carrés de surface au sol ou le nombre d'occupants par rapport au nombre de pièces de vie.

Et, pour finir, l'efficacité énergétique est également un élément déterminant de la qualité du logement. Les logements économes en énergie peuvent avoir un impact positif sur le bien-être des occupants grâce à une meilleure qualité de l'air, des températures confortables en toutes saisons et moins de nuisances sonores provenant de l'extérieur. Cela peut se traduire par une plus grande satisfaction et une meilleure santé des occupants (Grey *et al.*, 2017). Bien que les logements écoénergétiques impliquent généralement des coûts initiaux plus élevés liés à l'isolation et à l'installation d'équipements énergétiquement efficaces, ils peuvent s'avérer rentables à long terme grâce à la réduction des factures énergétiques. Les mesures d'économie d'énergie visant à rendre les factures énergétiques plus abordables pour les ménages à budget limité peuvent également avoir des effets mesurables sur l'amélioration du bien-être mental (Liddell *et al.*, 2011 ; Mohan, 2022).

Il est recommandé de prendre tous les critères de qualité susmentionnés en compte lors du calcul du montant de référence pour un logement de qualité. Nous ne disposons toutefois que de données limitées pour mesurer le coût d'un logement de manière comparable pour les trois régions belges (voir 6.4.1). De ce fait, nous ne pouvons que tenir compte des critères suivants concernant la qualité physique d'un logement : l'absence de fuites dans le toit, l'absence de murs, sols ou fondations humides ou l'absence de mérule sur les châssis de fenêtre ou les planchers. Au niveau du confort d'habitation, nous ne retenons que les logements disposant, à l'intérieur, de toilettes et d'une salle de bains. Faute de données y afférentes, nous ne pouvons pas tenir compte ici du confort énergétique. Nous calculons le coût médian des logements qui satisfont à ces critères, en tenant compte du nombre de pièces de vie. Pour calculer la taille appropriée d'un logement, nous appliquons la norme d'occupation suivante : une chambre à coucher pour le(s) parent(s) et une chambre à coucher pour deux enfants au maximum. Lorsqu'un des deux enfants est âgé de 12 ans ou plus, ils doivent avoir des chambres séparées. Dans les familles plus nombreuses (à partir de trois enfants), nous partons du principe que la norme minimale est qu'une chambre ne peut pas être occupée par plus

de deux enfants (même après l'âge de 12 ans). Et, enfin, un budget est prévu pour le contrôle annuel de la chaudière afin de limiter le risque d'intoxication au CO.

6.2.2 Coûts de consommation des locataires

Outre les dépenses liées à un logement de qualité, les locataires doivent faire face à divers autres coûts indispensables pour vivre confortablement et sainement dans leur habitation. Ces coûts comprennent, entre autres, la consommation énergétique pour le chauffage, l'éclairage et l'utilisation d'appareils électroménagers, ainsi que la consommation d'eau pour les besoins quotidiens et d'hygiène. Étant donné que la consommation minimale d'énergie et d'eau dépend fortement de la qualité du logement et du comportement des membres du ménage, nous décrivons ci-dessous les hypothèses et critères sous-jacents permettant de fixer un budget de référence pour l'énergie et l'eau.

6.2.2.1 Le contenu du panier énergétique

La détermination des besoins énergétiques minimaux pour une participation sociale à part entière dépend de divers facteurs, tels que la source énergétique utilisée, la qualité du logement, le lieu de résidence et le comportement des membres du ménage. Des chercheurs du Centre d'expertise Énergie de Thomas More ont déterminé les besoins énergétiques minimaux totaux et les coûts supplémentaires pour différents ménages types belges (pour des explications plus détaillées, voir Huygels *et al.* [2024]). Lors du calcul, tous les membres du ménage sont censés être en bonne santé et vivre dans des logements locatifs présentant de relativement bonnes caractéristiques énergétiques (valeurs U moyennes et forme d'habitat compacte). Le besoin énergétique est subdivisé en deux composantes, à savoir (i) le chauffage, y compris le chauffage des locaux et l'eau chaude sanitaire, et (ii) la consommation d'électricité pour l'éclairage et les appareils électroménagers. Nous les détaillons ci-dessous.

Chauffage

En Belgique, le chauffage des locaux est essentiel en raison du climat tempéré. Durant de nombreux mois, les températures sont en effet trop basses pour vivre confortablement sans chauffage. De plus, le chauffage prévient aussi les problèmes d'humidité et la formation de moisissures, ce qui permet d'éviter bien des soucis de santé (voir également 6.2.1). Comme source de chauffage standard, il a été opté pour une chaudière à condensation au gaz naturel en raison de son coût et de son utilisation largement répandue. Le gaz naturel est la source de chauffage la plus courante dans notre pays (Statbel, 2003). Notamment à Bruxelles et en Flandre, ce sont respectivement 87 % et 72 % des ménages qui se chauffent au gaz naturel. En Wallonie, ce pourcentage est

de 45 %. Trente-cinq pour cent des ménages y chauffent leur logement au mazout. Ce pourcentage relativement élevé s'explique en partie par l'absence d'un réseau de distribution de gaz naturel dans certaines villes (SPF Économie, 2023). En Flandre et à Bruxelles, respectivement 14 % et 7 % des ménages se chauffent au mazout. La pénurie sur le marché locatif fait que les ménages ne peuvent généralement pas choisir leur logement en fonction du système de chauffage. C'est pourquoi, lors du calcul du besoin énergétique, une conversion est effectuée vers une chaudière au mazout standard. Il s'ensuit que le budget énergétique ne couvre pas seulement l'utilisation d'une chaudière à condensation au gaz naturel, mais aussi celle d'autres systèmes de chauffage, parmi lesquels une chaudière au gaz standard ou une chaudière au gaz à basse température.

L'énergie nécessaire au chauffage est calculée sur la base de la méthodologie prévue par la réglementation Performance énergétique des bâtiments (PEB). Ce calcul tient compte des éléments suivants.

- Les exigences en matière de performances thermiques et énergétiques (niveaux S et E).
- Les gains de chaleur internes, les effets rebonds et les influences météorologiques.
- Les profils d'utilisation variables selon la fréquence de présence ou d'absence des membres du ménage.
- La taille et la composition du ménage : les familles nombreuses ont besoin de plus d'espace, alors que les ménages avec de jeunes enfants ou les personnes âgées chauffent souvent certaines pièces à des températures plus élevées, ce qui augmente la température moyenne du bâtiment.

La taille du logement est basée sur les surfaces médianes des logements locatifs belges, telles que rapportées dans l'enquête EU-SILC 2023, et respecte les normes minimales régionales (voir le tableau 6.6 en annexe). De plus, la consommation énergétique varie en fonction du type de logement : les appartements ont, par exemple, une consommation plus faible que les maisons mitoyennes ou les habitations individuelles. Pour établir le budget de référence, nous tenons compte de la consommation énergétique normative moyenne pour les appartements, les maisons mitoyennes et les habitations individuelles.

Eau chaude sanitaire

Le calcul de la consommation énergétique pour l'eau chaude sanitaire est basé sur :

- la fréquence d'utilisation de l'eau chaude sanitaire pour la douche, la vaisselle, le nettoyage et la lessive à la main ;
- les réglages de température de l'eau (37 °C pour la douche, 50 °C pour la vaisselle et la lessive à la main, 30 °C pour le nettoyage et 86 % de rendement de l'installation d'eau chaude).

La quantité totale d'énergie ainsi calculée pour le chauffage des pièces et l'utilisation d'eau chaude varie de 5 674 kWh/an (dont 88 % pour le chauffage des pièces et 12 % pour l'eau chaude), pour une personne active seule qui loue un appartement, à 14 886 kWh/an, pour un couple avec deux enfants qui loue une maison individuelle (à quatre façades) et où les deux adultes ne travaillent pas. On part toujours du principe que le logement est de qualité et que ses occupants adoptent un comportement économe en énergie. La quantité minimale d'énergie estimée varie en fonction de la taille et de la composition du ménage (not. la taille du logement et le nombre de chambres à coucher), avec des avantages d'échelle considérables par personne supplémentaire. En outre, la consommation calculée varie dans une moindre mesure selon le statut d'activité des membres adultes du ménage, avec une consommation supplémentaire d'environ 4 % pour les ménages sans adulte travaillant à l'extérieur. Les ménages en mesure de chauffer leur logement avec une chaudière à condensation au gaz naturel consomment 14 % moins d'énergie que ceux qui utilisent une chaudière au mazout standard.

La consommation calculée est sensiblement inférieure à la consommation moyenne de gaz naturel de 17 000 kWh/an. Cette consommation plus faible est principalement due au fait que la consommation d'énergie a été calculée sur la base des surfaces au sol moyennes des logements locatifs, qui sont nettement inférieures à celles des logements occupés par leur propriétaire.

Électricité

La consommation d'électricité comprend l'énergie nécessaire à l'éclairage et à l'utilisation d'appareils électroménagers. Pour les fonctions essentielles, comme la cuisine et la lessive, des appareils économes en énergie (p. ex. une cuisinière de classe d'efficacité énergétique A) ont été sélectionnés dans les paniers de référence respectifs. L'éclairage est basé sur la technologie LED en raison de son rendement énergétique élevé et de sa durée de vie plus longue.

La consommation totale d'électricité est calculée :

- en combinant les situations de vie et les profils d'utilisation des ménages types ;
- en supposant des comportements économes en énergie lors du calcul.

La quantité d'électricité minimale nécessaire pour une utilisation adéquate des appareils électroménagers et de l'éclairage varie de 1 808 kWh/an (dont 97 % pour l'utilisation des appareils électriques et 3 % pour l'éclairage) pour une personne active seule, à 3 034 kWh/an pour un couple avec deux enfants dont les deux parents ne travaillent pas. La quantité d'énergie nécessaire augmente d'environ 20 % par personne supplémentaire. Il n'y a qu'une très légère variation en fonction du statut d'activité des membres adultes du ménage et aucune variation selon le type de logement. On part toujours d'une

consommation énergétique modérée. De ce fait, la consommation minimale calculée est légèrement inférieure à ce que les ménages consomment en moyenne (3 500 kWh/an)

6.2.2.2 Le contenu du panier « eau »

Tout comme pour l'énergie, une estimation scientifique a également été effectuée pour l'eau, afin de déterminer la quantité minimale nécessaire pour pouvoir participer pleinement à la société (Storms & Van Thielen, 2024). Les fonctions essentielles de l'eau, à savoir la consommation, l'hygiène et d'autres fonctions (récréatives), constituent ici le point de départ. La consommation inclut l'eau potable bue et l'eau utilisée pour préparer les repas et faire ensuite la vaisselle. L'hygiène comprend, entre autres, l'utilisation de l'eau pour se laver, tirer la chasse d'eau et laver les vêtements. D'autres fonctions sont, par exemple, l'arrosage de quelques plantes d'intérieur. L'Organisation mondiale de la santé (Howard *et al.*, 2020) distingue une quatrième fonction, notamment celle de subvenir à ses propres besoins (p. ex. en cultivant ses propres légumes). Cette fonction n'est ici pas prise en compte, car tous les produits alimentaires prévus dans le budget de référence pour la nourriture sont achetés dans des magasins.

Afin de calculer une consommation d'eau suffisante pour les trois fonctions de l'eau, différentes hypothèses sont formulées. On présume ainsi que les ménages dépendent entièrement de l'eau courante et du réseau d'assainissement public et qu'ils ne disposent pas d'installations de récupération des eaux de pluie raccordées à leur habitation. De plus, on part d'une consommation d'eau modérée, déterminée à l'aide des directives du Conseil mondial de la santé (Howard *et al.*, 2020) et du Conseil supérieur de la santé (2019), ainsi que des estimations scientifiques de la consommation moyenne d'eau par application spécifique (De Nocker, 2021). Ceci est combiné avec l'utilisation d'appareils économes en eau largement disponibles et abordables. De plus, des facteurs individuels, comme la taille et la composition du ménage et le statut d'activité des membres adultes du ménage (nombre d'heures passées au domicile), ont également un impact sur la consommation d'eau. Certaines professions, comme le travail manuel dans l'industrie ou l'agriculture, et certains modes de transport domicile-travail, comme le vélo, requièrent un lavage plus fréquent des vêtements que d'autres professions. Cette variation n'a toutefois pas été prise en compte dans le calcul. Et, enfin, les membres du ménage sont censés être en bonne santé. La quantité minimale d'eau calculée pour les trois fonctions est brièvement abordée ci-dessous.

Consommation

Concernant les besoins en eau potable, 1,5 litre d'eau potable, dont 1 litre d'eau courante, est prévu par adulte et par jour (voir chapitre 3). Ensuite vient l'eau nécessaire à la préparation des repas (laver les légumes et les fruits et cuisiner). Deux litres par personne et par jour sont prévus à cet effet. Pour la vaisselle, on table sur une utilisation de

6 litres d'eau par personne et par jour. L'utilisation d'eau pour cuisiner et faire la vaisselle bénéficie d'avantages d'échelle, qui font qu'une plus grande quantité par personne est nécessaire pour les familles peu nombreuses et une plus petite quantité par personne pour les familles plus nombreuses.

Hygiène

Les besoins en matière d'hygiène sont également estimés sur la base d'une utilisation d'eau économe. La douche utilise le plus d'eau, avec, en moyenne, 24 litres par personne et par jour. La consommation d'eau est calculée sur la base d'une tête de douche à débit réduit (cinq minutes par douche, six douches/semaine pour les adultes et les adolescents et trois douches/semaine pour les enfants). Les toilettes équipées d'une chasse d'eau à faible débit nécessitent 18 à 22 litres d'eau par personne et par jour, en fonction de la présence au domicile (trois utilisations des toilettes pour les personnes qui s'absentent régulièrement et six utilisations pour les personnes qui restent principalement à la maison). Le troisième plus gros consommateur d'eau est le lave-linge, qui utilise en moyenne 9 litres d'eau par personne et par jour, pour autant que la machine n'utilise pas plus de 43 litres d'eau par lavage. Les petits consommateurs, comme le lavage des mains, le brossage des dents et le lavabo, utilisent ensemble en moyenne entre 6 et 7 litres par personne et par jour. Le plus petit consommateur est le nettoyage hebdomadaire et la lessive à la main, qui requièrent respectivement 2,5 litres et 1 litre par personne et par jour.

Autres fonctions

Pour les applications occasionnelles, comme l'arrosage des plantes d'intérieur ou une utilisation à des fins récréatives, il n'existe aucune directive. On s'est basé ici sur l'« utilisation minimale » telle que définie dans la littérature par De Nocker *et al.* (2021). Celle-ci est de 1,8 litre par personne et par jour. Il n'y a pas d'eau courante prévue pour l'arrosage des plantes et de la pelouse dans le jardin. Il est supposé ici que les gens utilisent pour cela les eaux de pluie récupérées ou l'eau souterraine.

Au total, cela donne une estimation minimale de 77 litres d'eau par personne et par jour pour un ménage moyen où les adultes sont principalement à la maison pendant la journée (p. ex. les personnes âgées ou les ménages sans adulte travaillant à l'extérieur). Les ménages où les adultes s'absentent pour exercer des activités à l'extérieur consomment en moyenne 10 % moins d'eau. La consommation d'eau nécessaire plus élevée du premier groupe est due à la fréquence plus élevée de l'utilisation des toilettes et donc aussi du lavage des mains. En raison des économies d'échelle que peuvent réaliser les familles nombreuses, la consommation moyenne d'eau nécessaire par personne et par jour est plus élevée pour les personnes isolées (90 l par jour) et inférieure d'un tiers à un quart pour les familles nombreuses.

6.2.3 Autres frais de logement

Et enfin, un logement adéquat requiert également des travaux d'entretien et de réparation afin de le maintenir en bon état. Nous décrivons les biens minimaux nécessaires à l'entretien du logement et aux réparations sporadiques. Par entretien du logement, il convient d'entendre aussi bien le nettoyage du logement que ledit « grand nettoyage » des murs, portes et fenêtres. Nous ne tenons pas compte des travaux de rénovation plus importants, car nous supposons qu'ils sont financés par le bailleur.

Pour le nettoyage quotidien et hebdomadaire, il est tenu compte de tous les produits nécessaires, comme un aspirateur, des produits de nettoyage, des serpillières, des peaux de chamois, un seau, une petite poubelle et une brosse de toilettes, etc. Pour le grand nettoyage, nous calculons le prix pour tapisser les murs, peindre les plafonds et poser ou remplacer le revêtement de sol. Nous optons pour du papier peint en vinyle, car il est moins salissant, il est lavable, il est résistant à l'humidité et cache bien les inégalités et les imperfections. Pour le revêtement de sol, nous optons également pour du vinyle solide qui est facile à nettoyer. Ce budget peut également être utilisé pour acheter d'autres produits, comme un tapis ou de la peinture murale. Pour assombrir le logement et l'isoler contre la chaleur et le froid, nous habillons chaque fenêtre de tentures.

Les décrets régionaux[20] prévoient que les frais liés à l'entretien et aux petites réparations sont à la charge du locataire et que les réparations importantes et les remplacements à la suite d'une utilisation normale sont à la charge du bailleur. Dans le panier « logement », nous incluons un coût indicatif pour la réparation d'un lave-linge, le débouchage d'une toilette et la production d'un double des clés. À cela s'ajoute encore le coût de l'entretien annuel de la chaudière. Celui-ci est non seulement important pour maintenir le rendement de l'installation de chauffage, mais aussi pour prévenir tout risque d'intoxication au monoxyde de carbone. Il coule de source qu'il s'agit plutôt ici d'une indication des coûts éventuels que d'une directive normative.

6.3 Le contenu du panier « sécurité »

Tout comme un logement de qualité, la sécurité est un besoin fondamental essentiel au bien-être des personnes (Doyal & Gough, 1991). Comme indiqué ci-dessus, la sécurité d'occupation et la qualité de l'habitat ont également un impact sur le sentiment de sécurité. En dehors de cela, nous identifions encore plusieurs autres produits achetés par les ménages pour assurer leur sécurité personnelle. Il s'agit, entre autres, de services

20 Article 223 du Code bruxellois du logement, articles 25, 26 et 28 du Vlaams Woninghuurdecreet, articles 7, 8 et 15 du décret relatif au bail d'habitation.

bancaires et d'assurances qui offrent une sécurité financière et une protection contre les événements imprévus, et de produits qui contribuent à la sécurité incendie et à la prévention des chutes à domicile. Les dépenses nécessaires à la sécurité sociale, qui protège contre la perte de revenu due au chômage, aux accidents du travail, à la maladie ou à la vieillesse, ne sont pas reprises dans ce panier de dépenses de sécurité nécessaires, car les frais y afférents sont directement imputés au revenu net du ménage.

6.3.1 Compte bancaire et compte d'épargne

Dans notre société actuelle, il est indispensable d'avoir un compte bancaire pour pouvoir participer à la société. Il est risqué de conserver d'importantes sommes d'argent liquide à la maison et le paiement par carte bancaire est désormais la norme. Depuis 2003, le législateur prévoit donc que chaque consommateur doit pouvoir bénéficier d'un service bancaire de base (loi du 24 mars 2003 instaurant un service bancaire de base). Ce service bancaire de base comprend, entre autres, la possibilité d'ouvrir, de gérer et de clôturer un compte courant, d'effectuer des virements et des ordres de paiement permanents, de mettre en place des domiciliations et de retirer de l'argent en espèces. Nous incluons le coût de ce service bancaire de base dans le budget de référence.

6.3.2 Assurance

Les locataires sont légalement tenus de souscrire une assurance incendie qui couvre la responsabilité civile pour les dommages causés au bien loué par un incendie, des dégâts d'eau ou une explosion, ainsi que les risques connexes (Code bruxellois du logement, tel qu'il a été modifié par l'ordonnance du 27 juillet 2017, Vlaams Woninghuurdecreet du 9 novembre 2018, décret wallon relatif au bail d'habitation du 15 mars 2018). Une assurance familiale avec assistance judiciaire est également incluse dans le budget de référence. Un accident causant des dommages à des tiers est en effet vite arrivé. Avec une police d'assurance, cela ne doit pas virer à la catastrophe financière. C'est pourquoi l'assurance familiale est également recommandée par le SPF Économie (SPF Économie, s.d.-a).

6.3.3 Prévention des incendies et du monoxyde de carbone

Dans les trois régions belges, tout logement locatif doit être équipé d'un détecteur de fumée (arrêté du gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale fixant l'obligation de la détection d'incendie dans les habitations, article 3.1, § 1er, du Vlaamse Codex Wonen, article 4*bis* du Code wallon du logement et de l'habitat durable). Le bailleur est responsable de l'installation d'au moins un détecteur de fumée par étage et de le remplacer à la fin de la durée de validité indiquée par le fabricant. Comme il revient aux bailleurs d'installer les détecteurs de fumée, ces derniers ne sont pas inclus dans le budget de référence.

Nous incluons toutefois une lampe de poche et une couverture anti-feu dans les frais de sécurité incendie à la charge du locataire. Afin de prévenir toute intoxication au monoxyde de carbone, nous incluons un détecteur de CO, conforme à la norme belgo-européenne.

6.3.4 Sécurité physique

Et pour conclure, nous incluons encore, dans le budget de référence, quelques produits destinés à augmenter la sécurité physique des occupants du logement. Un tapis de douche antidérapant est ainsi prévu pour chaque ménage. Pour les ménages avec un bébé (âgé de 0 à 12 mois), il y a un portillon de sécurité et un babyphone. Pour les ménages comptant au moins une personne âgée (à partir de 65 ans), il s'agit de produits visant à éviter les chutes, à savoir un éclairage extérieur avec capteur, un paillasson antidérapant, un tabouret de douche, des barres d'appui dans la douche et une veilleuse avec capteur, comme le recommande également la littérature pertinente en la matière (Keall *et al.*, 2015 ; Milisen *et al.*, 2017).

6.4 La tarification du panier « logement et sécurité »

6.4.1 Les loyers sur le marché du logement privé et social

Outre la qualité et la sécurité d'occupation, un prix abordable est un critère mis en avant par les cadres réglementaires régionaux afin de garantir le droit au logement. Étant donné qu'aucune norme appropriée n'a encore été élaborée dans les différentes régions belges pour déterminer ce qu'est un prix équitable pour la location, l'achat ou la construction de logements répondant aux critères de qualité susmentionnés, nous nous basons sur les prix réellement payés, et plus particulièrement sur le loyer médian. On peut s'attendre à ce que 50 % des ménages locataires paient moins et que 50 % paient plus. Ces loyers médians régionaux masquent cependant d'importantes disparités locales. Les loyers repris dans le budget de référence pour le logement sont donc fournis à titre purement indicatif.

Les ménages qui sont à la recherche d'un logement locatif de qualité, tel que décrit ci-dessus, peuvent consulter à cet effet le marché locatif privé ou social. Les logements locatifs sociaux ont pour objectif de fournir un logement de qualité aux ménages dont les ressources financières sont limitées. Les autorités régionales déterminent les conditions concrètes que les résidents doivent remplir pour pouvoir prétendre à un logement locatif social (Code bruxellois du logement, Vlaamse Codex Wonen et Vlaams Woninghuurdecreet, Code wallon du logement et de l'habitat durable et décret relatif au bail d'habitation). Dans les trois Régions, les candidats-locataires doivent être des résidents majeurs disposant d'un revenu limité et ne pouvant posséder aucun bien immobilier. En

Flandre, à partir du 1er janvier 2024, l'épargne d'un candidat-locataire est de surcroît soumise à une limite pour pouvoir prétendre à un logement locatif social. De plus, les locataires sociaux en Flandre doivent également avoir une connaissance suffisante du néerlandais et, sous certaines conditions, s'inscrire auprès du VDAB (Service flamand de l'emploi et de la formation professionnelle) s'ils n'effectuent aucun travail rémunéré.

L'offre de logements locatifs sociaux en Belgique est plutôt limitée par rapport à d'autres pays européens (Housing Europe, 2021). Depuis l'après-guerre, la politique du logement belge et ensuite régionale vise explicitement à stimuler l'accession à la propriété, et ce, au détriment du développement du marché locatif social en tant que secteur structurel. Des choix politiques, tels que les investissements publics limités et l'accent posé sur des solutions orientées marché, ont fait que la part des logements locatifs sociaux est restée relativement restreinte, alors que les listes d'attente ne cessaient de s'allonger (De Decker *et al.*, 2015). Fin 2023, les Sociétés immobilières publiques bruxelloises géraient 40 824 logements locatifs sociaux (Société du logement de la Région de Bruxelles-Capitale, 2024). En Flandre, il y avait, fin 2023, 180 589 logements locatifs sociaux, dont 92 % appartenaient à des sociétés de logement et 8 % étaient loués (Statbel, 2024). Au 1er janvier 2023, les sociétés de logement social en Wallonie géraient au total près de 103 556 logements, dont 99 775 logements sociaux (Société Wallonne du Logement, 2023a).

Bien que de nouveaux logements locatifs sociaux s'ajoutent chaque année, l'offre demeure insuffisante. Il s'ensuit que les listes d'attente pour obtenir un logement locatif social continuent de s'allonger : 56 382 ménages dans la Bruxelles (décembre 2023) (Société du logement de Bruxelles-Capitale, 2023), 199 085 ménages en Flandre (mars/avril 2025) (Vlaamse overheid, 2025) et 43 491 ménages en Wallonie (1er janvier 2023) (Sociéte Wallone du Logement, 2023). Les ménages qui remplissent les conditions pour louer un logement social sont par conséquent contraints de chercher un logement sur le marché locatif privé.

Dans les trois régions, le loyer d'un logement social dépend du revenu du ménage, de la composition de celui-ci et de l'état de santé des membres du ménage. En outre, le loyer social est influencé par la valeur marchande du logement (qui reflète la valeur du logement sur le marché locatif privé). En Flandre, une correction énergétique est également prise en compte lorsque le logement locatif social s'avère énergétiquement performant. Dans les trois régions, les locataires sociaux paient une indemnité de sous-occupation quand le logement est plus grand que nécessaire pour le ménage. Comme le loyer représente une part importante du budget des ménages, en particulier pour les ménages à faibles revenus, un logement social a un impact considérable sur le budget minimal nécessaire.

Il ressort de l'analyse ci-dessus que tous les Belges admissibles à la location d'un logement social ne peuvent pas en bénéficier de manière effective. C'est pourquoi nous

établissons un budget de référence pour des ménages types qui vivent dans des logements locatifs privés et sociaux.

6.4.1.1 Méthodologie

Le calcul des loyers privés médians dans les régions belges a été effectué par HIVA, l'Institut de recherche sur le travail et la société de la KU Leuven. Les loyers dans le secteur privé des trois Régions sont basés sur les données de l'EU-SILC, une enquête européenne coordonnée par Eurostat (2021, 2022, 2023). Les données de trois années (2021, 2022 et 2023) ont été regroupées afin de disposer d'informations suffisantes pour obtenir des résultats précis. Les loyers de 2021 et 2022 ont été indexés en 2024 à l'aide des indices de santé de mai (Statbel, s.d.). La base de données comprend 1 267 loyers pour la Bruxelles, 1 760 loyers pour la Flandre et 1 532 pour la Wallonie.

Seuls les logements répondant aux critères de qualité prédéfinis suivants ont été sélectionnés dans l'ensemble des données :

1. être équipés des commodités de base, telles qu'une toilette et une salle de bains avec bain ou douche ;
2. être exempts de tout problème lié à l'humidité, comme des fuites dans le toit ; des murs, sols ou plafonds humides (moisissures, mérule), ou des châssis de fenêtre pourrissants.

Les loyers médians pour les logements de qualité sont calculés à l'aide de facteurs de pondération transversaux au niveau du ménage provenant des ensembles de données EU-SILC de 2021, 2022 et 2023 (Eurostat). Aucune autre exigence de qualité énergétique n'a été imposée pour ce calcul. De telles données sont uniquement disponibles dans les données EU-SILC de 2023, mais cet ensemble de données ne dispose pas d'observations suffisantes pour pouvoir réaliser des analyses régionales. Une distinction est toutefois opérée en fonction du nombre de chambres à coucher[21], car celui-ci a une forte incidence sur le loyer. Les logements sont attribués aux différents ménages types sur la base d'un nombre minimal requis de chambres à coucher (Heylen & Vanderstraeten, 2019).

Les montants de référence pour les loyers sociaux sont basés sur les données administratives (fin 2023) qui ont été mises à notre disposition pour Bruxelles (Société du logement de la Région de Bruxelles-Capitale, 2024), pour la Flandre (Agentschap Wonen in Vlaan-

21 Pour le nombre de chambres à coucher, on utilise la variable « nombre de pièces » (HH030), étant donné que la variable spécifique « nombre de chambres à coucher » n›est pas disponible dans les données EU-SILC. La variable « nombre de pièces » ne comprend pas : la cuisine, les salles de bains, la véranda, le hall d›entrée et les couloirs. En soustrayant une unité de cette variable (qui représente le séjour), il est possible d›estimer le nombre de chambres à coucher.

deren, communication personnelle, 20 août 2024) et pour la Wallonie (Société Wallonne du Logement, communication personnelle, 6 juin 2025). Les trois ensembles de données comprennent 27 748 loyers pour Bruxelles, 121 098 loyers pour la Flandre et 68 382 loyers pour la Wallonie. Les ensembles de données ne comprennent pas d'informations supplémentaires permettant une sélection sur la base de critères de qualité. Étant donné que le loyer social dépend de la composition du ménage et de son revenu (qui est aussi, en partie, déterminé par la composition du ménage), nous calculons ici un montant de référence pour le loyer social par composition de ménage plutôt que par nombre de chambres à coucher.

Le choix s'est porté sur le loyer privé et social médian plutôt que sur la moyenne, car cette dernière peut être fortement influencée par des logements dont les loyers sont extrêmement élevés ou bas. En outre, le premier quartile n'a pas été retenu pour le loyer privé, parce qu'il est tenu compte de la pénurie sur le marché locatif. Les ménages à la recherche d'un logement approprié en dessous d'un certain niveau de prix se voient ainsi offrir un choix, certes limité, mais tout de même existant. Étant donné que les données se rapportent à l'année 2023, nous les indexons en mai 2024 sur la base des sous-indices des loyers sociaux et privés des trois régions.

6.4.1.2 *Les loyers régionaux pour la location privée et sociale*

Il ressort des tableaux ci-dessous que les loyers privés médians sont les plus élevés à Bruxelles, les plus bas en Wallonie et se situent dans la moyenne en Flandre. Cette tendance demeure consistante pour les logements comprenant entre une et quatre pièces ou plus. À Bruxelles, les loyers médians sont de 8 % à 42 % plus élevés qu'en Flandre, et de 34 % à 64 % plus élevés qu'en Wallonie. Les différences de loyers privés entre les trois régions sont significatives ($p < 0,05$). En général, le loyer privé médian augmente en fonction du nombre de chambres à coucher, à l'exception des logements de plus de quatre pièces à Bruxelles et en Wallonie.

Pour la plupart des ménages types, les loyers sociaux médians sont les plus bas en Wallonie. Sauf pour les personnes seules avec un ou deux enfants, pour lesquelles le loyer social médian est légèrement plus bas en Flandre qu'en Wallonie. Pour les autres ménages types, les loyers sociaux médians sont les plus élevés en Flandre. Dans les trois Régions, le loyer social médian est le plus bas pour une personne isolée sans enfant et le plus élevé pour un couple sans enfant.

Le loyer médian d'un logement social représente de 38 % (personne isolée avec deux enfants à Bruxelles) jusqu'à 86 % (couple sans enfant en Wallonie) du loyer médian sur le marché privé. Pour tous les ménages types, l'avantage financier est le plus important à Bruxelles (entre 253 et 589 euros par mois) et le plus faible en Wallonie (entre 73 et 299 euros par mois). En Flandre, l'avantage financier varie entre 103 et 435 euros par mois.

Tableau 6.1 – *Loyers privés médians à Bruxelles, la Flandre et la Wallonie, montants mensuels indexés, mai 2024*

		Bruxelles	Flandre	Wallonie
1 chambre à coucher	Médiane	735	651	517
	Nombre	*419*	*186*	*143*
2 chambres à coucher	Médiane	840	724	621
	Nombre	*409*	*469*	*312*
3 chambres à coucher	Médiane	945	760	631
	Nombre	*155*	*411*	*304*
4 chambres à coucher	Médiane	1 102	776	673
	Nombre	*44*	*164*	*213*
Plus de 4 chambres à coucher	Médiane	892	828	667
	Nombre	*30*	*147*	*210*

Tableau 6.2 – *Loyers sociaux médians à Bruxelles, en Flandre et en Wallonie, montants mensuels, 2024*

		Bruxelles	Flandre	Wallonie
Personne isolée	Médiane	316	317	303
	Nombre	*15 374*	*70 251*	*41 405*
Personne isolée + 1 enfant	Médiane	357	337	341
	Nombre	*2 157*	*8 220*	*7 497*
Personne isolée + 2 enfants	Médiane	356	325	332
	Nombre	*1 424*	*4 918*	*4 495*
Couple	Médiane	482	548	444
	Nombre	*5 391*	*25 851*	*8 493*
Couple + 1 enfant	Médiane	439	463	422
	Nombre	*1 622*	*6 156*	*3 119*
Couple + 2 enfants	Médiane	434	484	399
	Nombre	*1 780*	*5 702*	*3 373*

6.4.1.3 *Loyer et efficacité énergétique du logement*

Comme indiqué précédemment, les loyers régionaux médians susmentionnés ne tiennent pas compte des caractéristiques énergétiques du logement. Des études ont démontré que les logements écoénergétiques ont un loyer plus élevé sur le marché locatif privé (voir, entre autres, S. Pradella & M. Kryvobokov, 2020 ; Vastmans, 2022 ; Verbeeck *et al.*, 2019). Afin d'examiner si les caractéristiques écoénergétiques ont une incidence sur le loyer, les données EU-SILC de 2023 ont été analysées pour les logements de qualité en Belgique – à savoir : les logements disposant de commodités de base, telles qu'une toilette et une salle de bains, et ne présentant pas de dégâts dus

à l'humidité. L'analyse a également porté sur le type de vitrage et sur la possibilité de maintenir le logement à une chaleur confortable en hiver[22]. Compte tenu de l'échantillon limité, il n'a pas été possible de reprendre dans l'analyse les différences régionales en matière de loyers médians.

Tableau 6.3 – Loyers médians et nombre d'observations sur lesquelles la médiane est basée en Belgique en fonction du scénario énergétique, montants mensuels, mai 2023

		Type de vitrage		
Système de chauffage et isolation thermique		**Négatif** (simple ou simple combiné à un autre) type de vitrage)	**Positif** (double, triple ou combinaison des deux)	**Total**
Négatif (incapacité de maintenir le logement confortablement chaud)	**Médiane**	**600**	**613**	**600**
	Nombre	*35*	*128*	*163*
Positif (capacité de maintenir le logement confortablement chaud)	**Médiane**	**580**	**650**	**650**
	Nombre	*109*	*1 222*	*1 333*
Total	**Médiane**	**580**	**650**	**650**
	Nombre	*144*	*1 352*	*1 498*

Source : calculs HIVA sur la base de l'EU-SILC 2023

Notre analyse confirme les études précédentes et montre dans le tableau 3 que le loyer médian des logements locatifs belges ayant au moins du double vitrage (650 euros/mois) est 12 % plus élevé que celui des logements dotés de simple vitrage ou d'une combinaison de simple et double vitrage (580 euros/mois). Même lorsque, indépendamment de leurs ressources financières, les ménages peuvent chauffer confortablement leur logement, le loyer médian (650 euros/mois) est 8 % plus élevé que lorsqu'ils n'ont pas la capacité de le faire (600 euros/mois)

Comme il a déjà été mentionné, il n'existe pas de données transrégionales belges comparables qui permettent de tenir compte des éléments de qualité énergétique d'un logement afin de pouvoir déterminer un loyer médian pour les trois régions. Les loyers médians dans le tableau 6.1 sont fournis à titre indicatif, comme une limite inférieure du budget dont les personnes ont besoin pour pouvoir louer un logement de qualité suffisante sur le marché locatif privé. Lorsqu'un logement est supposé être de qualité énergétique, son loyer réel sera donc très probablement plus élevé.

22 Concrètement, l›analyse a été effectuée sur la base des variables HC004 (type de vitrage) et HC060 (appréciation subjective de la capacité du système de chauffage et de l›isolation thermique à maintenir le logement confortablement chaud en hiver).

6.4.2 Le calcul des frais de consommation nécessaires

Le coût des services de base, tels que l'énergie et l'eau courante, constitue un élément essentiel du budget des ménages. Afin d'estimer de façon réaliste le budget minimal nécessaire pour le chauffage et l'électricité, compte tenu des hypothèses précitées, un coût est calculé, qui varie en fonction de la situation de vie (ménage type et statut d'activité des adultes du ménage), de la source d'énergie utilisée et des différences de prix régionales. Le coût minimal pour l'eau courante est déterminé de la même manière. Dans le présent paragraphe, nous expliquons la méthodologie utilisée pour ces calculs et présentons les résultats.

6.4.2.1 *Le calcul des coûts énergétiques nécessaires*

Pour calculer le budget minimal nécessaire pour le chauffage du logement et la consommation d'eau chaude sanitaire, nous partons des hypothèses formulées ci-dessus (voir 6.2.2.1). Nous calculons la quantité moyenne d'énergie lorsque les ménages se chauffent avec une chaudière à condensation au gaz naturel pour les trois types de logements mentionnés (appartement, maison mitoyenne et maison individuelle), compte tenu de la taille variable du logement en fonction du type de ménage. Nous procédons ensuite à une conversion vers la consommation d'une chaudière au mazout standard. Puis nous multiplions ces quantités par les prix énergétiques pertinents. Pour les ménages qui se chauffent avec une chaudière à condensation au gaz naturel, nous utilisons la moyenne trimestrielle (Q2 2024) du prix commercial du gaz naturel pour les trois régions belges, telle qu'elle est publiée dans les tableaux de bord de la Commission de régulation de l'électricité et du gaz (CREG, s.d.). Ces prix sont ultérieurement corrigés (lire « augmentés »), car les prix unitaires pour une consommation plus faible sont relativement plus élevés que les prix CREG pour une consommation moyenne. Pour les ménages qui se chauffent à l'aide d'une chaudière au mazout standard, le coût de l'énergie est calculé sur la base du prix moyen national du mazout pour le deuxième trimestre de l'année 2024.

Les ménages financièrement vulnérables ont droit à un tarif social pour l'énergie, qui sera calculé par la CREG quatre fois par an (SPF Économie, s.d., b). Les ménages financièrement vulnérables qui se chauffent au mazout (ou au gaz propane ou au pétrole lampant) ont droit à une allocation du Fonds social Chauffage (Fonds social Chauffage, s.d.). Nous ne tenons pas compte ici de la réduction accordée par le biais du tarif social pour le gaz et l'électricité ni de la prime versée par le Fonds social Chauffage.

Pour calculer le coût de l'électricité, nous procédons de la même manière que pour le calcul du coût du gaz naturel. Ici aussi, les prix commerciaux de l'électricité publiés par

la CREG pour les trois régions belges (CREG, s.d.) sont corrigés en cas de consommation inférieure à la moyenne.

Le tableau 6.4 montre que le coût total du panier énergétique normatif pour le deuxième trimestre 2024 varie entre 89 euros par mois pour une personne isolée active en Flandre qui chauffe son logement au gaz naturel et 181 euros par mois pour un ménage bruxellois avec deux enfants en pleine croissance, dont les deux parents sont sans emploi et qui chauffent leur logement au mazout. Les coûts énergétiques ne peuvent être individualisés que de façon limitée. Le coût énergétique, par exemple, pour un couple avec deux enfants âgés respectivement de 8 et 15 ans ne représente que 60 % du coût énergétique d'une personne isolée. Le prix du mazout est fixé au niveau national et ne varie donc pas d'une région à l'autre. Ce n'est pas le cas pour les prix du gaz naturel et de l'électricité. Dans ce contexte, la Flandre se profile comme la région la moins chère, avec des prix d'électricité inférieurs de 8 % et 11 % à ceux qui sont respectivement en vigueur en Wallonie et à Bruxelles, et avec des prix du gaz naturel qui sont respectivement inférieurs de 14 % et 13 %.

***Tableau 6.4** – Budget normatif total pour l'énergie pour quatre types de ménages, montants mensuels, mai 2024, logement de qualité, montants mensuels Q2 2024*

	Bruxelles		**Flandre**		**Wallonie**	
	Mazout et électricité	Gaz naturel et électricité	Mazout et électricité	Gaz naturel et électricité	Mazout et électricité	Gaz naturel et électricité
Non-actifs						
Personne isolée	113	110	106	97	111	109
Personne isolée + 2 enfants (2, 4 ans)	160	156	151	137	157	154
Couple	131	128	123	113	129	126
Couple + 2 enfants (8, 15 ans)	181	176	170	155	178	174
Actifs						
Personne isolée	104	101	98	89	103	100
Personne isolée + 2 enfants (2, 4 ans)	149	145	140	127	146	143
Couple	121	118	114	104	119	117
Couple + 2 enfants (8, 15 ans)	169	164	159	144	166	162

6.4.2.2 *Le calcul du coût nécessaire de l'eau courante*

Le prix de l'eau se compose dans les trois régions toujours d'un montant fixe de base et d'une partie variable. Les tarifs, tant pour la partie forfaitaire que pour la partie variable, diffèrent selon la région. À Bruxelles, il n'existe qu'une seule société de distribution d'eau, ce qui fait que le prix est le même pour tous les Bruxellois. En Flandre et en Wallonie, plusieurs sociétés de distribution d'eau sont actives et le coût de la consommation d'eau peut varier en fonction du lieu de résidence.

Le tableau 6.5 illustre le budget « eau » nécessaire. Pour la Wallonie et la Flandre, il s'agit du prix moyen pondéré, toutes compagnies des eaux confondues, en tenant compte du nombre de ménages par compagnie des eaux. Nous constatons ainsi qu'une personne isolée paie le moins à Bruxelles (15,4 euros), suivie de la Wallonie (16,1 euros) et de la Flandre (21,6 euros).

***Tableau 6.5** – Budget « eau » normatif total pour quatre types de ménages, logement de qualité, montants mensuels, mai 2024*

	Bruxelles	Flandre	Wallonie
Non-actifs			
Personne isolée	15,4	21,6	16,1
Personne isolée + 2 enfants (2, 4 ans)	29,0	33,7	32,2
Couple	24,7	30,5	27,1
Couple + 2 enfants (8, 15 ans)	40,6	45,2	45,9
Actifs			
Personne isolée	14,5	20,5	15,2
Personne isolée + 2 enfants (2, 4 ans)	28,1	32,6	31,2
Couple	23,8	29,4	26,0
Couple + 2 enfants (8, 15 ans)	39,7	44,2	44,9

Pour les autres ménages types, le prix de l'eau courante est également le plus bas à Bruxelles, même si les différences avec la Flandre sont moins importantes pour les personnes isolées. En revanche, en Wallonie, les différences de prix avec Bruxelles sont plus importantes pour les familles nombreuses.

6.4.3 Le calcul des coûts nécessaires pour l'entretien et les réparations

Concernant le nettoyage et le grand entretien du logement, nous sélectionnons le prix le plus avantageux pour les produits et le matériel de nettoyage. Pour ces produits, nous considérons les prix chez Colruyt, IKEA et Brico. Si les produits ne sont pas disponibles

dans l'offre en ligne de Brico, nous sélectionnons successivement Hubo et Gamma pour déterminer les prix. Ces derniers magasins étant moins bien répartis en Wallonie, nous privilégions Brico pour noter les prix. Le prix de l'aspirateur est valorisé chez Vanden Borre. Nous sélectionnons l'aspirateur le moins cher qui satisfait aux critères de qualité prédéfinis (700 W, aspirateur traîneau). Pour le prix de l'entretien d'une chaudière à mazout, nous demandons à des techniciens de chaque région d'établir une offre. Nous prenons ensuite la moyenne des offres soumises pour chaque région. Nous indexons ces prix tous les six mois sur la base des sous-indices appropriés des prix à la consommation.

6.4.4 Le calcul des coûts nécessaires pour la sécurité

Pour l'offre des services bancaires de base, le montant de référence correspond au coût annuel maximal qui est fixé par la loi du 24 mars 2003 instaurant un service bancaire de base et qui est d'application dans toute la Belgique. Étant donné qu'en Belgique, un (premier) lecteur de carte bancaire est mis gratuitement à la disposition des particuliers par les plus grandes banques belges, nous ne prévoyons pas de budget à cet effet.

Pour déterminer le budget de référence pour les assurances, nous utilisons les outils disponibles qui sont proposés par les services agréés par l'Autorité pour les services financiers et les marchés, le surveillant belge des banques, des assureurs et des entreprises d'investissement. Les produits destinés à la prévention des incendies et des intoxications au monoxyde de carbone sont valorisés chez Brico et Gamma.

Les produits destinés à assurer la sécurité physique des personnes âgées sont valorisés au prix le plus bas chez Brico, Hubo et IKEA. Le portillon de sécurité et le babyphone sont respectivement achetés au prix le plus bas chez Dreambaby et Vanden Borre ou Multimedia.

6.5 Le budget de référence pour le logement et la sécurité

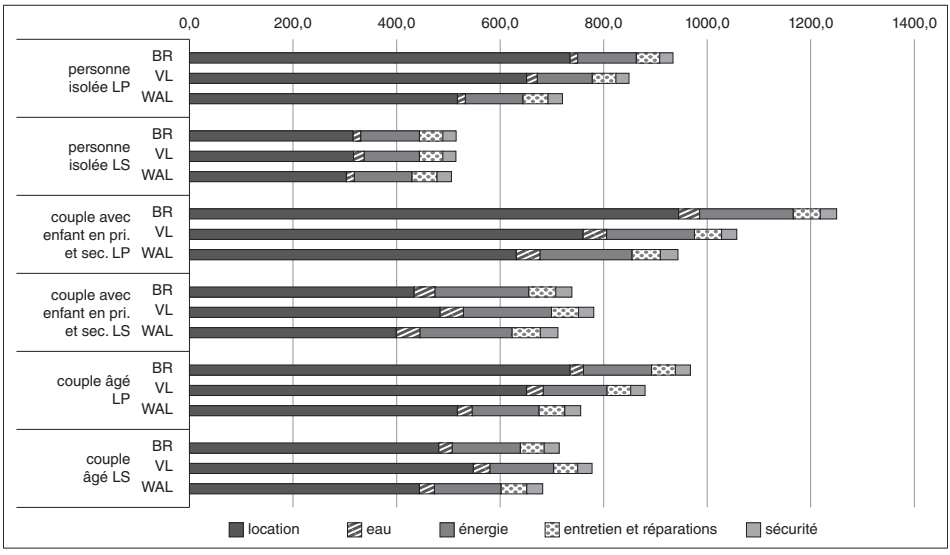
Le budget de référence pour le logement et la sécurité est illustré à l'aide de trois ménages types qui louent un logement privé ou social. Il ressort de la figure 6.1 que les frais de location constituent la principale dépense au sein de ce budget. Lors d'une location privée, les frais de location représentent en moyenne, dans les trois régions, entre 71 % (pour un couple avec deux enfants) et 76 % (pour une personne isolée) du budget réservé au logement. Pour les logements locatifs sociaux, cette part diminue respectivement à 59 % et 61 %.

Bien que les loyers médians soient plus élevés pour les grands logements, les personnes isolées supportent une charge financière relativement plus lourde pour la loca-

tion par rapport aux familles nombreuses qui bénéficient d'avantages d'échelle. Comme nous calculons le coût du loyer sur le marché privé du logement aussi bien pour les personnes isolées que pour les couples sur la base du loyer médian des logements de qualité avec une seule chambre à coucher, le budget de référence pour la location est le même pour ces deux ménages types. Plus le nombre de chambres à coucher nécessaires augmente, plus ce budget augmente aussi. Parmi les trois régions, c'est Bruxelles qui affiche les loyers les plus élevés sur le marché privé, suivie par la Flandre, les loyers étant les plus bas en Wallonie.

Lorsque les ménages types peuvent louer un logement sur le marché du logement social, le budget « logement » diminue considérablement : de 214 euros/mois (pour une personne isolée en Wallonie) à 511 euros/mois (pour un couple avec deux enfants à Bruxelles). Ce sont surtout les couples avec deux enfants qui tirent un avantage financier important du passage à la location sociale. En règle générale, les loyers sociaux sont les plus bas en Wallonie, bien que ce ne soit pas le cas pour toutes les compositions familiales. Pour les personnes isolées avec des enfants, par exemple, le loyer social est plus bas en Flandre qu'en Wallonie. Il est également frappant de constater que, pour certains ménages types, comme les personnes isolées et les personnes âgées, le loyer social médian est plus élevé en Flandre qu'à Bruxelles.

Figure 6.1 – *Le budget « logement » de référence pour les ménages types illustratifs, où les adultes ne travaillent pas, pour Bruxelles, la Flandre et la Wallonie de location privée (LP) et location social (LS). Montants mensuels, mai 2024*



Source : propres calculs, voir le texte pour les sources sous-jacentes et le mode de calcul.
Note : LP= logement privé; LS = logement social.

En moyenne, toutes régions confondues, les montants de référence pour l'eau s'élèvent à 17,0 euros/mois pour une personne isolée, à 29,1 euros/mois pour un couple âgé et à 43,9 euros/mois pour un couple avec un enfant dans l'enseignement primaire et secondaire. La Flandre affiche des montants de référence légèrement plus élevés en raison de la structure tarifaire supérieure. Pour l'énergie, les montants de référence basés sur les prix du mazout s'élèvent en moyenne, pour les trois régions, à 110,2 euros/mois pour une personne isolée, à 127,6 euros/mois pour un couple âgé et à 176,1 euros/mois pour un couple avec un enfant dans l'enseignement primaire et secondaire. Le budget « énergie » est le plus bas en Flandre en raison des prix moins élevés pour l'électricité. Lors du calcul de ces budgets, il n'est pas tenu compte des tarifs sociaux.

Le budget « logement » comprend aussi les montants de référence pour l'entretien quotidien, les travaux de maintenance plus importants et les réparations du logement. Ce budget varie pour les ménages types entre 46,3 et 53,6 euros/mois. Et, enfin, un budget est également prévu pour la sécurité, qui comprend le coût minimal des assurances, des services bancaires et des articles de prévention. Ce budget varie entre 26,1 euros/mois et 31,7 euros/mois pour les ménages types susmentionnés.

Le budget de référence total pour le logement privé varie entre 720,1 euros/mois pour une personne isolée en Wallonie et 1 250,1 euros/mois pour un couple avec deux enfants à Bruxelles, où le montant s'avère donc le plus élevé. On observe une tendance similaire dans le secteur de la location sociale : le montant de référence pour une personne isolée est le plus bas en Wallonie (505,7 euros/mois) et le plus élevé pour un couple âgé en Flandre (777,5 euros/mois).

6.6 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ?

Les groupes de discussion ont révélé que les ménages financièrement vulnérables sont souvent contraints de louer des logements moins chers et de moindre qualité. Ce constat est corroboré par des études scientifiques (voir, entre autres, Ansaloni & Heylen, 2023 ; Fusco, 2015 ; Verbeeck *et al.*, 2019b). Les travailleurs de terrain aussi constatent souvent que les locataires vulnérables sont sous-protégés et que leurs revenus sont insuffisants pour pouvoir payer le loyer demandé, ainsi que les autres frais de consommation (Bogaerts, 2019 ; Crisisplatform Wonen, 2017 ; Vlaamse Woonraad, 2019).

L'avantage pour les ménages vivant dans la pauvreté de payer un loyer moins élevé pour un logement de moindre qualité est souvent (partiellement) réduit à néant en raison des coûts énergétiques plus élevés. Les logements mal isolés, les systèmes de chauffage vétustes et les appareils insuffisamment écoénergétiques entraînent une consommation

énergétique plus élevée, ou, en cas de restrictions budgétaires, une qualité résidentielle plus faible. En raison de leurs ressources financières limitées, ils ne peuvent de surcroît pas investir dans des mesures d'efficacité énergétique susceptibles d'augmenter leur niveau de confort (Fondation Roi Baudouin, 2024).

Dans certaines situations, on constate que les ménages à faibles revenus dépensent parfois bien moins en énergie que le budget normatif calculé à cet effet. Cette situation est due à plusieurs facteurs. La sous-utilisation en est un. Les ménages à faibles revenus s'avèrent souvent être des experts en matière d'économie d'énergie (Van Thielen & Storms, 2013). En outre, de nombreux clients des CPAS ont droit à des tarifs sociaux pour le gaz et l'électricité.

La faisabilité du budget « eau » normatif dépend en grande partie de la capacité de disposer d'appareils économes en eau, comme une tête de douche à débit réduit, un lave-linge à faible consommation d'eau et une toilette dotée d'une chasse à faible débit. Nous avons calculé que, lorsque les ménages ne sont pas en mesure de disposer de ces appareils, le coût minimal de la consommation d'eau essentielle est de 35 % à 76 % plus élevé, selon le type de ménage. Certains ménages paient même dans ce cas le tarif de confort. À l'inverse, lorsque les ménages ont accès aux eaux de pluie et qu'ils peuvent les utiliser pour laver, nettoyer et tirer la chasse d'eau des toilettes, leur facture d'eau diminue de 14 % à 46 %.

Pour les opérations bancaires, seul le tarif maximal du forfait « services bancaires de base » est pris en compte. Lorsque les personnes ont besoin d'autres services ou d'assistance (p. ex. faire effectuer un virement par un employé de banque), des frais supplémentaires leur sont souvent facturés. Pour les personnes moins familiarisées avec le numérique qui souhaitent, par exemple, recevoir leurs relevés de compte sur papier, le budget de référence pour les opérations bancaires risque alors d'être insuffisant. Certaines banques facturent également des frais pour un deuxième ou un nouveau lecteur de cartes bancaires. Et, enfin, lorsque les personnes bénéficient d'un accompagnement budgétaire de la part d'un CPAS, elles ne peuvent généralement pas choisir l'établissement financier auprès duquel elles ouvrent un compte budgétaire et un compte de prélèvement aux fins de la gestion budgétaire et de la médiation de dettes. Le coût d'un service bancaire de base ne suffit généralement pas pour ces ménages.

6.7 Conclusion

Un logement de qualité, payable et offrant une sécurité d'occupation suffisante est essentiel pour pouvoir participer pleinement à notre société.

Par logement de qualité, il convient d'entendre aussi bien la qualité technique de la construction que la qualité de l'environnement intérieur et le taux d'occupation. Un prix abordable est un deuxième critère avancé pour garantir le droit au logement. Compte tenu de la pénurie sur le marché locatif, nous basons le budget de référence pour la location privée sur le loyer médian pour un logement de qualité, tel que recensé dans l'EU-SILC. Pour déterminer le budget de référence pour le logement social, nous faisons appel aux données administratives des sociétés régionales de logement social. Étant donné que les loyers varient considérablement d'une région à l'autre, et que le loyer représente une partie significative des budgets de référence, il est important de remplacer le loyer médian dans les applications pratiques par le loyer réellement payé. Les loyers calculés dans les budgets de référence ne peuvent donc pas être considérés comme indicatifs pour l'octroi d'une aide financière. La sécurité d'occupation constitue un troisième objectif visant à garantir le droit au logement. « La possibilité de continuer à habiter dans le logement aussi longtemps que l'occupant le souhaite » est étroitement liée à la qualité et à l'accessibilité financière du logement.

Outre le coût de la location d'un logement, les ménages doivent aussi faire face à des dépenses indispensables pour pouvoir l'éclairer et le chauffer suffisamment. Ils doivent également avoir accès à suffisamment d'eau potable. En collaboration avec le Centre de connaissance sur l'énergie de Thomas More, nous avons élaboré un budget « énergie » normatif lié à l'utilisation économe du chauffage, de l'éclairage et des appareils électriques dans les logements, en tenant compte de facteurs aussi bien techniques que sociaux. Sur la base d'hypothèses similaires, nous avons également élaboré un budget « eau » normatif, qui reflète le coût minimal d'une consommation d'eau économe.

Et, enfin, nous avons aussi repris dans ce panier les dépenses nécessaires pour aménager, entretenir et réparer le logement, ainsi que les coûts nécessaires pour assurer la sécurité. Ces derniers concernent aussi bien le coût minimal d'une assurance incendie et d'une assurance familiale que les coûts nécessaires pour la protection incendie. En outre, nous incluons aussi dans le panier « sécurité » les coûts liés à la détention d'un compte bancaire et d'un compte d'épargne.

Ainsi calculé, le coût total pour un logement et la sécurité (montants de mai 2024) s'élève pour une personne isolée à 934 euros à Bruxelles, à 849 euros en Flandre et à 720 euros en Wallonie. Pour un couple avec deux enfants (enseignement primaire et enseignement secondaire), ce budget de référence s'élève à 1 250 euros à Bruxelles, à 1 057 euros en Flandre et à 943 euros en Wallonie. Dans le panier « logement », la location d'un logement représente la plus grande partie du budget. En Belgique, les loyers médians varient fortement d'une Région à l'autre, ainsi qu'entre les logements privés et sociaux. À Bruxelles, dans le segment locatif privé, les loyers mensuels se situent entre 735 euros pour un logement avec une seule chambre à coucher et 945 euros pour un logement avec trois chambres à coucher. En Flandre, ces montants varient

de 651 euros (une seule chambre à coucher) à 760 euros (trois chambres à coucher). En Wallonie, les loyers sont plus bas, avec une fourchette allant de 517 euros, pour un logement avec une seule chambre à coucher, à 631 euros, pour un logement avec trois chambres à coucher. Les loyers sociaux sont nettement inférieurs. À Bruxelles, le loyer social mensuel médian s'élève à 316 euros pour une personne seule et à 482 euros pour un couple sans enfants.

En Flandre, les loyers sociaux varient de 317 euros (personne seule) à 548 euros (couple sans enfants).

Les loyers médians sont les plus bas en Wallonie : 303 euros pour le logement d'une personne seule et 399 euros pour un couple sans enfants. Les coûts minimaux pour le chauffage, l'énergie et l'eau varient de 126 euros par mois pour une personne isolée en Wallonie à 224 euros par mois pour un couple avec deux enfants en pleine croissance dans cette même région. Avec un coût moyen (toutes régions et tous ménages types confondus) de 51,4 euros par mois, l'aménagement, les réparations et l'entretien du logement ne représentent qu'une partie limitée du budget « logement ». Les coûts liés à la sécurité qui s'élèvent à 28,1 euros par mois (toutes régions et tous ménages types confondus) ne représentent pas non plus une part importante du panier global.

Références

Ahrendt, D., Dubois, H., Jungblut, J.-M., Roys, M., Nicol, S., Ormandy, D., Ezratty, V., Fox, T., Sennett, J., & Pittini, A. (2016). *Inadequate Housing in Europe : Costs and Consequences*.

Angel, S., & Bittschi, B. (2019). Housing and health. *Review of Income and Wealth*, *65*(3), 495-513.

Baker, E., Lester, L. H., Bentley, R., & Beer, A. (2016). Poor housing quality : Prevalence and health effects. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, *44*(4), 219-232. https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1197714

Belgisch antigifcentrum (s.d.). Samen tegen CO-vergiftiging. Retrieved 11.02.2025, from https://www.antigifcentrum.be/nieuws/samen-tegen-co-vergiftiging

BISA (z.d.). Sociale woningen openbare vastgoedsectoren Brussel. Ruimtelijke ordening en Vastgoed. Retrieved 16.10.2024, from https://bisa.brussels/themas/ruimtelijke-ordening-en-vastgoed/sociale-woningen

Braubach, M., Jacobs, D. E., & Ormandy, D. (2011). Environmental burden of disease associated with inadequate housing : A method guide to the quantification of health effects of selected housing risks in the WHO European Region. World Health Organization. Regional Office for Europe.

Campagna, G. (2016). Linking crowding, housing inadequacy, and perceived housing stress. *Journal of Environmental Psychology*, *45*, 252-266. https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2016.01.002

Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge.

CREG (s.d.). Marktwerking en -monitoring : Boordtabel. Retrieved 10.03.2025, from https://www.creg.be/nl/professionals/marktwerking-en-monitoring/boordtabel

De Decker, P., Pannecoucke, I., Meeus, B., Schillebeeckx, E., Verstraete, J., & Volckaert, E. (2015). *Een kader voor een daadkrachtig woonbeleid*.

De Nocker, L., Broekx, S., Vanhulsel, M., & Botterman, S. (2021). *Watergebruik 2021 door huishoudens in Vlaanderen*. Studie uitgevoerd in opdracht van de Vlaamse Milieu (Bestek KDC002) 2022/RMA/R/2669.

De Schrijver, K., Tilborghs, G., & Wildemeersch, D. (2005). *Wonen en gezondheid* (3e ed.). Brussel : Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap. Administratie gezondheidszorg. http ://lib.ugent.be/catalog/rug01 :000993278

Dear, K. B., & McMichael, A. J. (2011). *The Health Impacts of Cold Homes and Fuel Poverty*. Bmj, 342.

Doyal, L., & Gough, I. *A Theory of Human Need*. London : The Mac Millan Press LTD.

Eurostat (2021). EU Statistics on income and living conditions microdata 2004-2020, release 2 in 2021 (Version 1) [Dataset]. Eurostat. https://doi.org/10.2907/EUSILC2004-2020V.1

Eurostat (2022). EU Statistics on income and living conditions microdata 2004-2021, version 1, release 3 in 2022 [Dataset]. Eurostat. https://doi.org/10.2907/EUSILC2004-2021V.1

Eurostat (2023). EU Statistics on income and living conditions microdata, release 2 in 2023, data 2004-2022 version 1 [Dataset]. Eurostat. https://doi.org/10.2907/EUSILC2004-2022V1

Frederickx, M., Storms, B., & Cornelis, I. (2022). Implementing the right to a decent living standard in Belgium : The use of the REDI tool. In *Journal of Social Intervention : Theory and Practice* (vol. 31, n° 3, pp. 21-36).

Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity. Self and Society in the Late Modern Age.* Cambridge : Polity Press.

Grey, C. N., Schmieder-Gaite, T., Jiang, S., Nascimento, C., & Poortinga, W. (2017). Cold homes, fuel poverty and energy efficiency improvements : A longitudinal focus group approach. *Indoor and Built Environment*, *26*(7), 902-913.

Heylen, K. (2023). Woonbeleid en woningmarkt in Vlaanderen vergeleken met de buurlanden en de Belgische regio's. Steunpunt Wonen.

Heylen, K., & Vanderstraeten, L. (2019). Wonen in Vlaanderen anno 2018. Gompel&Svacina.

Hoge Gezondheidsraad. (2019). *Voedingsaanbevelingen voor de Belgische volwassen bevolking met een focus op voedingsmiddelen-2019.* Brussel : HGR NR. 9284.

Housing Europe. (2021). *The State of Housing in Europe 2021*. Housing Europe : Brussels, Belgium.

Howard, G., Bartram, J., Williams, A., Overbo, A., & Geere, J.-A. (2020). *Domestic Water Quantity, Service Level and Health*. World Health Organization. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/338044/9789240015241-eng.pdf

Howden-Chapman, P., Bennett, J., Edwards, R., Jacobs, D., Nathan, K., & Ormandy, D. (2023). Review of the impact of housing quality on inequalities in health and well-being. *Annual Review of Public Health*, *44*(1), 233-254.

Hubeau, B., & Vande Lanotte, J. (1988). Wonen in (on)zekerheid : De woonzekerheid in huur-en huisvestingsbeleid.

Huygels, X., Storms, B., Frederickx, M., & Van Den Bulck, N. (2024). Hoeveel energie is minimaal noodzakelijk ? Een referentiebudget voor energie. Expertisecentrum Energie en Expertisecentrum Budget en Financieel Welzijn, Thomas More.

Keall, M. D., Pierse, N., Howden-Chapman, P., Cunningham, C., Cunningham, M., Guria, J., & Baker, M. G. (2015). Home modifications to reduce injuries from falls in the home injury prevention intervention (HIPI) study : A cluster-randomised controlled trial. *The Lancet*, *385*(9964), 231-238.

Koning Boudewijnstichting. (2024). *Barometer Energiearmoede 2024*. Brussel : Koning Boudewijnstichting.

Kuypers, S., & Marx, I. (2022). Armoederisico in België en Europa : Het effect van vermogens en schulden. In Armoede en sociale uitsluiting : Jaarboek 2022/Coene, J.[ed.] *et al.* (pp. 83-107).

Liddell, C., Morris, C., & Lagdon, S. (2011). *Kirklees Warm Zone : The Project and its health impacts : A Cost-Benefit Analysis*.

Milisen, K., Leysens, G., Vanaken, D., Pels, J., Vlaeyen, E., Janssens, E., Dejaeger, E., Gielen, E., Bautmans, I., Balligand, E., Adriaenssens, J., Cambier, D., Goemaere, S., De Coninck, L., Vandierendonck, S., De Meester, F., Van Acker, R., Hamblok, T., & Couneson, B. (2017). Vlaamse richtlijn 'Valpreventie bij thuiswonende ouderen'.

Mohan, G. (2022). The impact of household energy poverty on the mental health of parents of young children. *Journal of Public Health*, *44*(1), 121-128.

Power, E. R. (2023). Insecure housing and the ongoing search for ontological security : How low-income older women cope. *Housing, Theory and Society*, *40*(2), 170-191.

Pradella, S., & Kryvobokov, M. (2020). Observatoire des loyers – Édition 2020 (enquête 2019) (p. 161). Centre d'études en habitat durable de Wallonie. https://cehd.be/media/1273/rapport-2020_owl-2019_final.pdf

Singh, A., Daniel, L., Baker, E., & Bentley, R. (2019). Housing disadvantage and poor mental health : A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, *57*(2), 262-272.

Sociaal Verwarmingsfonds (s.d.). Voorwaarden Sociaal Vewarmingsfonds. Retrieved 10.03.2025, from https://www.verwarmingsfonds.be/voorwaarden/wie-heeft-recht

Sociéte Wallonne du Logement. (2023). Rapport d'activités 2023 (p. 51). https://www.swl.be/images/2024/Rapport%20d'activit%C3%A9s%202023-version%20finale.pdf

Solari, C. D., & Mare, R. D. (2012). Housing crowding effects on children's wellbeing. *Social Science Research*, *41*(2), 464-476.

SPF Économie (s.d.-a). Assurance responsabilité civile familiale ou vie privée. Consulté le 25 mars 2025, à l'adresse : https://economie.fgov.be/fr/themes/services-financiers/assurances/assurance-rc-familiale-rc-vie

SPF Économie (s.d.- b). Tarif social pour l'énergie. SPF Économie. Consulté le 10.03.2025, à l'adresse : https://economie.fgov.be/fr/themes/energie/energie-sociale/tarif-social-pour-lenergie

Storms, B., & Van Thielen, L. (2024). Een referentiebudget voor huishoudelijke waterconsumptie door Belgische gezinnen. Expertisecentrum Budget en Financieel Welzijn, Thomas More.

Van Thielen, L., & Storms, B. (2013). Het maximum uit het minimum halen. Overlevingsstrategieën van mensen die moeten rondkomen met een te beperkt inkomen. Geel : Thomas More.

Van Thielen, L., Deflandre, D., Baldewijns, K., Boeckx, H., Leysens, G., Casman, M.-Th., Storms, B., & Van den Bosch, K. (2010). Minibudget. Wat hebben gezinnen nodig om menswaardig te leven in België ? https://www.researchgate.net/publication/235686519_Minibudget_Wat_hebben_gezinnen_nodig_om_menswaardig_te_leven_in_Belgie

Vaes, T., Van Eeckhoudt, M., & Moens, M. (2024). *De rekening van onze kinderen*. Antwerpen : Manteau, Standaarduitgeverij.

Vanderstraeten, L., & Ryckewaert, M. (2017). *Een nieuwe indicator voor de fysische staat van de woning*.

Vastmans, F. (2022). De huurschatter : Nieuwe resultaten, versie 4, 2022. Steunpunt Wonen. https://steunpuntwonen.be/wp-content/uploads/2023/02/WP01_Huurschatter_versie-4_EIND.pdf

Verbeeck, G., Vanderstraeten, L., & Heylen, K. (2019). *Betaalbaarheid en haalbaarheid van duurzaam wonen voor kwetsbare groepen*.

Vlaamse overheid. (2025, 10 april). *Aantal kandidaat-huurders in Vlaanderen : cijfers.* Vlaanderen.be. Retrieved from https://www.vlaanderen.be/wonen-in-vlaanderen/nieuws/aantal-kandidaat-huurders-in-vlaanderen-cijfers.

Winters, S., Buyst, E., Ceulemans, W., Elsinga, M., Heylen, K., Ryckewaert, M., Van den Broeck, K., Van der Straeten, L., Vastmans, F., & Verbeeck, G. (2018). Voorstel tot indicatoren voor het Vlaamse Woonbeleid. Versie 2018.

Winters, S., Sansen, J., Heylen, K., Van den Broeck, K., Vanderstraeten, L., & Vastmans, F. (2021). Vlaamse woonmonitor 2021. Steunpunt Wonen.

Annexe

Tableau 6.6 – Hypothèses relatives à la superficie des chambres et des logements par ménage type, en mètres carrés, 2023

	cuisine	salle de bains	chambre à coucher enfants	chambre à coucher adulte	séjour	autre	total
Personne isolée	8	6		16	20	10	60
Famille uniparentale avec 1 enfant	9	6	10	16	25	12	78
Famille uniparentale avec deux jeunes enfants	10	6	14	16	28	12	86
Famille uniparentale avec deux enfants plus âgés	10	6	20	14	28	14	92
Couple	9	6		16	25	10	66
Couple avec 1 enfant	10	6	10	16	28	12	82
Couple avec deux jeunes enfants	10	7	14	16	28	12	87
Couple avec deux enfants plus âgés	10	7	20	14	28	14	93

Source : propres calculs basés sur la législation régionale sur les exigences minimales de qualité et sur l'EU-SILC, 2023

7 LE BUDGET POUR LE REPOS ET LA DÉTENTE

Leen Van Thielen et Bérénice Storms

7.0 Introduction

Après le travail et les soins, les gens ont besoin de repos et de détente. Un bon repos nocturne et une quantité suffisante de moments de détente procurent de l'énergie et sont essentiels à une bonne santé. Ils sont également nécessaires pour permettre de bien remplir les rôles sociaux. Les possibilités de loisirs sont en outre importantes pour la constitution d'un capital social et culturel et peuvent contribuer à la cohésion sociale. Ce chapitre decrit les conditions minimales necessaires pour un bon repos nocturne et une detente saine. Pour ce faire, il s' appuie sur diverses lignes directrices, recommandations, consultations d'experts et groupes de discussions. Les questions centrales sont les suivantes : quelles sont les fonctions du repos et de la détente ? Quelle est la nature des biens et services qui remplissent ces fonctions ? À quelle fréquence doivent-ils être renouvelés ? Combien cela coûterait-il ? Comme pour les autres paniers, le contenu illustre la manière dont le budget de référence pour le repos et la détente peut être dépensé et sans inclure de recommandation.

La première section souligne l'importance d'un bon repos nocturne et ce qui est nécessaire pour pour y parvenir. Elle détaille ensuite le contenu du panier et les stratégies de prix utilisées. La deuxième section traite du budget des loisirs et de la détente. L'importance de la participation aux loisirs et aux vacances est d'abord abordée, suivie d'une discussion sur le contenu du panier et les stratégies de prix utilisées.

La troisième section donne un aperçu complet du budget de référence pour le repos et la détente. Le chapitre se termine par une réflexion critique sur les hypothèses sous-jacentes et par une conclusion.

7.1 Le budget « repos nocturne »

7.1.1 Le besoin et les conditions d'un bon repos nocturne

7.1.1.1 Un sommeil sain

Un sommeil suffisant et régulier est nécessaire pour un bon fonctionnement physique et mental (Van Dongen *et al.*, 2003 ; Verbraecken *et al.*, 2014 ; Scott *et al.*, 2021 ; Sabia

et al., 2022). Une alimentation saine et à un exercice physique suffisant, c'est un pilier essentiel de la santé (Lim *et al.*, 2023). Le sommeil peut être considéré comme une période de repos nécessaire, au cours de laquelle s'effectue la récupération psychologique et physique des efforts fournis et des réserves sont constituées pour le jour suivant (Knutson *et al.*, 2007 ; Leproult & Van Cauter, 2010 ; Walker, 2009).

Un sommeil insuffisant est associé à un risque accru de maladies chroniques telles que le diabète et les maladies cardiovasculaires, ainsi qu'à des problèmes de santé mentale. En outre, il peut entraîner une diminution de la fonction immunitaire (Ganz, 2012 ; Irwin, 2015) et le développement de surpoids ou d'obésité (Knutson, 2012 ; Ogilvie & Patel, 2017). Les personnes qui dorment trop ou pas assez présentent un risque de mortalité plus élevé que celles qui dorment suffisamment (Gallicchio & Kalesan, 2009 ; Itani *et al.*, 2017). Notre organisme résiste assez bien a un manque de sommeil temporaire, mais un manque de sommeil prolongé entraine des symptômes tels qu'irritabilité, anxieté, baisse de la capacité de concentration, une variabilité accrue des performances (tant a l'école qu'au travail), de la qualité des relations interpersonnelles et un ralentissement de la capacité de réaction (Knutson *et al.*, 2007 ; Lim *et al.*, 2023)

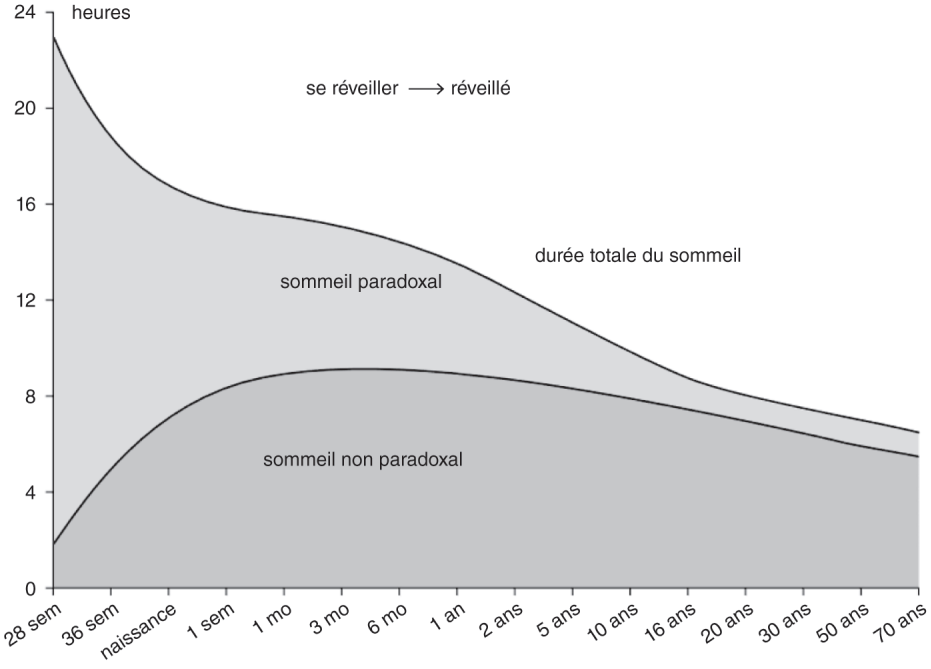
. Enfin, un manque de sommeil peut également être à l'origine d'accidents, par exemple, sur le lieu de travail ou dans la circulation (Adant, 2017 ; Lim *et al.*, 2023). Un sommeil de bonne qualité est donc nécessaire à la fois pour être en bonne santé et pour remplir correctement les rôles sociaux de manière autonome.

La qualité du sommeil est déterminée par l'interaction de plusieurs facteurs (voir, p. ex. Hale *et al.*, 2015). Tout d'abord, il y a les facteurs dits « personnels ». Ainsi, le bien-être mental et le stress ont une incidence évidente sur la qualité du sommeil. Des causes médicales telles que l'apnée du sommeil, le syndrome des jambes sans repos ou la narcolepsie provoquent également souvent des problèmes de sommeil. En outre, des comportements personnels ou certaines activités peu avant le coucher, comme le fait de fumer, de boire du café ou de l'alcool, de manger, de s'exposer à la lumière bleue ou le travail posté, ont une influence négative évidente sur la qualité du sommeil. Une deuxième catégorie apparente est celle des facteurs environnementaux. Exemples : bruit, lumière, températures ou odeurs inappropriées. Vivre dans un quartier à faible statut socio-économique ou à faible cohésion sociale est également associé à un sommeil de mauvaise qualité. Les facteurs personnels et environnementaux peuvent tous avoir une influence négative sur le rythme circadien d'un individu (Kruijtbosch *et al.*, 2008 ; Hale *et al.*, 2015 ; Adant, 2017). Des recherches récentes montrent que le fait de vivre dans la pauvreté a une influence évidente sur la qualité du sommeil des enfants et des adultes (Bagley *et al.*, 2018 ; Patel *et al.*, 2010).

Le nombre d'heures de sommeil est propre à chaque individu, et tout le monde n'a pas besoin de la même quantité de sommeil (Kuin & Boyer, 2020). Le sommeil est un sys-

tème autorégulé qui s'adapte normalement aux besoins. Le cerveau régule lui-même le sommeil. Par exemple, après une maladie ou de fortes émotions, le cerveau prévoit plus de sommeil. Certaines personnes récupèrent avec moins de sommeil (petits dormeurs), tandis que d'autres dorment dix heures ou plus par jour (grands dormeurs). La quantité de sommeil dont une personne a besoin évolue constamment au cours de sa vie. Un nouveau-né dort les deux tiers de la journée. Chez le jeune adulte, le sommeil atteint sa durée normale, avec une durée moyenne de sept heures et demie. Vers l'âge de 45 ans se produisent des changements dans le sommeil. On s'endort moins vite, se réveille plus souvent et plus longtemps, et le sommeil est moins profond. Avec l'âge, l'efficacité du sommeil diminue et la probabilité de se réveiller pendant le sommeil augmente. Le schéma diurne influe également sur le sommeil ; une personne très active en journée aura besoin de plus de bonnes heures de sommeil que quelqu'un de moins actif. La variation des besoins en sommeil en fonction de l'âge est illustrée dans la figure ci-dessous (Universitair Ziekenhuis Gent ; Verbeek, 2010 ; Kuin & Boyer, 2022).

***Figure 7.1** – Durée moyenne de sommeil selon les différents groupes d'âge.*



Note : repris sans modifications de M. Kuin & B. Boyer, 2020, p. 19.

Pour garantir un bon repos nocturne, il est recommandé de ne pas utiliser de somnifères, ou pas de façon continue. Il est important de se coucher et de se lever toujours à la même heure, de faire suffisamment d'exercices, d'éviter les boissons contenant de la caféine et les écrans avant le coucher, et de veiller à ce que la chambre à coucher soit

bien ventilée, sans bruit ni pollution lumineuse. Une température de 16 à 18 degrés dans la chambre à coucher assure la baisse de température nécessaire pour bien s'endormir. Se détendre avant le coucher augmente les chances d'un bon repos nocturne (Coenen, 2006 ; Adrien *et al*., 2013). Outre ces facteurs, la qualité du lit joue également un rôle. Étant donné que ceci a un lien direct avec les biens nécessaires pour le panier « repos nocturne », nous y reviendrons plus en détail dans ce qui suit.

7.1.1.2 Le système de couchage

On entend par système de couchage la combinaison matelas, sommier et oreiller. Ces trois éléments constituent ensemble un système de couchage complet qui offre un confort et un soutien optimaux. Les fabricants utilisent de plus en plus de données scientifiques lors du développement de systèmes de couchage, et les scientifiques reconnaissent que les caractéristiques du système de couchage affectent la qualité du sommeil (p. ex. Caggiari *et al.*, 2021). Le matelas surtout détermine le confort du système de couchage. Qui veut investir dans le confort du sommeil investira donc avant tout dans le matelas. Cependant, par définition, plus cher ne signifie pas meilleur (Coenen, 2006, UZ Leuven, 2015).

Lee & Park (2006) ont mené une étude expérimentale dans laquelle ont été testés les effets de matelas confortables et inconfortables. Ils ont conclu que les matelas inconfortables ne soutiennent pas suffisamment le corps, de telle sorte qu'il est plus difficile pour les personnes de parvenir à un sommeil profond et qu'elles bougent plus. Un matelas confortable améliore la qualité du sommeil. La définition d'un matelas confortable est souvent très personnelle et dépend de facteurs tels que le poids, la position de sommeil ou la température ambiante. Selon Verbraecken (2014), une seule ligne directrice s'applique ici : « choisissez ce qui est confortable ». En revanche, des analyses systématiques plus récentes de la littérature montrent qu'un matelas de dureté moyenne est le meilleur pour favoriser la qualité du sommeil et éviter les problèmes de dos (Radwan *et al.*, 2015 ; Caggiari *et al.*, 2021).

Il est également important qu'un matelas garantisse un bon microclimat pour la température du corps et le taux d'humidité. Il doit tenir le dormeur au chaud, tout en étant suffisamment perméable à l'humidité. Le poids du corps joue un rôle dans le choix de la dureté du matelas. Les personnes plus lourdes ont besoin d'un matelas plus dur que les personnes plus légères. C'est pourquoi il est recommandé pour un lit double d'acheter deux matelas séparés.

Tout comme la dureté, l'épaisseur d'un matelas influe sur la profondeur à laquelle le corps s'y enfonce. Un matelas épais offre plus de confort qu'un matelas fin. L'épaisseur est également influencée par le type de sommier. Le matelas et le sommier doivent être

bien assortis pour offrir un soutien optimal au corps. Aujourd'hui, l'épaisseur des matelas varie de 13 à 25 centimètres. Ceux à ressorts ont généralement une épaisseur de 22 à 25 centimètres. Ceux en mousse, d'une épaisseur de 13 à 17 centimètres, offrent un soutien suffisant lorsqu'ils sont placés sur un support offrant une bonne assise (UZ Leuven, 2015).

Il existe de nombreux types de matelas, tels que en mousse, à ressorts, à ressorts combinés, à eau et modulaires. Un bon matelas peut offrir un bon soutien pendant une dizaine d'années (UZ Leuven, 2015). La durée de vie peut être prolongée par un entretien adéquat, en retournant et en aérant le matelas tous les trois mois, ainsi qu'en passant régulièrement l'aspirateur sur les deux faces.

Un bon oreiller soutient la nuque dans les différentes positions du corps et remplit le creux sous la nuque. Le choix de l'oreiller dépend de la position de sommeil (sur le dos ou sur le côté), de la fermeté du matelas et des caractéristiques corporelles personnelles. Les oreillers en duvet et en plumes sont déformables et peuvent offrir un bon soutien. L'inconvénient est qu'ils peuvent s'aplatir assez rapidement, ce qui diminue le soutien. Les oreillers en mousse (latex) offrent un bon soutien et ont de bonnes propriétés d'isolation thermique. Les inconvénients ci-dessus sont également valables pour la mousse à mémoire de forme. Les oreillers remplis de matériaux naturels peuvent offrir un bon soutien et sont souvent bien absorbants. Un oreiller sera idéalement remplacé tous les trois ans (UZ Leuven, 2015).

Les labels ou marques peuvent servir de preuve que certains critères sociaux, environnementaux et de qualité sont respectés. L'acheteur a ainsi la garantie que le matelas acheté répond à des exigences plus élevées que les exigences légales minimales dans l'Union européenne (Institut fédéral pour le développement durable, 2016). Parmi les labels de qualité qui peuvent s'appliquer aux matelas, citons le label CE, le label Oeko-Tex et le certificat CertiPUR.

Le sommier est moins important que le matelas, mais les deux doivent être coordonnés (Consumentenbond, 2024). Selon l'UZ Leuven (2015), les lignes directrices générales suivantes s'appliquent. Un bon sommier à lattes suit les contours du corps et est idéalement divisé en différentes zones de soutien. En général, ces zones de soutien peuvent elles-mêmes être adaptées. Pour un lit double, il est recommandé de prendre deux sommiers à lattes séparés. Pour un bon repos nocturne, la colonne vertébrale du dormeur doit pouvoir se détendre au maximum grâce au matelas. En position sur le dos, la surface doit suivre les courbes naturelles de la colonne vertébrale ; en position latérale, la colonne vertébrale doit plutôt former une ligne droite.

La longueur optimale du lit est de 20 à 30 centimètres de plus que la longueur du corps. Pour entrer et sortir facilement du lit, il faut une hauteur minimale de 45 centimètres, le

dessus du matelas se trouvant juste au-dessous du creux du genou. La distance entre le sol et le sommier doit être d'au moins 25 centimètres afin de laisser suffisamment d'espace pour la ventilation du matelas. La largeur minimale d'un lit est la largeur des épaules plus 40 centimètres. Pour un lit double, on peut considérer 160 centimètres (Regaud & Roosen, 1997 ; UZ Leuven, 2015).

Contrairement aux adultes, chez les bébés et les jeunes enfants, c'est l'ensemble du système de couchage qui est important (*Enfance et Famille*, 2024). Il existe des normes européennes pour les lits pour enfants (label EN 716). Un bon lit d'enfant comporte une ligne ou un autre marquage à l'intérieur qui indique la hauteur maximale du matelas. Le lit et le cadre de lit doivent être solides et stables. La longueur du lit peut varier de 90 à 140 centimètres. Les arêtes et les pointes doivent être arrondies ou recouvertes. Le sommier est de préférence à lattes (avec une distance maximale de 6 cm entre les lattes) ou à grille, d'un diamètre maximal de 8,5 centimètres. Ces sommiers assurent une bonne ventilation et réduisent le risque de mort subite du nourrisson.

Pour les bébés, un lit à barreaux est idéal, car il permet une bonne circulation de l'air et une bonne régulation de la température. L'idéal est un lit à quatre parois à barreaux, mais des parois avant et arrière fermées sont également possibles. La distance entre les barreaux doit être comprise entre 4,5 centimètres et 6,5 centimètres. Il est recommandé de ne pas utiliser de lits de voyage, de camping. Le matelas doit avoir une épaisseur d'au moins 8 cm et s'adapter parfaitement au lit. La distance entre le côté supérieur du matelas et le haut du lit doit être d'au moins 60 centimètres (30 cm dans la position la plus haute). Le matelas et le protège-matelas doivent être respirants (Enfance et Famille, 2024).

7.1.2 Le contenu du panier « repos nocturne »

Pour estimer ce qu'est un budget de référence raisonnable pour le repos nocturne, nous faisons, sur la base de l'analyse ci-dessus, une sélection illustrative des biens que les gens devraient pouvoir acheter au minimum. Plus précisément, nous prévoyons un système de couchage et de la literie. Les pyjamas sont budgétisés dans le panier « vêtements ». Pour les enfants de plus de 3 ans un lit simple est prévu, composé d'un cadre de lit avec sommier à lattes et d'un matelas une personne (90 x 200 cm, 16 cm d'épaisseur). Pour les personnes seules et les couples un lit double est prévu, avec deux sommiers à lattes et deux matelas (80 x 200 cm, 16 cm d'épaisseur). Pour le choix d'un matelas, nous nous laissons guider par le choix d'un sommier à lattes (où les matelas à ressorts ne peuvent pas être combinés) et par le prix du matelas (les matelas en mousse étant moins chers que les matelas à ressorts combinés, les matelas à eau et les matelas modulaires). Nous optons pour un matelas en mousse froide, également appelé matelas en mousse HR. Ces matelas sont fabriqués en mousse de polyuréthane, dont les cel-

lules ouvertes répartissent mieux la pression que dans les matelas en polyuréthane traditionnels. Ils offrent une meilleure élasticité et une meilleure durabilité et peuvent mieux réguler l'humidité. Le soutien offert par ce type de matelas est modéré. Pour l'oreiller, nous optons pour du polyester dans le panier. Cet oreiller convient pour ceux qui dorment sur le côté et sur le dos, il est lavable, hypoallergénique et assez bon marché.

Nous prévoyons ensuite une couette quatre saisons. Le cadre de lit, le sommier à lattes, la couette et le matelas s'amortissent sur dix ans. Enfin, deux jeux de draps par personne sont également inclus. Ceux-ci comprennent une alèse de matelas, d'une part, et un drap-housse et une housse de couette, d'autre part, d'une durée de vie prévue de respectivement dix ans, cinq ans et cinq ans. Nous prévoyons un plaid supplémentaire qui peut être utilisé sur le lit ou comme couverture sur le canapé.

Pour les bébés jusqu'à 2 ans, nous prévoyons un lit à barreaux avec label CE et un matelas. Nous prévoyons également une gigoteuse évolutive avec manches amovibles, de manière qu'elle puisse également être utilisée à la mi-saison. Pour les mois froids, nous prévoyons une couverture supplémentaire. Pour les mois d'été, un drap et une gigoteuse d'été sont inclus dans le panier. À part la gigoteuse, qui est amortie sur un an, les autres articles de literie sont amortis sur deux ans. Pour les tout-petits, nous prévoyons une barrière de lit afin que le passage à un grand lit se fasse en toute sécurité.

Outre un système de couchage et une literie, le panier « repos nocturne » comprend pour chaque membre de la famille âgé de plus de trois ans une table de nuit avec veilleuse et un réveil. Pour permettre à chacun de passer une nuit tranquille, nous prévoyons des bouchons d'oreille dans le panier « santé et soins » pour toutes les personnes de plus de 12 ans (voir Chapitre 10). Pour les bébés, nous incluons un lit de voyage compact, suffisamment de tétines et un mobile à placer au-dessus du lit.

Enfin, sur recommandation des participants au groupe de réflexion, un système de couchage supplémentaire par famille est proposé. En effet, on peut imaginer de nombreuses situations où un visiteur (p. ex. le partenaire d'un parent isolé, un parent habitant loin ou un ami/une amie des enfants) reste loger une ou plusieurs nuits. Nous prenons en compte à cet effet le coût d'un canapé-lit, d'un sac de couchage, d'un drap-housse et d'un oreiller.

7.1.3 Le calcul du prix du panier « repos nocturne »

Tous les articles de couchage, à l'exception des bouchons d'oreille, proviennent de chez IKEA en raison de leur bon rapport qualité-prix et de la grande disponibilité des magasins IKEA dans notre pays. Les articles pour bébés proviennent en grande partie

de chez Dreambaby et Zeeman. Comme pour les autres paniers, nous considérons le prix de l'article le moins cher qui répond aux critères de qualité ci-dessus.

7.2 Le budget « loisirs et détente »

7.2.1 Besoin et conditions de loisirs et de détente

En plus d'un bon sommeil, la détente a également un impact bénéfique sur le fonctionnement et la santé des individus. Plusieurs auteurs établissent un lien entre la participation à des activités de loisirs et la réduction du stress et la conservation d'une bonne santé (Caldwell & Gilbert, 2009 ; Caldwell & Smith, 1988 ; Coleman & Iso-Ahola, 1993 ; Iwasaki *et al.*, 2005 ; Iwasaki & Schneider, 2003 ; Pressman *et al.*, 2009 ; Takiguchi *et al.*, 2023 ; Zawadzki *et al.*, 2015). Pendant les loisirs, la pression artérielle et le rythme cardiaque diminuent, et l'on observe une nette diminution de la libération d'hormones de stress comme l'adrénaline. Ce n'est pas sans raison que le repos et la détente constituent une prescription médicale importante en cas de maladie, de surmenage ou d'affections physiques et mentales (Inoue *et al.*, 2021 ; Baldwin & Tinsley, 1988 ; Dowall *et al.*, 1988 ; Iwasaki *et al.*, 2001, 2005 ; Lloyd & Auld, 2002 ; Nawijn & Veenhoven, 2011 ; Newman *et al.*, 2014 ; Vingerhoets *et al.*, 2003 ; Wankel & Berger, 1990). En outre, la participation à des activités de loisirs et de détente en dehors du domicile a un impact positif sur le réseau social des individus (Coleman, 1993 ; Mannell, 2007 ; Verhoeven, 2024) et est importante du point de vue social pour promouvoir la cohésion sociale (p. ex. Sabbe *et al.*, 2020).

Il existe un large consensus scientifique et social en ce qui concerne le besoin de détente et de loisirs, mais il est difficile de définir les moyens permettant d'atteindre cet objectif. Certaines personnes préfèrent passer leur temps libre seules, tandis que d'autres recherchent la compagnie. Certains trouvent que ne rien faire est le summum, d'autres préfèrent les efforts physiques intenses, et d'autres encore aiment écouter de la musique pendant des heures dans le calme. Il n'est donc pas possible de déterminer de manière totalement normative les produits et services que les personnes devraient pouvoir se permettre au minimum pour pouvoir se détendre suffisamment.

Pour la constitution de ce panier, nous nous sommes inspirés de la littérature scientifique, des lois et initiatives législatives, des politiques mises en œuvre, des habitudes culturelles et sociales et des groupes de discussion. Nous faisons ici la distinction entre l'importance (i) des vacances (annuelles), (ii) de la possibilité de participer à des activités de loisirs organisées et non organisées en dehors du domicile, (iii) de la possibilité de se détendre à la maison. Nous examinons l'importance de ces trois formes de détente,

telle qu'elle ressort de la littérature scientifique, de la législation, des mesures politiques et des groupes de discussion.

Les vacances remplissent plusieurs fonctions importantes. Comme le montre la littérature scientifique, elles sont non seulement bénéfiques pour la santé, mais elles permettent également de se reposer, tant sur le plan physique que sur le plan psychologique. Les vacances ont des effets positifs sur le niveau de stress et la santé physique (De Bloom *et al.*, 2009 ; Hazel, 2004, McCabe & Johnson, 2013 ; Vada *et al.*, 2020). Ainsi, les vacances sont liées à un plus grand sentiment de satisfaction dans la vie, à une amélioration du bien-être mental et à une diminution des problèmes de santé physique (De Bloom *et al.*, 2013). Les vacances rechargent les batteries et permettent de repartir du bon pied. Comme les personnes en situation sociale vulnérable ont souvent une très lourde charge sur le dos, les vacances sont particulièrement importantes pour ce groupe (Gezond Leven, 2023). Les recherches de McCabe et Johnson (2013) montrent que la participation aux vacances a un impact important sur le bien-être général et la qualité de vie des groupes à faibles revenus. Dans ces groupes, les vacances conduiraient à des niveaux plus élevés de satisfaction générale, d'optimisme et à une meilleure qualité des relations sociales. De Bloom *et al*. (2013) soulignent que pouvoir disposer d'une autonomie dans l'organisation de ses propres vacances est une condition importante pour que cet impact positif se produise.

Les vacances peuvent également être enrichissantes, car elles permettent d'acquérir de nouvelles expériences, de prendre le temps de réfléchir à soi-même et de nouer des liens avec d'autres personnes (De Bloom *et al.*, 2013 ; Hazel, 2004). Dans l'Union européenne, la possibilité de prendre une semaine de vacances par an est utilisée depuis des années comme indicateur pour mesurer la privation. En effet de nombreuses personnes dans notre pays ne peuvent pas se permettre des vacances annuelles. En 2023, ce pourcentage était de 14 % en Flandre, de 32 % en Wallonie et de 36 % à Bruxelles (Eurostat, 2024).

Outre les vacances, la possibilité de participer à des activités de loisirs est également importante dans notre société. La non-participation entraîne souvent l'exclusion sociale et est principalement due à un manque de ressources (Corijn & Lemmens, 2007). Ainsi, outre la détente et l'épanouissement personnel (découverte de nouvelles choses), la participation à la culture et au sport contribue également à élargir les horizons et à donner un sens à la vie. La participation à des initiatives culturelles et sportives rassemble les gens et leur donne un sentiment d'appartenance (Verhoeven, 2024). Une autre manière de promouvoir le capital social et la cohésion sociale est la participation à la vie associative. Le fait d'être membre d'une association permet aux citoyens d'entrer en contact avec des personnes autres que leurs parents proches, leurs voisins ou leurs amis. Ainsi, des valeurs essentielles pour une société, comme la confiance et le respect mutuels, peuvent être développées et transmises (Hooghe, 2003). Il convient de noter

ici que le paysage associatif est fortement impacté par la ségrégation. Les groupes défavorisés sont souvent moins impliqués dans des associations culturelles, alors qu'ils sont surreprésentés dans des associations ciblées et des associations liées à un pilier traditionnelles. Souvent, les associations sont des réseaux sociaux homogènes qui sont fortement corrélés au capital culturel et au niveau d'éducation, et perpétuent les inégalités (Van Droogenbroeck *et al.*, 2013 ; Vermeersch *et al.*, 2024).

L'importance de la détente n'est pas seulement révélée par la littérature scientifique, elle est également consacrée comme un droit fondamental dans plusieurs textes. L'article 23 de la Constitution belge (1994) garantit à chaque individu le droit de mener une vie conforme à la dignité humaine. Dans ce cadre, la loi fait spécifiquement référence aux droits sociaux et culturels, notamment « le droit à l'épanouissement culturel et social » (art. 23, 5°). En outre, la Déclaration universelle des droits de l'homme (art. 24, 1948) souligne l'importance du repos et de la détente, et affirme que toute personne a droit au repos et aux loisirs, y compris une limitation raisonnable de la durée du travail et des congés payés réguliers. Le droit à la liberté de réunion et d'association est inscrit à l'article 11 de la Convention européenne des droits de l'homme (CEDH) et à l'article 12 de la Charte des droits fondamentaux de l'Union européenne.

Ces dispositions juridiques obligent les responsables politiques à différents niveaux à créer, dans la mesure de leurs moyens, les conditions nécessaires à la protection de ces droits. Des exemples d'initiatives politiques fédérales prises à cet égard pour les familles financièrement vulnérables sont le Fonds pour la participation et l'activation sociales, auquel les CPAS peuvent faire appel pour impliquer les personnes défavorisées dans la vie sociale en leur permettant de participer à la culture, aux sports et aux nouvelles technologies de l'information et de la communication. Au niveau flamand, il existe depuis 2008 le *Participatiedecreet* avec lequel le gouvernement souhaite donner, entre autres, aux personnes en situation de pauvreté et à leurs associations la possibilité de participer aux communautés locales et régionales dans les domaines de la culture, de la jeunesse et des sports. Demos vzw est active en Flandre et à Bruxelles et vise à supprimer, via VRIJUIT notamment, les obstacles financiers et autres afin que chacun puisse participer à des activités culturelles, de jeunesse et sportives.

Il existe également le UiTPAS, un projet de promotion de la participation du gouvernement flamand en coopération avec des partenaires, tels que les villes, les communes et les prestataires de loisirs de Flandre et de Bruxelles (UiTPAS, s.d.). Il s'agit d'une carte d'épargne et d'avantages pour les activités de loisirs. Les personnes à faibles revenus peuvent acheter un UiTPAS à un prix très réduit et bénéficier de réductions lorsqu'elles participent à des activités UiTPAS.

> *Mon fils aîné fait du judo. Pendant longtemps, il n'a pas fait de sport parce que nous n'en avions pas les moyens. Aujourd'hui, il étudie les sciences du sport, et il est donc important qu'il puisse s'intégrer à l'école. Depuis, il a remporté plusieurs coupes ! Sans le UiTPAS, rien de tout cela n'aurait été possible ! (Netwerk tegen Armoede, 2024, p. 6)*

Au sein de « Toerisme Vlaanderen », le réseau « Iedereen Verdient Vakantie » est actif depuis 2011. Ce réseau relie les entrepreneurs touristiques et les organisations sociales en vue de supprimer les obstacles (financiers) aux vacances. Depuis le 29 juin 2022, il existe un décret « Iedereen Verdient Vakantie » (Tout le monde mérite des vacances), qui vise à garantir que chaque Flamand puisse jouir pleinement de son droit aux vacances (décret *Iedereen Verdient Vakantie*, 2022).

Afin de permettre au plus grand nombre de personnes possible d'accéder aux différentes initiatives existantes, des « bureaux Rap op Stap » ont été mis en place dans un grand nombre de communes flamandes. Un bureau Rap op Stap est une agence de voyages pour les petits budgets à laquelle les personnes à budget limité peuvent s'adresser pour leurs loisirs (Rap op Stap, s.d.). Les médiateurs en matière de loisirs aident les gens à trouver un hobby, à participer à la vie associative ou à planifier un voyage ou des vacances. Outre le UiTPAS et les bureaux Rap op Stap, il existe encore diverses initiatives locales qui facilitent l'accès aux loisirs et à la détente à prix abordable.

L'une des principales organisations en Wallonie et à Bruxelles se consacrant aux loisirs et à la détente est l'association Article 27 qui, depuis 1999, avec un large soutien des pouvoirs publics (Région wallonne, Bruxelles, Fédération Wallonie-Bruxelles, et notamment la COCOM et la COCOF), offre des cartes de réduction pour des activités culturelles et touristiques aux personnes qui s'adressent à une association de lutte contre la pauvreté partenaire ou à un CPAS (Article 27, s.d.). Il existe également le « Paspartoe », la version bruxelloise de l'Uitpas, gérée par la Vlaamse Gemeenschapscommissie (VGC) (UiT in Brussel, s.d.).

En Wallonie, le Plan de sortie de la pauvreté 2020-2024 ne prévoyait qu'une seule mesure concernant la culture et les loisirs. Cette mesure visait principalement à améliorer la visibilité de l'offre touristique accessible à tous, notamment sur l'Internet, tant pour le groupe cible que pour les acteurs du secteur touristique et social (Plan wallon de sortie de la pauvreté, 2020).

Il existe également depuis 2017 un appel annuel de l'Office de la naissance et de l'enfance (ONE), appelé « Jump », qui vise à améliorer l'accessibilité des plaines, séjours et camps de vacances pour les enfants âgés de 2,5 à 15 ans issus de familles défavorisées (Office de la naissance et de l'enfance, 2024).

Outre ces initiatives législatives et politiques, nous pouvons nous appuyer sur les résultats empiriques de groupes de réflexion organisés dans vingt-quatre capitales de l'UE, qui confirment l'importance du repos et des loisirs en tant que besoin essentiel, et soulignent la nécessité de créer les bonnes conditions à cette fin (Goedemé *et al*., 2019).

Au niveau national, nous avons concrétisé ce besoin en consultation étroite avec les groupes de discussion. Nous décrivons ci-dessous comment ce processus s'est déroulé. Nous insistons à nouveau sur le fait que les activités proposées n'ont pas pour but de définir de manière normative ce que le temps libre devrait représenter au minimum. Le temps libre est en effet surtout un temps où chacun décide de la manière de le remplir. Une enquête récente menée auprès de 2 130 Flamands montre que les principales activités de loisirs sont : passer du temps entre amis (63 %), voyager (51 %), partir en excursion d'une journée (50 %), les loisirs culturels (48 %), les hobbies (40 %), regarder la télévision (38 %) et pratiquer un sport (35 %) (Minnebo *et al.*, 2021). Ces activités peuvent être sommairement subdivisées selon les catégories suivantes : vacances hors du domicile, activités de loisirs organisées et non organisées, et détente à domicile. Dans la section qui suit, nous montrons comment ces trois modalités de détente peuvent être traduites de manière illustrative en produits et services concrets et achetables afin de déterminer un budget minimal pour les loisirs.

7.2.2 Le contenu du panier « détente »

7.2.2.1 Vacances à l'intérieur du pays

Dans le budget de référence, nous calculons le coût de vacances à l'intérieur du pays, d'une durée de cinq jours consécutifs dans une caravane résidentielle à la mer. Les familles peuvent bien entendu aussi utiliser ce budget pour louer une maison de vacances ailleurs dans le pays ou partir en excursions. Parallèlement aux frais d'hébergement, les repas constituent un poste important. Nous prenons en compte les dépenses liées à la préparation de trois repas par jour. Nous réservons également un budget pour consommer un repas simple dans une taverne ou un bistrot un jour pendant les vacances.

> *Certains enfants sont chez nous [dans la plaine de jeux] pratiquement pendant toutes les vacances d'été, nous savons qu'ils sont heureux d'être là. Mais il est triste aussi qu'ils ne puissent rien faire avec leurs familles. Faire quelque chose pendant une semaine avec ses enfants est très important. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*

Outre les frais de séjour et de nourriture, nous prévoyons une somme limitée d'argent de poche dans le budget des vacances pour acheter une boisson ou une glace par exemple. Nous comptons en outre par personne le coût d'une activité payante, telle qu'une visite de musée, la location d'un kart ou une partie de mini-golf.

Pour le budget « repos et détente », il existe peu de différences entre la population en âge de travailler et les retraités, sauf en ce qui concerne le budget « voyages ». Bien que le pourcentage ait fortement augmenté ces dernières années, les personnes âgées de notre pays partent moins en vacances que les autres groupes d'âge (Eurostat, 2024). Alors que près de deux Belges sur trois ont réservé des vacances dans leur pays ou à l'étranger avec au moins une nuitée en 2022, ce chiffre est de 38 % pour les plus de 65 ans. Parmi les raisons de ne pas partir en vacances, « pas d'intérêt » et « pas possible en raison de problèmes de santé » sont singulièrement plus souvent avancées chez les plus de 65 ans que dans les groupes d'âge plus jeunes. Pour toutes les tranches d'âge, le budget est une raison majeure de ne pas partir en vacances. Il ressort des discussions avec les personnes âgées dans les groupes de réflexion que ces dernières se limitent plus souvent à des excursions d'une journée. Les personnes âgées qui aiment partir en vacances ne considèrent pas qu'un séjour dans une caravane résidentielle où elles doivent faire la cuisine elles-mêmes soit adapté aux plus de 65 ans. Elles associent les vacances à l'idée de détente, sans obligations ni soucis. Selon les participants aux groupes de réflexion, le séjour dans un centre de vacances constitue une alternative intéressante et abordable aux vacances à l'hôtel. Si un séjour en pleine semaine est réservé en dehors de la haute saison, il peut être relativement bon marché.

Outre les vacances dans le pays, une excursion d'une journée est également incluse dans le budget de référence. Pour les familles avec enfants, elle fait partie du panier « enfance sans risque », tandis que, pour les familles sans enfants, un montant est réservé à cet effet dans le budget « détente ». Avec ce budget, il est possible de faire une excursion d'une journée en transports publics, par exemple, dans un zoo ou un parc d'attractions.

7.2.2.2 Participation à des activités de loisirs (non) organisées

Outre des vacances de cinq jours ou de quelques excursions d'une journée, il est important que chacun ait la possibilité de participer à des activités de loisirs.

Pour que cela soit financièrement possible, nous comptons six fois par an un billet d'entrée, par exemple, pour le théâtre, le cinéma ou une partie de bowling. Nous réservons en outre six fois un budget pour une soirée au café avec des amis ou la famille. Parce que les parents de jeunes enfants ont besoin d'une baby-sitter dans ce cas, et que cela n'est pas toujours possible à titre bénévole, nous prévoyons également tous les deux mois trois heures de baby-sitting pour toutes les familles ayant des enfants de 12 ans ou moins.

Les discussions au sein des groupes montrent que les personnes âgées sortent moins le soir (pour aller au café, au cinéma ou au théâtre) et préfèrent se détendre pendant la

journée. Bien qu'il n'y ait pas de consensus sur la nature des activités et leur fréquence exacte, tous les participants s'accordent à dire qu'avec l'âge, la tendance se déplace vers des loisirs à domicile ou à proximité. C'est pourquoi nous réduisons la fréquence des sorties le soir pour les personnes âgées d'une fois par mois à une fois tous les deux mois. Cela répondrait mieux aux besoins et aux préférences de ce groupe cible. Ceci est compensé par un budget plus important pour le maintien des relations (voir Chapitre 10).

Pour calculer un budget minimal permettant aux adultes de faire partie d'une association, nous comptons le montant de la cotisation et le coût de la participation à une sélection d'activités abordables. Nous prenons en compte le coût moyen de quelques associations locales proposant des activités très variées, telles que Femma, Okra, Natuurpunt ou Solaria. Il est également possible avec ce budget de devenir membre d'une association musicale comme une orchestre d'harmonie, une fanfare ou d'un club de marche ou de course à pied. Le budget pour la participation d'enfants à la vie de l'association fait quant à lui partie du panier « enfance en sécurité» (voir Chapitre 9).

7.2.2.3 Détente à domicile

Les médias électroniques dominent les activités de loisirs à domicile et sont principalement utilisés comme une source de détente (Corijn, 2000 ; De Marez *et al.*, 2024). Aujourd'hui, presque tout le monde possède une télévision (95 %), un ordinateur portable (81 %) ou un smartphone (92 %) (De Marez *et al.*, 2024). Ces formes de détente sont très importantes, en particulier pour les groupes à faibles revenus. Elles sont abordables et peuvent toujours être utilisées lorsque d'autres formes de loisirs ne sont pas possibles. Elles remplissent par ailleurs une fonction d'information importante et sont souvent le sujet de discussion dans les conversations de tous les jours. Ces fonctions sont suffisamment importantes pour inclure dans les budgets de référence une télévision (avec abonnement au câble numérique) et une radio ou une enceinte. Une tablette est incluse dans le panier « relations sociales », car, à côté des objectifs de détente, elle sert également à maintenir des contacts et est nécessaire pour assumer le rôle de citoyen informé (chapitre 10).

Les groupes de discussion nous apprennent que certains participants ne considèrent plus qu'une télévision et une radio soient nécessaires parce qu'une tablette offre également ces fonctions. Il s'agit toutefois principalement de l'opinion des participants issus de groupes à revenus plus élevés. Les participants issus de familles à faibles revenus accordent en revanche une grande importance au fait de profiter ensemble des programmes TV sur un grand écran. Ils considèrent également qu'une radio est un minimum nécessaire. Pour les célibataires, la télévision et la radio servent souvent de compagnie à la maison, contribuant à réduire le sentiment de solitude et à faire en sorte

qu'ils se sentent connectés au monde extérieur. Radio, tablettes et télévision remplissent également une fonction éducative importante. En 2022, les médias en ligne étaient la principale source d'information des Belges (77 %), suivis par la télévision (60 %) et la presse écrite (31 %) (Benedmo, 2023). L'abonnement à un journal ou à un périodique n'a pas été jugé nécessaire dans le budget de référence par de nombreuses personnes interrogées dans les groupes de discussion, étant donné qu'il est possible d'y accéder en ligne et à la bibliothèque.

Les bibliothèques locales jouent un rôle essentiel dans la mise à disposition de l'information et l'offre de divertissements. Les groupes de discussion sont très favorables à l'adhésion à une bibliothèque publique. Les gens peuvent en effet y emprunter des livres et des magazines ou lire le journal à très bon prix. En outre, les bibliothèques constituent une forme d'infrastructure sociale qui peut faciliter la cohésion et la connexion sociales (Brummel & Smits, 2021).

En résumé, la radio, la télévision et l'ordinateur restent nécessaires pour de nombreuses personnes, ils fournissent détente, information, et évitent aux individus de se retrouver socialement isolés. La jeune génération préfère une enceinte à une radio. Une petite enceinte peut être achetée avec le même budget. Nous prévoyons également des écouteurs pour que les tablettes, les smartphones et les ordinateurs portables puissent être utilisés à la maison sans déranger les autres. Pour respecter les autres dans les espaces publics, le port d'écouteurs est également indispensable. Ce dernier point a également été confirmé par les jeunes dans les groupes de discussion :

> *Dans les grandes villes comme Anvers, pour filtrer les bruits de fond afin de ne pas être sursollicité. Pour mieux gérer ses sentiments. Mais des écouteurs bon marché avec fil suffisent également. (Courtrai, jeunesse mixte, 2024)*

Enfin, nous prévoyons encore pour chaque adulte un petit budget pour les dépenses personnelles, adapté aux préférences et situations de vie individuelles. Tout le monde, et en particulier ceux qui doivent gérer un budget serré, a besoin de temps en temps d'un petit extra pour soi-même – quelque chose qui donne de l'énergie et aide à relâcher la tension lorsqu' une maîtrise de soi devient trop épuisante (Baumeister & Vohs, 2007 ; Muraven, 2012). Ce budget peut être consacré à un petit café ou une glace, un bijou ou un accessoire, un magazine, un billet pour un festival ou un atelier créatif. Bref, un petit plaisir ou une récompense pour se requinquer.

7.2.3 Le prix du panier « loisirs et détente »

Pour fixer le prix du panier « loisirs et détente », nous utilisons différentes stratégies de prix, qui sont expliquées ci-dessous.

Pour calculer le coût d'un séjour à la mer en milieu de semaine, nous partons du coût d'un séjour de cinq jours à la côte. Nous optons pour une caravane résidentielle dans un parc de vacances. Pour déterminer le coût, nous nous limitons aux séjours accessibles par les transports publics et offrant suffisamment d'activités récréatives à proximité. La période des vacances se situe début juillet ou fin août. Nous calculons le prix moyen par nuit et le multiplions par quatre pour connaître le budget d'un séjour en milieu de semaine. Un examen plus approfondi montre qu'il est possible de réserver une maison de vacances ailleurs dans le pays avec ce budget.

Pour déterminer le montant du budget qui permet de préparer soi-même ses repas pendant quatre jours, nous partons du prix journalier de la nourriture calculé dans le panier alimentaire et multiplions ce montant par 15 %. Dans le budget alimentaire, nous considérons que les aliments sont achetés dans un supermarché à bas prix. Comme le lieu de vacances est accessible en transports publics, les denrées alimentaires ne peuvent pas être emportées et doivent être achetées sur place dans un supermarché (souvent plus cher). De plus, dans le panier alimentaire, le calcul se fait de manière très économique, où les consommateurs peuvent utiliser au mieux le congélateur (pour les grandes quantités) et transformer les restes. Ces possibilités n'existent pas pendant les vacances. Pour le jour où l'on ne cuisine pas soi-même, nous calculons le coût d'un repas chaud dans une brasserie. Pour le budget vacances des personnes âgées, nous prenons le prix moyen d'un séjour de quatre jours dans un centre de vacances ou un hôtel simple sur la côte, petit déjeuner compris. Pour le déjeuner, nous prévoyons un sandwich avec une boisson. Pour le dîner, nous comptons un repas simple dans un bistrot local.

Pour la soirée bimensuelle, nous comptons quatre consommations par personne et prenons le prix moyen d'un verre de vin et d'un demi de bière dans différents cafés des trois régions. Nous comptons aussi le coût de six billets de cinéma par an. Ce montant est suffisant pour un éventail plus large d'activités telles qu'une carte d'entrée à un musée ou une partie de bowling. Nous calculons les frais de babysitting sur la base du tarif de baby-sitting moyen pour la Belgique publié par une plateforme offrant ces services (babysits.be). Pour l'adhésion aux associations, nous nous sommes basés sur les tarifs de Natuurpunt, Femma, Okra, Eneo, Natagora et Solidaris. Nous avons déterminé le coût des activités organisées par ces associations en nous basant sur les tarifs que nous avons trouvés en ligne pour des activités typiques, telles qu'une séance de cinéma, un cours d'initiation à la danse, un dîner, une visite de brasserie, un tournoi de cartes, une conférence, une promenade avec un guide nature ou une activité créative. Nous avons calculé pour les trois régions le prix moyen de sept activités différentes dans six associations différentes.

Le coût d'affiliation à une bibliothèque est généralement peu élevé. Dans la plupart des villes et communes, l'affiliation est gratuite pour les jeunes et les adultes peuvent s'ins-

crire à un prix très démocratique. Nous avons relevé les prix d'affiliation dans différentes communes de chaque région et calculé un prix moyen.

Pour le lecteur radio, la TV et les écouteurs, nous avons relevé les prix chez Vandenborre pour les options les moins chères. Par exemple, nous avons noté le prix du téléviseur LED le moins cher de la classe énergétique E. Enfin, nous basons à titre illustratif le coût du budget limité pour les dépenses personnelles sur le prix d'un ticket d'une journée pour un festival à Bruxelles (Couleur Café), y compris un budget pour boire et manger quelque chose sur place. Bien entendu, chacun y met ce qu'il veut, et ce budget peut aussi être utilisé, par exemple, pour acheter un bijou, un magazine ou sortir prendre un café quelques fois par mois.

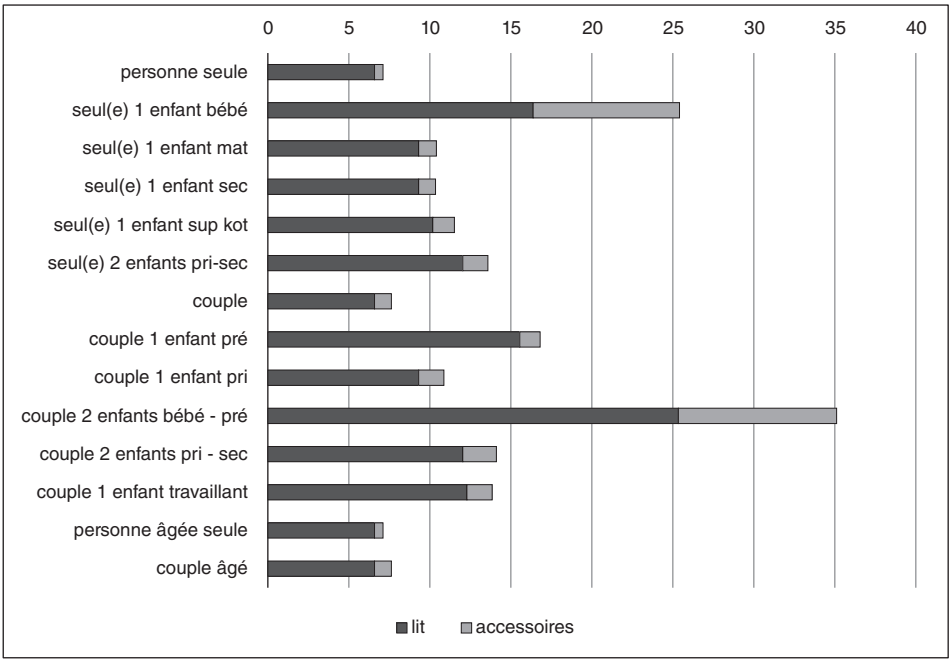
7.3 Le budget de référence repos nocturne

La figure 7.2 illustre le coût d'un bon repos nocturne pour différents types de familles. Les produits de ce panier ayant une longue durée d'amortissement, le budget nécessaire à un bon repos nocturne reste relativement limité. Pour une personne seule ou un couple sans enfant, le coût mensuel moyen est d'environ 7 euros. Cela s'explique par le fait que les deux groupes se voient attribuer un lit double, ce qui entraîne un coût similaire.

Pour un couple avec deux enfants en pleine croissance, le coût mensuel s'élève à 14 euros, car les enfants ont besoin d'un couchage supplémentaire. Les bébés et les enfants en bas âge exigent toutefois un budget plus important. Cela s'explique par leurs besoins spécifiques en matière de sécurité (lit à barreaux, barrière de lit, etc.) et de fournitures supplémentaires (lit de voyage, tétines, etc.), ainsi que par la brièveté de la période d'amortissement. Pour une femme seule avec un bébé par exemple, le budget est de 25 euros par mois, soit plus de trois fois supérieur à celui d'une femme seule sans enfant.

Le budget repos pour les pensionnés est identique à celui des hommes et des femmes en âge de travailler sans enfant, car les produits destinés à satisfaire ce besoin sont les mêmes dans les deux groupes.

Figure 7.2 – Le budget de référence repos pour quatorze familles types en bonne santé, en euros par mois (2024T2, Flandre).



Note : mat = école maternelle ; sec = école secondaire ; pri = école primaire ; pré = préscolaire ; sup = enseignement supérieur.

La figure 7.3 montre les budgets mensuels nécessaires minimum pour la détente en Wallonie. Pour une personne seule, ce budget s'élève à 102 euros. Pour une femme avec un enfant dans l'enseignement secondaire, il est de 108 euros.

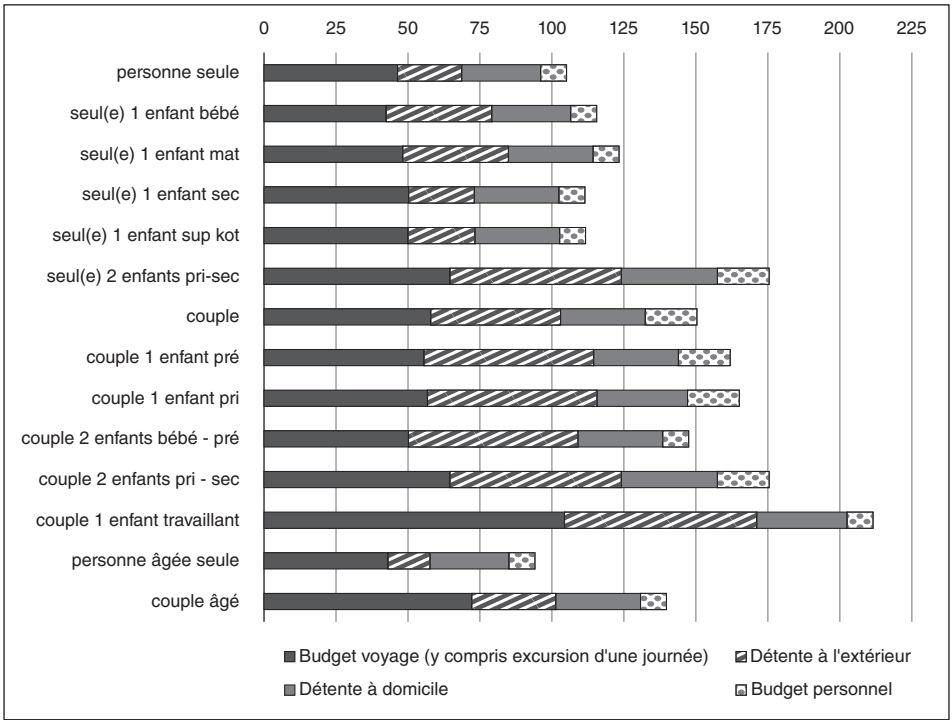
Les couples avec enfants ont besoin d'un budget de loisirs légèrement plus élevé, en fonction de l'âge des enfants. Pour un couple avec un bébé et un enfant en bas âge, cela représente 142 euros par mois. Lorsque les enfants sont plus âgés et fréquentent l'enseignement primaire et secondaire, le budget augmente légèrement pour atteindre 170 euros. Pour un couple avec un enfant adulte habitant chez ses parents, le budget passe à 203 euros. Les personnes âgées ont le budget « détente » le plus faible, avec 91 euros par mois pour une personne seule et 134 euros pour un couple.

Le poste de dépenses le plus important dans le budget « détente » est représenté par les vacances (y compris les excursions d'une journée). Pour une personne seule, 45 % du budget « détente » total sont consacrés aux vacances. Pour les couples avec enfants, ce pourcentage est plus faible en raison des économies d'échelle, comme le partage des frais de logement. Par exemple, une caravane quatre personnes est prévue même pour les petites familles parce qu'il n'y a souvent pas de logement plus petit

disponible. Les coûts des vacances exigent un effort d'épargne considérable de la part des familles à faibles revenus. Pour une femme seule, le budget vacances annuel est de 556 euros, tandis que les 56 euros restants du budget « détente » peuvent être dépensés mensuellement pour des activités de détente à domicile et à l'extérieur. Pour les familles plus nombreuses, par exemple, les couples avec des enfants scolarisés dans le primaire et le secondaire, le budget voyage annuel est de 774 euros, avec un montant mensuel supplémentaire de 105 euros pour les autres dépenses de détente.

Les différences entre les régions sont minimes et se limitent aux dépenses de détente en dehors du domicile. Plus spécifiquement, il existe des différences dans les prix à la consommation dans les cafés et les frais d'inscription dans les bibliothèques. Pour un couple avec deux enfants dans l'enseignement primaire et secondaire, le budget « détente » mensuel est de 166 euros en Flandre, de 169 euros à Bruxelles et de 170 euros en Wallonie. À Bruxelles, les cafés sont plus chers qu'en Flandre et en Wallonie, tandis que c'est en Wallonie que la cotisation pour les bibliothèques est la plus élevée.

***Figure 7.3** – Le budget de référence détente pour quatorze familles types en bonne santé, en euros par mois (2024T2, Wallonie).*



Note : mat = école maternelle ; sec= école secondaire ; pri= école primaire ; pré= préscolaire ; sup= enseignement supérieur.

7.4 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les familles vulnérables ?

Le droit à la détente, aux loisirs et aux vacances n'est pas évident pour tout le monde. De nombreuses personnes se heurtent à des obstacles qui les empêchent de se détendre à l'extérieur ou de partir en vacances. Crawford *et al*. (1987 ; 1991) distinguent trois types d'obstacles à cet égard.

- *Les obstacles intrapersonnels*, tels qu'un manque d'intérêt, des problèmes de santé, des croyances religieuses ou l'insuffisance de compétences propres.
- *Les obstacles interpersonnels*, par exemple, l'absence d'un ami, d'un parent ou d'un partenaire pour faire des activités ensemble.
- *Les obstacles structurels*, notamment le manque de temps, d'argent, d'information ou d'accessibilité.

Les limitations structurelles, comme le manque de temps et d'argent, varient au cours de la vie. Ainsi, les loisirs des jeunes sont fortement limités par les coûts et les opportunités disponibles. À l'âge mûr, ces limitations diminuent, mais le manque de temps devient plus souvent un obstacle. Chez les personnes âgées, les obstacles liés au temps jouent un rôle moins important, tandis que les obstacles interpersonnels et intrapersonnels, comme une mauvaise santé et l'isolement social, sont plus fréquents (Jackson, 2000, dans : Nyaupane & Andereck, 2008).

De nombreuses études font état d'un fossé socio-économique dans la participation à des activités récréatives à l'extérieur et au tourisme. Les personnes issues de familles à faibles revenus rencontrent plus souvent des obstacles interpersonnels, intrapersonnels et structurels que celles issues de familles plus aisées. Les obstacles qu'elles mentionnent souvent sont une mauvaise santé, les barrières linguistiques, le manque de ressources financières, les mauvaises expériences passées et le manque d'accompagnants ou d'informations (Alexandris & Carroll, 1997 ; McCarville & Smale, 1993 ; Raymore *et al.*, 1994 ; Scott & Munson, 1994 ; Searle & Jackson, 1985 ; Shores *et al.*, 2007). En outre, le lieu de résidence est également mentionné comme un obstacle majeur à la détente. Au cours d'un groupe de discussion en milieu rural, plusieurs participants ont indiqué que l'on y dépend fortement de la vie associative pour les contacts sociaux et les activités de détente à l'extérieur. C'est plus souvent dans les villes que se déroulent les activités culturelles gratuites et abordables, et elles sont plus difficiles d'accès pour les habitants des zones rurales.

Il ressort de l'enquête sur les loisirs de la VRT (Minnebo *et al.*, 2021) que 7 % des Flamands éprouvent moins de plaisir dans la vie à cause de soucis d'argent. Chez les personnes à faibles revenus, ce chiffre atteint 42 %. Les personnes à faibles revenus dépensent moins d'argent pour les activités de loisirs. Quatre personnes sur dix déclarent

que ces activités dépassent leur budget. Parmi les autres raisons de ne pas participer à des activités de loisirs, citons la difficulté d'accès aux lieux et le fait de se sentir mal à l'aise ou surveillé.

Il ressort de cette étude que les soucis financiers sont le principal obstacle aux loisirs chez les personnes en situation socio-économique vulnérable. Près de 57 % d'entre elles choisissent délibérément des activités de loisirs gratuites, contre seulement 21 % des personnes non vulnérables. En outre, 42 % indiquent que le budget familial est insuffisant pour répondre aux besoins de chacun en matière de loisirs, contre seulement 6 % dans les groupes non vulnérables. Les soucis financiers jouent également un rôle au sein des familles. Un quart des parents vulnérables déclarent se sentir parfois coupables de ne pas pouvoir laisser leurs enfants s'adonner aux hobbies souhaités en raison de leur coût. Chez les parents non vulnérables, ce pourcentage n'est que de 4 %.

Outre les facteurs financiers, l'incertitude joue également un rôle, bien que dans une moindre mesure. Les personnes en situation de vulnérabilité déclarent plus souvent qu'elles souhaitent essayer de nouveaux hobbies, mais ne savent pas comment s'y prendre (31 % contre 25 %). De plus, 24 % d'entre elles déclarent ne pas entreprendre d'activités de loisirs parce qu'elles ne savent pas à quoi s'attendre ou comment se comporter, contre 16 % chez les personnes non vulnérables.

> *Il est très difficile de franchir le pas pour aller là où l'on n'est encore jamais allé. Comment cela fonctionne-t-il ? Où dois-je retirer mes billets ? Y a-t-il un ascenseur ou dois-je prendre des escaliers ? Est-il obligatoire d'y boire un verre ? Comment dois-je m'habiller ? C'est plus facile de partir ensemble, en groupe, avec un accompagnateur qui sait comment faire et qui devrait aussi pouvoir obtenir une réduction. La carte de groupe pour organisations sociales est idéale pour cela. (Netwerk tegen Armoede, 2024, p. 16)*

Ces constats rejoignent en grande partie ce qu'indiquent les participants aux groupes de discussion. Les participants issus de familles à faibles revenus indiquent fréquemment qu'il n'y a pas de place dans leur vie pour des activités de détente payantes. L'offre d'activités abordables est trop limitée. À la place, ces familles recherchent des activités gratuites ou des options abordables proposées par des organismes d'aide sociale.

> *Si vous avez droit à quelque chose, vous devriez l'obtenir automatiquement. Par exemple, le UiTPAS au tarif social. Je trouve terrible qu'il faille tout aller demander soi-même, en suppliant parfois… Alors qu'on y a droit. Cela demande une quantité incroyable d'énergie. Je suis tombé malade. Toute mon énergie y passe. Et comment je dois faire tout cela avec si peu d'argent. Ma tête éclate. Se détendre, faire quelque chose de cool pendant son temps libre, cela peut aider. (Netwerk tegen Armoede, 2024, p. 5)*

Pour leurs enfants, les parents en situation de vulnérabilité tentent tout de même de trouver une solution pour qu'ils puissent s'adonner à un hobby. Ils le font de différentes manières, par exemple, en utilisant un plan de paiement échelonné, en épargnant, en demandant un soutien financier à la famille ou en utilisant des réductions pour les loisirs et la culture.

> *Oui, j'allais le dire aussi, ici nous avons l'avantage d'avoir tous accès à 27, et depuis que je l'utilise, ma vie en termes de loisirs a changé. Avec l'article 27, on peut même aller à Han-sur-Lesse, à Chevetogne, au cinéma (…). (Hotton, familles avec enfants 2024)*
>
> *Par exemple, pour les grottes de Han, si vous voulez visiter à la fois les grottes et le parc, vous avez besoin de deux articles 27 par personne, soit 2,50 euros. Mais il faut savoir qu'un billet d'entrée par personne coûte désormais plus de 20 euros. Si j'y vais avec tous mes enfants, mon partenaire et moi-même, nous payons un total de 15 euros. Franchement, c'est presque rien. (Hotton, familles avec enfants 2024)*
>
> *Il n'y a pas assez d'offres bon marché, c'est très cher. Vous voulez aller au cinéma, vous devez encore acheter des lunettes HD de nos jours, sans même parler de chips ou quoi que ce soit et on ne peut rien amener soi-même. (Roulers, familles sans enfants, 2013).*

7.5 Conclusion

Les gens ont besoin de suffisamment de repos et de détente. Pas seulement pour préserver et stimuler leur santé, mais aussi pour maintenir et étendre leur réseau social. Du point de vue social également, il est important que chacun puisse se reposer suffisamment et participer à la vie associative. Il n'est pas simple de déterminer quels produits et services, en quelle quantité et à quel prix, sont nécessaires au minimum dans ce but. Pour la constitution de ce panier, nous nous sommes inspirés des lois et des politiques mises en œuvre, des habitudes culturelles et sociales et des groupes de discussion.

Le budget nécessaire pour le repos nocturne comprend le coût minimal d'un lit, de la literie, d'une table de nuit avec lampe pour tous les membres de la famille et d'un canapé-lit pour les visiteurs. Comme ces produits ont une longue durée d'amortissement, le budget nécessaire pour un bon repos nocturne n'est que de 7 euros par mois pour une personne seule et de 14 euros par mois pour un couple avec deux enfants en pleine croissance.

Le budget pour les loisirs et la détente illustre le coût que représente pour chaque famille la possibilité de partir en vacances une fois par an dans son propre pays ou de faire quelques excursions d'une journée. Ce budget comprend en outre un montant

permettant d'adhérer à une association locale et de participer une fois par mois à une activité de détente payante. Pour la détente nécessaire à domicile, on compte le coût d'une télévision et d'un abonnement à la télévision, ainsi que le coût d'un lecteur radio, d'écouteurs et d'un abonnement à une bibliothèque publique. Enfin, le panier comprend un petit budget supplémentaire que les personnes peuvent remplir elles-mêmes. Au total, cela donne un budget minimal pour la détente et les loisirs de 125 euros par mois pour une personne seule et de 175 euros par mois pour un couple avec deux enfants en pleine croissance (dans l'enseignement primaire et secondaire).

Il ressort de l'étude que de nombreuses familles à faibles revenus ne disposent pas d'un budget « détente » minimal (Minnebo *et al.*, 2021, Welzijnszorg 2022). Elles ne réussissent pas à mettre de l'argent de côté pour cela. Outre le manque d'argent, d'autres obstacles empêchent la participation à des activités de détente et touristiques. Dans ce contexte, les familles à faibles revenus mentionnent souvent un éventail trop restreint d'activités ou d'excursions touristiques abordables, un manque d'informations, une offre difficilement accessible, une mauvaise santé, des problèmes de langue ou l'absence de partenaire pour l'accompagnement. En d'autres mots, il est nécessaire de prévoir un budget minimal permettant aux personnes de se détendre et de participer à des activités de loisirs, mais cela ne suffira pas à garantir le « droit au repos et aux loisirs » internationalement reconnu et le droit au « développement culturel et social » inscrit dans la Constitution belge. De nombreuses autres initiatives seront également nécessaires pour pouvoir garantir l'accessibilité de la détente pour tous.

Références

Adant, G. (2017). Impact de la santé du sommeil sur les activités humaines. *Éducation Santé*, *334*, 1-16. https://educationsante.be/numero/334/

Adrien, J., Gronfier, C., Léger, D., & Muzet, A. (2013). Quel environnement pour un bon sommeil ? Dossier de Presse. 13e journée du sommeil. Institut national du sommeil et de la vigilance. https://institut-sommeil-vigilance.org/wp-content/uploads/2019/02/Presse-JNS-2013-1.pdf

Alexandris, K., & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation : Results from a study in Greece. *Leisure Studies, 16*(2), 107-125. 10.1080/026143697375449

Article 27. (z.d.). Retrieved 18.09.2024 from https://wallonie.article27.be/ ?sommaire=oui

Benedmo (2023). Weerbaar tegen desinformatie, Analyse desinformatie noden-aanbod België en Nederland. https://benedmo.eu/wp-content/uploads/2023/10/Analyse-desinformatie-noden-aanbod-Belgie-en-Nederland.pdf

Baldwin, K. S., & Tinsley, H. E. (1988). An investigation of the validity of Tinsley and Tinsley's (1986) theory of leisure experience. *Journal of Counseling Psychology, 35*(3), 263-267. https://doi.org/10.1037/0022-0167.35.3.263

Baumeister, R. F., & Tierney, J. (2012). *Wilskracht. De herontdekking van de grootste kracht van de mens*. Amsterdam : Nieuwezijds.

Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, *1*(1), 115-128. https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00001.x

Belgische Grondwet. (1994). Artikel 23. Retrieved from https://www.senate.be/doc/const_nl.html

Caggiari, G., Talesa, G.R., Toro, G. *et al.* (2021). What type of mattress should be chosen to avoid back pain and improve sleep quality ? Review of the literature. *J Orthop Traumatol*, *22*, 51. https://doi.org/10.1186/s10195-021-00616-5

Caldwell, L. L., & Gilbert, A. A. (1990). Leisure, health, and disability : A review and discussion. *Canadian Journal of Community Mental Health*, *9*(2), 111-122. https://doi.org/10.7870/cjcmh-1990-0022

Caldwell, L. L., & Smith, E. A. (1988). Leisure : An overlooked component of health promotion. *Canadian Journal of Public Health. Revue canadienne de santé publique, 79*(2), S44.

Cloes, M & Vincke J. (2004). Développer les liens, améliorer l'accès: une exploration de l'impact social du sport. Fondation Roi Baudouin.

Coenen, A. M. L. (2006). De slaap en het bed : Een psychobiologische beschouwing. https://repository.ubn.ru.nl/handle/2066/54864

Coleman, D. (1993). Leisure based social support, leisure dispositions and health. *Journal of Leisure Research*, *25*(4), 350-361. https://doi.org/10.1080/00222216.1993.11969933

Coleman, D., & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health : The role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, *25*(2), 111-128. https://doi.org/10.1080/00222216.1993.11969913

Consumentenbond. (2024). *Is een goede bedbodem belangrijk ? Consumentenbond*. https://www.consumentenbond.nl/matras/bedbodems

Corijn, E., & Lemmens, S. (2007). Het sociale van cultuur. Lokaal cultuurbeleid en gemeenschapsvorming. Een werkboek. In C. Lokaal, K. E. Democratie & Vcob (Eds.), *Het sociale van cultuur : lokaal cultuurbeleid en gemeenschapsvorming* (1-155). VCOB.

Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, *9*(2), 119-127. https://doi.org/10.1080/01490408709512151

Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, *13*(4), 309-320. https://doi.org/10.1080/01490409109513147

De Bloom, J., Kompier, M., Geurts, S., de Weerth, C., Taris, T., & Sonnentag, S. (2009). Do we recover from vacation ? Meta-analysis of vacation effects on health and well-being. *Journal of Occupational Health*, *51*(1), 13-25. https://doi.org/10.1539/joh.k8004

De Bloom, J., Geurts, S. A. E., & Kompier, M. A. J. (2013). Vacation (after-) effects on employee health and well-being, and the role of vacation activities, experiences and sleep. *Journal of Happiness Studies*, *14*(2), 613-633. https://doi.org/10.1007/s10902-012-9345-3

Dowall, J., Bolter, C., Flett, R., & Kammann, R. (1988). Psychological well-being and its relationship to fitness and activity levels. *Journal of Human Movement Studies*, *14*(1), 39-45.

De Marez, L., Sevenhant, R., Denecker, F., Georges, A., Wuyts, G., & Schuurman, D. (2024). *imec.digimeter 2023 : Digitale trends in Vlaanderen*. http ://hdl.handle.net/1854/LU-01HJ69C9YQEE4C4KXKBC7AYS2J

Eurostat (2024a). *Tourism Trends and Ageing* [Dataset]. Retrieved from (https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Tourism_trends_and_ageing)

Eurostat. (2024b). EU statistics on income and living conditions (EU-SILC) [Data set]. eurostat. https://ec.europa.eu/eurostat/web/microdata/european-union-statistics-on-income-and-living-conditions[1]

Gallicchio, L., & Kalesan, B. (2009). Sleep duration and mortality : A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, *18*(2), 148-158. https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.2008.00732.x

Ganz, F. D. (2012). Sleep and immune function. *Critical Care Nurse*, *32*(2), e19-e25. https://doi.org/10.4037/ccn2012689

Gezond Leven. (2023). “Ook mensen in armoede hebben recht op vakantie”. https://www.gezondleven.be/nieuws/ook-mensen-in-armoede-hebben-recht-op-vakantie

Goedemé, T., Penne, T., Swedrup, O., Van den Bosch, K., & Storms, B. (2019). Is there common ground for defining a decent social minimum in Europe ? In T. Kotkas, I. Leijten & F. Pennings (Eds.), *Specifying and Securing a Social Minimum in the Battle against Poverty* (pp. 93-109). Oxford : Hart Publishing.

Hale, L., Emanuele, E., & James, S. (2015). Recent updates in the social and environmental determinants of sleep health. *Current Sleep Medicine Reports*, *1*(4), 212-217. https://doi.org/10.1007/s40675-015-0023-y

Hazel, N. (2004). Holidays for children and families in need : An exploration of the research and policy context for social tourism in the UK. *Children & Society, 19*(3), 225-236. doi :10.1002/chi.838

Hooghe, M. (2003). *Sociaal kapitaal in Vlaanderen. Verenigingen en democratische politieke cultuur*. Amsterdam : Amsterdam University Press.

Inoue, K., Horwich, T., Bhatnagar, R., Bhatt, K., Goldwater, D., Seeman, T., & Watson, K. E. (2021). Urinary stress hormones, hypertension, and cardiovascular events : The multi-ethnic study of atherosclerosis. *Hypertension*, *78*(5), 1640-1647. https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.121.17618

Institut fédéral pour le Développement Durable. (2016). Fiche explicative sur les achats durables pour matelas. https://guidedesachatsdurables.be/sites/default/files/content/download/files/fi_matelas_fr.pdf

Irwin, M. R. (2015). Why sleep is important for health : A psychoneuroimmunology perspective. *Annual Review of Psychology*, *66*(1), 143-172. doi :10.1146/annurev-psych-010213-115205

Itani, O., Jike, M., Watanabe, N., & Kaneita, Y. (2017). Short sleep duration and health outcomes : A systematic review, meta-analysis, and meta-regression. *Sleep Medicine*, *32*, 246-256. https://doi.org/10.1016/j.sleep.2016.08.006

Iwasaki, Y., Mannell, R. C., Smale, B. J. A., & Butcher, J. (2005). Contributions of leisure participation in predicting stress coping and health among police and emergency response services workers. *Journal of Health Psychology*, *10*(1), 79-99. https://doi.org/10.1177/1359105305048557

Iwasaki, Y., & Schneider, I. E. (2003). Leisure, stress, and coping : An evolving area of inquiry. *Leisure Sciences*, *25*(2-3), 107-113. doi :10.1080/01490400306567

Iwasaki, Y., Zuzanek, J., & Mannell, R. C. (2001). The effects of physically active leisure on stress-health relationships. *Canadian Journal of Public Health*, *92*(3), 214-218. https://doi.org/10.1007/BF03404309

Kind en Gezin. (2024). Veilig kinderbed en bedmateriaal kiezen – Kind en Gezin. https://www.kindengezin.be/nl/thema/slapen/veilig-slapen/veilig-kinderbed-en-bedmateriaal-kiezen

Knutson, K. L. (2012). Does inadequate sleep play a role in vulnerability to obesity ? *American Journal of Human Biology : The Official Journal of the Human Biology Council*, *24*(3), 361-371. https://doi.org/10.1002/ajhb.22219

Knutson, K. L., Spiegel, K., Penev, P., & Van Cauter, E. (2007). The metabolic consequences of sleep deprivation. *Sleep Medicine Reviews*, *11*(3), 163-178. https://doi.org/10.1016/j.smrv.2007.01.002

Kuin, M., & Boyer, B. (2020). Belangrijk om te weten voordat je goed kunt slapen. In *Mijn Slaap Plan*. *Kind en adolescent praktijkreeks*. Houten : Bohn Stafleu van Loghum. https://doi.org/10.1007/978-90-368-2334-0_2

Kruijtbosch, M., Buring, D., Knuistingh-Neven, A., Sonnen, M. P. A. M., & NHG sectie patiëntenvoorlichting. (2008). *Goed slapen, zo werkt dat.*

Lee, H., & Park, S. (2006). Quantitative effects of mattress types on sleep quality through polysomnography and skin temperature. *International Journal of Industrial Ergonomics*, *36*, 943-949. https://doi.org/10.1016/j.ergon.2006.07.007

Leproult, R., & Van Cauter, E. (2010). Role of sleep and sleep loss in hormonal release and metabolism. In S. Loche, M. Cappa, L. Ghizzoni, M. Maghnie & M. O. Savage (Red.), *Endocrine Development* (Vol. 17, pp. 11-21). S. Karger AG. https://doi.org/10.1159/000262524

Lim, D. C., Najafi, A., Afifi, L., Bassetti, C. L., Buysse, D. J., Han, F., Högl, B., Melaku, Y. A., Morin, C. M., Pack, A. I., Poyares, D., Somers, V. K., Eastwood, P. R., Zee, P. C., & Jackson, C. L. (2023). The need to promote sleep health in public health agendas across the globe. *The Lancet Public Health*, *8*(10), e820-e826. https://doi.org/10.1016/S2468-2667(23)00182-2

Lloyd, K. M., & Auld, C. J. (2002). The role of leisure in determining quality of life : Issues of content and measurement. *Social Indicators Research*, *57*(1), 43-71. https://doi.org/10.1023/A :1013879518210

L'Office de la naissance et de l'enfance. (2024). *Appel à projets pour renforcer l'accessibilité des centres de vacances aux familles en situation de précarité* (p. 15). L'Office de la naissance et de l'enfance. https://www.one.be/fileadmin/user_upload/siteone/PRO/ATL/CDV/jump-2024-reglement-acc.pdf

Plan wallon de sortie de la pauvreté (p. 146). (2020). Lutte Pauvreté. https://luttepauvrete.wallonie.be/sites/default/files/field/plan_wallon_de_sortie_de_la_pauvrete.pdf

Mannell, R. C. (2007). Leisure, health and well-being. *World Leisure Journal*, *49*(3), 114-128. https://doi.org/10.1080/04419057.2007.9674499

McCarville, R. E., & Smale, B. J. (1993). Perceived constraints to leisure participation within five activity domains. *Journal of Park and Recreation Administration, 11*(2), 40-59.

McCabe, S., & Johnson, S. (2013). The happiness factor in tourism : Subjective well-being and social tourism. *Annals of Tourism Research*, *41*, 42-65. https://doi.org/10.1016/j.annals.2012.12.001

Minnebo, J., Steyaert, J., & Van Lancker, W. (2021). *VRT – Vlamingen en vrijetijdsbesteding*. Indiville. https://www.kenniscentrumvlaamsesteden.be/Gedeelde%20%20documenten/2021/VRT%20-%20Vlamingen%20en%20vrijetijdsbesteding%20-%20extern.pdf

Muraven, M. (2012). Ego depletion : Theory and evidence. In R. M. Ryan (Red.), *The Oxford Handbook of Human Motivation*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195399820.013.0007

Nations-Unies. (1948) Déclaration universelle des droits de l'homme. https://www.un.org/fr/universal-declaration-human-rights/

Nawijn, J., & Veenhoven, R. (2011). The effect of leisure activities on life satisfaction : The importance of holiday trips. In I. Brdar (Red.), *The Human Pursuit of Well-Being : A Cultural Approach* (pp. 39-53). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-1375-8_4

Netwerk tegen Armoede. (2024). Mensen in armoede aan het woord over de UITPAS. https://netwerktegenarmoede.be/media/pages/nieuws/2024/mensen-in-armoede-aan-het-woord-over-de-uitpas/dc08a1e1dd-1726839275/dossier_mensen-in-armoede-aan-het-woord-over-de-uitpas_a4-versie-26aug.pdf

Newman, D. B., Tay, L., & Diener, E. (2014). Leisure and subjective well-being : A model of psychological mechanisms as mediating factors. *Journal of Happiness Studies*, *15*(3), 555-578. https://doi.org/10.1007/s10902-013-9435-x

Nyaupane, G. P., & Andereck, K. L. (2008). Understanding travel constraints : Application and extension of a leisure constraints model. *Journal of Travel Research*, *46*(4), 433-439. https://doi.org/10.1177/00472875073083

Ogilvie, R. P., & Patel, S. R. (2017). The epidemiology of sleep and obesity. *Sleep Health, 3*(5), 383-388. https://doi.org/10.1016/j.sleh.2017.07.013

Pressman, S. D., Matthews, K. A., Cohen, S., Martire, L. M., Scheier, M., Baum, A., & Schulz, R. (2009). Association of enjoyable leisure activities with psychological and physical well-being. *Psychosomatic Medicine*, *71*(7), 725. https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e3181ad7978

Radwan, A., Fess, P., James, D., Murphy, J., Myers, J., Rooney, M., Taylor, J., & Torii, A. (2015). Effect of different mattress designs on promoting sleep quality, pain reduction, and spinal alignment in adults

with or without back pain ; systematic review of controlled trials. *Sleep Health*, *1*(4), 257-267. https://doi.org/10.1016/j.sleh.2015.08.001

Raymore, L. A., Godbey, G. C., & Crawford, D. W. (1994). Self-esteem, gender, and socioeconomic status : Their relation to perceptions of constraint on leisure among adolescents. *Journal of Leisure Research, 26*(2), 99-118. https://doi.org/10.1080/00222216.1994.11969948

Rap op Stap. (z.d.). Iedereen Verdient Vakantie. Retrieved 12.09.2024, from https://www.iedereenverdientvakantie.be/nl/rap-op-stap

Regaud, V., & Roosen, K. (1997). Een matras kiezen.Uw eigen lichaamseigenschappen en persoonlijke wensen zijn betere uitgangspunten voor het kiezen dan beddengoed dan dure merknamen en snufjes. *Test-Aankoop Magazine*, *104*, 29-34.

Sabbe, Sh., Bradt, L., & Ramón Spaaij, R. R. (2020). Community sport and social cohesion : In search of the practical understandings of community sport practitioners in Flanders, *Community Development Journal*, Vol. 55, Issue 2, pp. 258-276, https://doi.org/10.1093/cdj/bsy046

Sabia, S., Dugravot, A., Léger, D., Hassen, C. B., Kivimaki, M., & Singh-Manoux, A. (2022). Association of sleep duration at age 50, 60, and 70 years with risk of multimorbidity in the UK : 25-year follow-up of the Whitehall II cohort study. *PLoS Medicine*, *19*(10), e1004109.

Scott, D., & Munson, W. (1994). Perceived constraints to park usage among individuals with low incomes. *Journal of Park and Recreation Administration, 12*(4), 79-96. https://www.researchgate.net/publication/313709701_Perceived_constraints_to_park_usage_among_individuals_with_low_incomes

Scott, A. J., Webb, T. L., Martyn-St James, M., Rowse, G., & Weich, S. (2021). Improving sleep quality leads to better mental health : A meta-analysis of randomised controlled trials. *Sleep Medicine Reviews*, *60*, 101556. https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101556

Searle, M. S., & Jackson, E. L. (1985). Socioeconomic variations in perceived barriers to recreation participation among would-be participants. *Leisure Sciences*, *7*(2), 227-249. https://doi.org/10.1177/004728758502400

Shores, K. A., Scott, D., & Floyd, M. F. (2007). Constraints to outdoor recreation : A multiple hierarchy stratification perspective. *Leisure Sciences*, *29*(3), 227-246. https://doi.org/10.1080/01490400701257948

Takiguchi, Y., Matsui, M., Kikutani, M., & Ebina, K. (2023). The relationship between leisure activities and mental health : The impact of resilience and COVID-19. *Applied Psychology. Health and Well-Being*, *15*(1), 133-151. https://doi.org/10.1111/aphw.12394

UiTPAS. (z.d.). *UiTPAS.* Retrieved 12 September 2024, from https://www.uitpas.be/

UiT in Brussel. (z.d.). *Paspartoe.* Retrieved 18.09.2024, from https://www.uitinbrussel.be/paspartoe/

UZ Leuven (2015). Bedsystemen : ligt u goed ? *Informatie voor patiënten*. Leuven : UZ Leuven.

Vada, S., Prentice, C., Scott, N., & Hsiao, A. (2020). Positive psychology and tourist well-being : A systematic literature review. *Tourism Management Perspectives*, *33*, 100631. https://doi.org/10.1016/j.tmp.2019.100631

Van Dongen, H. P. A., Maislin, G., Mullington, J. M., & Dinges, D. F. (2003). The cumulative cost of additional wakefulness : Dose-response effects on neurobehavioral functions and sleep physiology from chronic sleep restriction and total sleep deprivation. *Sleep*, *26*(2), 117-126. https://doi.org/10.1093/sleep/26.2.117

Van Droogenbroeck, L., Roggemans, W., Smits, B., & Spruyt, F. (2013). Sociaal bekabeld of in vrije val : sociale participatie door kansengroepen in Vlaanderen. https://www.cultuurenmedia.be/images/publicaties2013/RoggemansSmitsSpruytVanDroogenbroeck2013Sociaalbekabeldtekst.pdf

Verbeek, I. (2010). *Verbeter je slaap*. Houten : Bohn Stafleu van Loghum.

Verbraecken, J., Buyse, B., Hamburger, H. L., van Kasteel, V., & van Steenwijk, R. (2014). *Leerboek slaap en slaapstoornissen*. Leuven : Acco.

Verhoeven, J. (2024). Factsheet Gezondheid en cultuurparticipatie. Kenniscentrum Cultuuronderzoek. https://www.cultuuronderzoek.be/wp-content/uploads/2024/04/Factsheet-Gezondheid-en-Cultuurparticipatie.pdf

Vermeersch, L., Siongers, J., & Spruyt, B. (2024). *Deelnemersonderzoek sociaal-cultureel volwassenenwerk*. HIVA-KU Leuven. https://publicaties.vlaanderen.be/view-file/67290

Vingerhoets, A. J. J. M., van Heck, G. L., & van Huijgevoort, M. (2003). Vrijetijdsziekte : Geen mythe, maar werkelijkheid. *Gedrag & Gezondheid*, *31*(4), 262-270. Retrieved from https://pure.uvt.nl/ws/portalfiles/portal/547629/maaikeh.PDF

Walker, M. P. (2009). The role of sleep in cognition and emotion. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1156*, 168-197. https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04416.x

Wankel, L. M., & Berger, B. G. (1990). The psychological and social benefits of sport and physical activity. *Journal of Leisure Research*, *22*(2), 167-182. https://doi.org/10.1080/00222216.1990.11969823

Zawadzki, M. J., Smyth, J. M., & Costigan, H. J. (2015). Real-time associations between engaging in leisure and daily health and well-being. *Annals of Behavioral Medicine*, *49*(4), 605-615. https://doi.org/10.1007/s12160-015-9694-3

8 LE BUDGET POUR LA MOBILITÉ

Marieke Fredrickx et Daan Deferm

8.0 Introduction

Pour participer pleinement à la société, les personnes doivent pouvoir se déplacer vers des endroits essentiels comme les magasins, le cabinet médical, la salle de sport ou encore l'école. Les moyens de transport au minimum nécessaires dépendent fortement du contexte de vie dans lequel se trouvent les personnes, comme leur domicile, la proximité des transports publics et des équipements nécessaires, leur situation professionnelle (p. ex. le travail en équipe), le lieu d'emploi et leur état de santé. Au vu de la grande variété des besoins de mobilité, nous développons des budgets minimaux pour divers moyens de transport.

Dans la première section, nous démontrons l'importance d'une mobilité suffisante par le biais de l'impact sur les ménages lorsqu'ils ne disposent pas de suffisamment de moyens pour se déplacer. La deuxième section décrit le rôle des autorités dans la garantie de l'accessibilité pour ses citoyens et la mesure dans laquelle elles y parviennent. Dans la troisième section, nous décrivons pour chaque type de transport à quels critères chacun doit satisfaire. La quatrième section comprend une description de la manière dont nous avons examiné quel était le prix de chaque produit ou service dans ce panier. La cinquième section illustre les budgets « mobilité » minimaux pour les trois régions. Dans la sixième section, nous approfondissons dans quelle mesure les ménages vulnérables peuvent être suffisamment mobiles avec des moyens de transport spécifiques, comme les transports publics et le vélo. Nous terminons par une conclusion.

8.1 Le besoin de mobilité pour la participation sociale

Ces vingt dernières années, de plus en plus de recherches scientifiques ont été menées sur le manque d'accès à des moyens de transport adéquats, sur l'accessibilité insuffisante de services essentiels, ainsi que sur l'exclusion sociale et l'isolement social que cela peut entraîner (not. Bantis & Haworth, 2020 ; Jeekel & Martens, 2017 ; Lucas *et al.*, 2016 ; Martens, 2016 ; Martens & Bastiaanssen, 2019 ; Vecchio & Martens, 2021). Il est

important à cet égard d'aller au-delà du « transport » au sens strict. Les moyens et les dépenses nécessaires pour le transport sont effectivement déterminés par de nombreux autres facteurs.

1) L'aménagement du territoire, la politique en matière de logement, les modèles d'organisation spatiale ou encore la ségrégation définissent la mesure dans laquelle des biens et des services essentiels, y compris des opportunités d'emploi appropriées, se trouvent à proximité des endroits où vit la population. Ces éléments définissent entre autres les types de moyens de transport (p. ex. la marche, le vélo ou le transport motorisé) nécessaires pour rejoindre en un temps acceptable des lieux essentiels comme le travail, les magasins, le cabinet médical, les amis et la famille.
2) Alors que les politiques économique et spatiale déterminent les types de déplacements et les moyens de transport nécessaires, la politique de mobilité définit quel moyen de transport (y compris son caractère public) est considéré a minima nécessaire ou acceptable et quel est le prix correspondant d'un budget « mobilité » minimal nécessaire. La présence ou l'absence de rues sécurisées et de qualité pour les piétons et les cyclistes, la disponibilité, la proximité et le prix des transports publics et d'autres formes de transport partagé (p. ex. voitures partagées, vélos [cargos] électriques, etc.), ainsi que la réglementation sur le transport privé (y compris financé par l'employeur), entre autres, y contribuent.
3) Les attentes sociales et les modèles culturels jouent aussi un rôle, par exemple pour déterminer ce que l'on peut considérer comme une distance de déplacement maximale acceptable lors d'une recherche d'emploi, la fréquence de certaines activités sociales (p. ex. hobbies), les perceptions de l'adéquation et de la sécurité de certains modes de transport (p. ex. le vélo) et quels services sont considérés comme au minimum nécessaires.
4) La situation personnelle et le contexte familial jouent également un rôle. Les personnes éprouvant des difficultés à marcher ou parentes d'un bébé ont d'autres besoins en mobilité qu'un célibataire dans la vingtaine ou qu'un jeune retraité en bonne santé. La localisation exacte du logement joue aussi un rôle important (p. ex. à proximité d'équipements et/ou de transports publics de qualité ou non).

Autrement dit, dans le cadre du développement du budget « mobilité » pour les budgets de référence, l'accent doit être mis sur le fait d'avoir accès (à temps) aux équipements nécessaires pour garantir la participation sociale plutôt que sur les moyens de transport proprement dits (Luz & Portugal, 2022 ; Vecchio & Martens, 2021). L'importance d'un budget « mobilité » adéquat est notamment illustrée par des études portant sur la mobilité défaillante, qui démontrent que les limites en termes de mobilité sont plus souvent présentes au sein des ménages dont le profil socio-économique est faible, comme les personnes sans emploi ou les ménages à faibles revenus. Lorsque ces derniers vivent dans des zones où toutes les infrastructures sont éloignées et qu'ils ne peuvent pas se permettre d'avoir une voiture, ils risquent l'exclusion sociale (Fransen *et al.*, 2021 ; Hine *et al.*, 2012 ; Lucas *et al.*, 2016 ; Vanoutrive, 2018). Il existe en outre un

solide lien entre la possibilité ou non de se déplacer vers un lieu de travail approprié et le chômage de longue durée (Fransen *et al.*, 2019 ; Knipprath *et al.*, 2023). Du point de vue du budget du ménage, il est important de déterminer si un véhicule personnel est nécessaire pour pouvoir participer pleinement à la société vu que cet aspect a un impact important sur le budget « mobilité » minimal nécessaire. Sa nécessité est déterminée par tous les facteurs susmentionnés.

Depuis les années 1960, les autorités se sont concentrées sur le développement de réseaux de transport de qualité, en supposant de manière implicite que cela engendrerait automatiquement une meilleure accessibilité. Bien que cette approche ait amélioré l'accessibilité pour beaucoup, les groupes déjà mal desservis par le système de transport existant n'a pas été pris en compte. Pour ces personnes, l'accessibilité est souvent restée mauvaise, voire s'est empirée (Martens, 2016 ; Sheller, 2018 ; Transport & Mobility Leuven, 2024 ; Van Wee, 2011). Tout comme la garantie du droit à l'enseignement ou aux soins de santé, il incombe aux autorités d'organiser les transports et les espaces publics de sorte que tous les citoyens bénéficient de une accessibilité minimale aux biens et services essentiels, ce également lorsqu'ils ne disposent pas de leur propre véhicule (motorisé) (Jeekel & Martens, 2017). En Belgique, la responsabilité de la politique de mobilité incombe aux régions, qui collaborent avec les services de transport fédéraux (p. ex. SNCB) et régionaux (p. ex. STIB, De Lijn et TEC) pour organiser le réseau de transports publics. Les provinces, les villes et les communes jouent aussi un rôle important dans l'organisation du domaine public et de la mobilité des citoyens.

8.2 Politique de mobilité et accessibilité

Bruxelles a tenté d'améliorer l'environnement et la sécurité des Bruxellois en développant des réseaux de mobilité efficaces. Le principal défi du plan consiste à créer un meilleur équilibre entre la voiture et d'autres modalités de transport, tant pour les habitants que pour les navetteurs. Il convient de tenir compte des développements démographiques et économiques de Bruxelles. Le plan propose par exemple des quartiers à zones de circulation limitée au profit des piétons et des cyclistes et le renforcement des transports publics locaux et des services privés. En misant sur les axes structurels intermodaux, la volonté est de rendre les transports publics plus efficaces et de rendre la circulation plus fluide. Il doit être plus facile pour les Bruxellois de ne pas posséder leur propre véhicule et les navetteurs doivent être encouragés à emprunter les transports publics ou à utiliser les transports publics en périphérie bruxelloise (Bruxelles Mobilité, 2020).

Avec sa nouvelle vision de la mobilité (Vlaamse Overheid, 2022), la Flandre se concentre sur des transports publics plus efficaces, plus durables et plus flexibles, adaptés au réseau cycliste et routier flamand. D'importantes infrastructures, comme les hôpitaux,

les sites industriels, les centres sportifs, les centres culturels, les écoles et les centres commerciaux doivent être facilement accessibles. La mobilité combinée est au cœur de cette démarche : la combinaison de différents moyens de transport (par ex. train, tram, bus, voiture personnelle ou vélo) doit être simplifiée, avec des réseaux bien interconnectés. On mise en outre sur des transports publics axés sur la demande, où l'offre serait mieux adaptée à la demande de transports afin que les moyens disponibles soient déployés de manière plus efficace. Le réseau ferroviaire est l'épine dorsale des transports publics, tandis que les bus et les trams forment le réseau central qui assure les liaisons entre les grands noyaux résidentiels, les écoles, les centres sportifs et de loisirs, les hôpitaux et les centres commerciaux. Le réseau complémentaire comprend les bus qui assurent le transport du réseau central vers le réseau ferroviaire. Le transport domicile-lieu de travail et le transport domicile-école en font partie. Le transport sur mesure (comme le transport Flex) est déployé si d'autres réseaux ne sont pas accessibles.

Les autorités wallonnes décrivent aussi dans leur plan de mobilité FAST 2030 (Gouvernement wallon, 2019) une vision sur une mobilité fluide, sûre et plus durable. La part des déplacements assurés en voiture devrait diminuer (passant de 83 % à 60 %) au profit des déplacements à pied, à vélo ou en transports collectifs. Les autorités wallonnes veulent y parvenir en organisant les transports publics de manière plus attrayante et plus appropriée, en prévoyant une infrastructure adaptée et en encourageant l'usage des vélos électriques. Par ailleurs, les autorités wallonnes veulent encourager l'utilisation de différents moyens de transport en aménageant des nœuds intermodaux qui doivent faciliter le passage entre les transports publics, la voiture et le vélo. Ces investissements devraient non seulement réduire les émissions de gaz à effet de serre, mais aussi améliorer les performances du secteur des transports.

Les trois autorités régionales ont pour ambition d'améliorer l'accessibilité d'importants services comme l'enseignement, les soins de santé et les centres commerciaux à l'aide d'un réseau de transports publics, en combinaison ou non avec d'autres moyens de transport comme le vélo ou le bus. Il ressort toutefois d'études scientifiques qu'il n'est actuellement pas possible pour tous les Belges d'atteindre les services et les biens nécessaires par les transports en commun, en particulier pour les habitants de zones plus rurales en Flandre (Crols *et al.*, 2024 ; Fransen *et al.*, 2015 ; Transport & Mobility Leuven, 2024 ; Van Eenoo, 2024) et en Wallonie (G. Cappuccio, 2024 ; J. Charlier & J. Juprelle, 2024). Au vu du contexte urbain, les infrastructures importantes à Bruxelles sont bien accessibles en transports en commun (Lebrun, 2018). Le comportement de déplacement des habitants des régions témoigne de cette observation. Le pourcentage d'habitants qui se déplacent au moins une fois par semaine en transports en commun est le plus élevé en Bruxelles (53 %) et est beaucoup plus faible en Flandre et en Wallonie (19 % pour les deux régions). Nous pouvons observer une tendance inverse en ce qui concerne les déplacements des habitants (au moins une fois par semaine) en

voiture : 55 % en Bruxelles contre 80 % en Flandre et 86 % en Wallonie (SPF Mobilité et Transports, 2025).

L'utilisation du vélo pour les déplacements en Belgique a augmenté, passant de 8 % en 1999 à 12 % en 2017 (SPF Mobilité et Transports, 2023a). Il existe d'importantes différences entre les régions en ce qui concerne l'utilisation du vélo. En 2024, les autorités fédérales ont mené une enquête lors de laquelle 3 482 personnes âgées de 18 à 79 ans ont été interrogées. En Flandre, le pourcentage d'habitants se déplaçant au moins une fois par semaine à vélo est nettement plus élevé (44 %) que dans les autres régions, avec 12 % en Bruxelles et 9 % en Wallonie. Le pourcentage de Belges utilisant régulièrement le vélo (au moins une fois par semaine) est resté stable ces dernières années. Entre 2022 et 2024, nous avons observé une légère diminution de l'utilisation du vélo musculaire ordinaire au profit du vélo électrique. Cette tendance est plus marquée en Flandre. Le pourcentage d'habitants n'utilisant jamais le vélo est plus élevé en Wallonie (72 %), suivie de près par la Bruxelles (68 %), tandis que ces chiffres sont bien plus faibles en Flandre (29 %). Seulement 46 % des sondés considèrent que le vélo est un moyen de transport sûr (SPF Mobilité et Transports, 2025).

À la suite de la grande diversité géographique, des différences culturelles entre et au sein des régions belges, et du constat que les autorités régionales ne parviennent pas à assurer une accessibilité élémentaire pour tous, il n'est pas possible de constituer un budget de référence minimal pour la mobilité. Nous avons donc choisi de développer un budget de référence minimal global pour diverses modalités de transport, comme un vélo (électrique), les transports publics, une voiture partagée et une voiture personnelle. Dans la section suivante, nous décrivons les caractéristiques auxquelles ces moyens de transport doivent satisfaire.

8.3 Le contenu du panier de mobilité

8.3.1 À pied

Les personnes en bonne santé n'ont pas besoin d'équipement spécifique pour se déplacer à pied, outre ce qui est déjà prévu dans le budget vêtements. Il existe quelques exceptions à cette observation.

Les ménages qui comptent un bébé (entre 0 et 12 mois) ont besoin d'une poussette pour pouvoir se déplacer facilement. L'option la moins chère est peut-être une poussette combinée, permettant de transporter le bébé à pied dès la naissance. La poussette combinée dispose d'une nacelle (adaptée pour les bébés jusqu'à environ 6 mois) et peut être convertie en buggy (adapté pour les bébé d'environ 6 mois à 3 ans). Un

siège auto portable peut aussi y être fixé afin que le bébé puisse être transporté en voiture (partagée). Le budget comprend aussi une housse de protection contre la pluie pour la nacelle et le buggy, ainsi qu'un parasol afin que la poussette combinée puisse être utilisée dans différentes conditions météorologiques. Un système de portage, permettant aux parents de porter le bébé sur l'avant du corps, est également repris. Des recherches démontrent que cette option a un effet calmant sur le bébé (Esposito *et al.*, 2015). Le système de portage facilite le mouvement et augmente la liberté d'action du parent. C'est, en outre, plus pratique qu'une poussette sur les sentiers difficilement praticables et dans les transports publics.

Nous prévoyons pour les parents un sac à provisions sur roulettes. Il est ressorti des groupes de discussion que les parents l'utilisent pour effectuer leurs courses à pied. De nombreux parents se sentent moins en sécurité à l'idée de transporter leurs courses à vélo.

8.3.2 Vélo

Étant donné que nous supposons que les ménages se déplacent autant que possible sans véhicule personnel, nous calculons un budget de référence pour l'achat et l'entretien d'un vélo pour tous les membres du ménage à partir de l'âge de 2,5 ans.

Pour les adultes et les enfants fréquentant l'enseignement secondaire, un nouveau vélo adapté aux longues distances est pris en compte. À titre illustratif, nous calculons aussi un budget de référence pour un vélo électrique pouvant être au moins nécessaire pour les ménages afin de, par exemple, se rendre au travail et ainsi éviter l'achat d'un véhicule personnel. Pour les enfants dans l'enseignement primaire, un vélo d'occasion de qualité est acheté, car ces vélos ne sont utilisés que pour une période plus courte. Pour les jeunes enfants (entre 1 et 2,5 ans), nous prévoyons un siège à vélo pouvant être adapté afin que des enfants plus âgés (3 à 4 ans) puissent encore s'asseoir derrière lorsque de plus longues distances sont parcourues. Nous calculons aussi un budget de référence pour l'achat d'une remorque de vélo dans laquelle un bébé (< 1 an) peut être transporté en toute sécurité. Cette remorque à vélo est, d'après les groupes de discussion, au minimum nécessaire lorsque le ménage ne dispose pas de véhicule personnel. Nous partons du principe que le vélo est utilisé pour tous les déplacements dans le quartier, même lorsque la météo mauvaise. Nous prévoyons pour cela une tenue de protection correcte contre la pluie dans le budget « vêtements » (*cf.* chapitre 4).

Pour les adultes, nous prévoyons un panier à vélo et des sacs à vélo imperméables pouvant être utilisés pour, par exemple, transporter une quantité limitée de courses. Étant donné qu'un sac de courses sur roulettes est repris dans le budget de référence pour les personnes plus âgées, nous ne prévoyons pas de panier à vélo pour celles-ci. Un cadenas à vélo est aussi considéré pour les enfants et les adultes. Pour leur sécu-

rité, nous comptons pour chaque membre du ménage un budget pour l'achat d'un casque. Il ressort en effet d'une étude que le risque de blessures à la tête peut être réduit de 65 % lorsqu'un casque à vélo intact est correctement porté (J. Olivier & P. Creighton, 2017 ; Boshuizen *et al.*, 2012). Le budget « vêtements » comprend une chasuble fluorescente afin de pouvoir circuler à vélo en toute sécurité. Le budget comprend également un kit de réparation pour réparer une chambre à air, de l'huile pour vélo et une bonne pompe afin de pouvoir assurer l'entretien et les petites réparations. Un vélo bien entretenu permet non seulement d'augmenter la durée de vie de celui-ci, mais aussi d'éviter les accidents dus à une défaillance mécanique (Zinn, 2023). Outre l'entretien à assurer personnellement, comme la lubrification de la chaîne, il est aussi conseillé de faire réviser le vélo chaque année par un spécialiste (ANWB, s.d.). Pour les vélos achetés neufs (adultes et enfants fréquentant l'enseignement secondaire), un entretien annuel est prévu (sauf l'année d'achat et la dernière année) ainsi que le remplacement de certaines pièces (chambre à air, pneu, chaîne, pédales, plaquettes de frein). Lorsque le ménage dispose de son propre véhicule, le budget pour l'entretien du vélo d'un adulte est divisé par deux. Étant donné que les vélos pour enfants ne sont utilisés qu'un nombre d'années limité, on ne prévoit pour ces vélos que la réparation d'un certain nombre de pièces importantes qui devront probablement être remplacées durant cette période.

8.3.3 Transports publics

Le budget pour les transports publics tient compte de tous les déplacements requis pour assurer de manière adéquate toutes les fonctions considérées comme nécessaires. Il s'agit par exemple des excursions en famille ou des déplacements en vue de vacances dans le pays, de visites à des amis ou des proches, des déplacements vers le travail ou d'une sortie au théâtre ou au cinéma.

Pour les familles qui ne disposent pas de leur propre véhicule, nous prévoyons pour chaque membre du ménage à partir de 6 ans un abonnement annuel pour prendre le bus, car c'est l'achat le plus économique. Cet abonnement permet d'emprunter de manière illimitée tous les moyens de transport de la STIB (Bruxelles), de De Lijn (Flandre) ou du TEC (Wallonie). Les enfants de moins de 6 ans peuvent prendre le bus ou le tram gratuitement. Nous prévoyons pour chaque membre du ménage la possibilité de partir en train cinq fois par an (10 trajets). Ce nombre minimal de déplacements en train a pour but de pouvoir effectuer des déplacements plus éloignés en vue, par exemple, d'excursions d'un jour ou de vacances dans le pays. Quatre enfants âgés de maximum 11 ans inclus peuvent voyager gratuitement pour chaque voyageur payant. Le budget pour les déplacements en train n'est donc prévu qu'à partir de l'âge de 12 ans.

Étant donné que les étudiants navetteurs effectuent cinq fois par semaine un déplacement depuis et vers le campus, un budget est calculé pour l'utilisation fréquente

du train. Pour les étudiants en kot aussi, on prévoit un budget supplémentaire pour le déplacement hebdomadaire en train depuis et vers la ville où ils étudient. La SNCB propose des produits spécifiques pour ces deux profils d'étudiants.

8.3.4 Voiture

Pour une part considérable de Belges vivant dans des zones rurales de Wallonie et de Flandre, les transports en commun ne sont pas suffisants pour rejoindre les infrastructures nécessaires (G. Cappuccio, 2024 ; Charlier & Juprelle, 2024 ; Crols *et al.*, 2024 ; Fransen *et al.*, 2015). Les participants aux groupes de discussion ont également confirmé que l'offre de transports publics était souvent insuffisante pour satisfaire leurs besoins minimaux (voir 8.6). Les voitures partagées ou le *carpooling* ont été indiquées dans plusieurs groupes de discussion comme alternatives complémentaires. Une voiture s'avère parfois essentielle, par exemple, en cas d'achats lourds, d'excursions en famille, pour postuler à un emploi ou pour rendre visite à des proches qui vivent loin.

Afin de répondre à ces préoccupations, un budget de référence est prévu depuis 2018 pour l'utilisation sporadique d'une voiture partagée, ce qui constitue une option plus avantageuse que la voiture personnelle. Les voitures partagées sont de plus en plus connues et présentes dans notre société. Fin 2022, la Belgique comptait 121 394 adeptes de l'autopartage, soit une augmentation de 40 % par rapport à 2021. Les différences régionales sont grandes : la moitié des adeptes de l'autopartage vivent en Flandre (avec 3 420 voitures partagées), quatre sur dix vivent en Bruxelles (avec 1 579 voitures partagées) et seulement 3 % vivent en Wallonie (avec 317 voitures partagées). C'est en Bruxelles que l'autopartage est le plus intégré : 6,3 % des titulaires de permis de conduire utilisent une voiture partagée (Waytogo.be, 2023). Nous reprenons à titre illustratif un budget mensuel pour l'usage limité d'une voiture partagée. Si l'autopartage n'est pas disponible, le budget peut être utilisé pour d'autres options de mobilité, comme le « Taxi social » ou la « Centrale des moins mobiles ».

Si un ménage a fréquemment besoin d'une voiture, une voiture partagée n'est plus avantageuse. Il ressort de l'étude qu'une voiture est souvent nécessaire pour assurer les trajets entre le domicile et le lieu de travail. Fransen (2017) a ainsi analysé que, dans la plupart des villes et communes, moins de 20 % des emplois qui sont accessibles dans l'heure en voiture sont aussi accessibles avec une combinaison de vélo et de transports publics. Pour les emplois vacants, ce pourcentage était encore moins élevé et s'élevait à moins de 10 %. Nous calculons donc un budget de référence pour une voiture d'occasion modeste. La possession d'une voiture est répandue en Belgique : en 2023, 72 % de l'ensemble des ménages belges possédaient au moins une voiture, avec 44 % en Bruxelles, 77 % en Flandre et 75 % en Wallonie (Statbel, 2023). La possession d'une voiture ne dépend pas uniquement du domicile, mais aussi du profil socio-économique

du ménage, comme les revenus, le statut de propriétaire et le statut de l'activité professionnelle (G. Cappuccio, 2024 ; Ermans, 2023 ; Masuy, 2020). Comme nous l'avons déjà dit, il est important de déterminer la nécessité de disposer de sa propre voiture en fonction du contexte de vie personnel d'un ménage, car cela a un impact important sur le budget « mobilité » nécessaire au minimum.

8.3.5 Permis de conduire

Pour vous déplacer avec une voiture (partagée), il faut évidemment disposer d'un permis de conduire. Les demandeurs d'emploi ont jusqu'à sept fois plus de probabilité de décrocher un emploi s'ils disposent d'un permis de conduire (Fransen, 2017). De nombreux sites industriels se trouvent effectivement à des endroits qui ne sont pas ou qui sont difficilement accessibles en transports publics et le fait de disposer d'un permis de conduire B est souvent mentionné comme une condition à l'embauche alors que ce n'est pas toujours nécessaire (Netwerk tegen Armoede, 2022). À titre illustratif, nous calculons un prix minimal (sans auto-école) et maximal (vingt heures d'auto-école et accompagnement à l'examen) pour l'obtention d'un permis de conduire dans les trois régions. Le permis de conduire européen au format carte de banque doit être renouvelé tous les dix ans. Puisque la possesion ce type de permis de conduire est de plus en plus fréquente, nous prenons ce budget en considération.

8.4 Les prix du panier de mobilité

8.4.1 À pied

Le prix de la poussette combinée est évalué d'occasion à l'aide de la méthode commentée au deuxième chapitre (voir 2.3.3.2). Nous retenons uniquement les poussettes combinées sur lesquelles une nacelle et un siège auto portable peuvent être fixés et qui peuvent être converties en buggy. Les groupes de discussion pour les familles avec de jeunes enfants ont indiqué qu'il était possible et acceptable d'acheter une poussette combinée d'occasion. Pour un produit d'occasion de qualité et à prix compétitif, les ménages sont prêts à parcourir une plus longue distance. En vue d'assurer également l'accessibilité aux ménages sans voiture, la distance maximale entre l'acheteur et le vendeur est limitée à 10 kilomètres. Les accessoires sont achetés neufs, car ils ne sont pas toujours compris avec une poussette combinée d'occasion. Ils sont achetés chez Dreambaby au prix le plus bas (parasol, housse de protection contre la pluie pour poussette) ou au prix moyen des trois modèles les moins chers (housse de protection contre la pluie pour nacelle).

8.4.2 Vélo

Les participants aux groupes de discussion ont souligné l'importance d'un vélo de qualité pour les membres du ménage, car ils en dépendent fortement. La qualité est un élément central, que le vélo soit neuf ou d'occasion. Pour les adultes et les étudiants de l'école secondaire, nous considérons le prix des nouveaux vélos chez Decathlon. Nous nous basons également sur ce magasin pour évaluer le prix des vélos électriques aussi, proposant un champ d'action minimal de 50 kilomètres pour le trajet entre le domicile et le lieu de travail. Ces vélos neufs bénéficient d'une garantie. Les réparations et les entretiens sont aussi calculées chez Decathlon. Pour les enfants en primaire et les étudiants en kot, un vélo d'occasion est pris en compte selon la méthode exposée à la section 2.6.4. On ignore les annonces de vélos d'occasion présentant des défauts visibles ou des réparations mentionnées (comme un phare défectueux). Les équipements pour vélo, comme les casques, les sacs de vélo, les cadenas, les kits de réparation et l'huile lubrifiante proviennent aussi de chez Decathlon.

8.4.3 Transports publics

Les abonnements de bus à la STIB (Bruxelles), De Lijn (Flandre) et au TEC (Wallonie) sont estimés sur la base des tarifs préférentiels pour les personnes âgées, les jeunes et les étudiants. En ce qui concerne les déplacements en train, nous tenons compte d'une carte de dix trajets pour adultes, permettant de voyager sur l'ensemble du réseau ferroviaire belge. Cette carte est moins chère pour les jeunes âgés entre 12 et 26 ans. Étant donné que les personnes âgées bénéficient d'une réduction à l'achat d'un ticket de train, il est, pour elles, plus avantageux d'acheter cinq tickets aller-retour plutôt qu'une carte de dix trajets. Le prix des voyages en train pour les étudiants de l'enseignement supérieur dépend de la distance entre leur domicile et l'école ou le campus universitaire. À titre illustratif, nous évaluons la distance pour les voyages en train d'environ 25 kilomètres (voyage simple) pour les étudiants navetteurs et d'environ 60 kilomètres (voyage simple) pour les étudiants en kot. On ne tient en principe pas compte d'autres tarifs préférentiels pour les transports publics, par exemple, ceux applicables pour les ménages percevant de faibles revenus.

8.4.4 Voiture partagée

Pour calculer ce budget de référence, nous utilisons les tarifs de la société d'autopartage Cambio, qui est active dans toutes les régions belges. Le budget mensuel couvre les frais d'inscription, d'abonnement et d'utilisation pour le « plan Start » de Cambio, qui est le moins coûteux pour un usage sporadique. Pour favoriser la participation sociale, le budget prévoit la possibilité d'utiliser mensuellement une voiture partagée pour une demi-journée (six heures) et 40 kilomètres. Cette formule est notamment utile pour faire

des courses, se rendre à des entretiens d'embauche ou rendre de courtes visites à des proches, effectuer des déplacements qui correspondent généralement à ces limites de temps et de distance, comme l'atteste la distance journalière moyenne des véhicules belges (Car-Pass, 2023). Une possibilité annuelle est en outre considérée pour un trajet plus long de 200 kiolmètres avec la voiture partagée, par exemple, pour une excursion d'un jour. D'autres coûts, comme le carburant et l'entretien, sont compris dans les coûts d'utilisation. Ce budget de référence est destiné à un usage limité de la voiture partagée, mais peut également être utilisé pour des alternatives, comme la Centrale des moins mobiles (Flandre) ou le Taxi social (Wallonie). Un budget pour les transports publics reste nécessaire pour un tel usage limité d'une voiture partagée.

8.4.5 Véhicule personnel

Pour déterminer le coût minimal d'une voiture d'occasion modeste, nous déterminons un budget pour l'achat, l'entretien, la réparation, le contrôle, les taxes, l'assurance et le carburant.

Le prix d'un véhicule d'occasion est fixé au moyen de sites web spécialisés et comprend les voitures à essence affichant 40 000-50 000 kilomètres au compteur, de maximum quatre ans et avec au moins douze mois de garantie. Puisque les participants aux groupes de discussion ont indiqué être prêts à se déplacer loin pour un véhicule de qualité à un prix abordable, nous avons effectué des recherches dans toute la Belgique. Nous sélectionnons le prix du véhicule qui répond aux critères présupposés quand au moins trois véhicules comparables peuvent être achetés. Le prix tient compte d'un délai d'amortissement de cinq ans et d'une possible valeur de revente après cette période.

Les frais de carburant sont calculés sur la base de la consommation de la voiture, du prix officiel de l'essence (*Tarif officiel des produits pétroliers*, s.d.) et de la distance moyenne parcourue par région pour les trajets entre le domicile et le lieu de travail, à savoir 21,6 km/jour pour la Bruxelles, 40,2 km/jour pour la Flandre et 53,2 km/jour pour la Wallonie (SPF Mobilité et Transports, 2023b). Nous nous basons ici sur une distance de 40 kilomètres par mois pour les déplacements sociaux et un trajet annuel de 200 kilomètres.

Les coûts d'entretien et de réparation sont estimés en utilisant les montants indicatifs de l'association néerlandaise de défense des intérêts en matière de mobilité (ANWB, s.d.). Les taxes (taxe de mise en circulation et taxe de circulation annuelle) ainsi que les frais de contrôle technique sont définies selon les tarifs régionaux pour le modèle de véhicule choisi. En ce qui concerne l'assurance voiture, nous demandons des offres pour un conducteur expérimenté (35 ans et permis de conduire depuis seize ans) et pour un conducteur moins expérimenté (24 ans et permis de conduire depuis six ans).

Nous supposons que le véhicule ne comptera qu'un seul conducteur et sera stationné sur la voie publique en zone urbaine dans les trois régions, car une assurance voiture dans un contexte urbain est plus coûteuse (*Prix assurance voiture*, s.d.). Nous avons choisi parmi ces offres, par région et par type de chauffeur, la deuxième assurance la moins coûteuse.

Étant donné que le budget mensuel pour l'essence et les entretiens dépend du nombre de kilomètres parcourus par an (13 500 km/an en Wallonie, 10 300 km/an en Flandre et 5 900 km/an en Bruxelles), le budget pour un véhicule personnel est le plus élevé en Wallonie (358,2 euros/mois), le plus faible en Bruxelles (248,3 euros/mois) et arrive en position moyenne en Flandre (310,0 euros/mois).

8.4.6 Permis de conduire

Pour calculer le budget minimal pour obtenir un permis de conduire, nous tenons compte du prix de l'examen, du permis (temporaire) et des cours de conduite. Pour calculer le budget de référence minimal, nous partons du principe que le candidat-conducteur bénéficie de cours de conduite d'un guide dans son entourage. Le cas échéant, nous comptabilisons aussi le prix des cours qu'un candidat-conducteur et/ou un accompagnateur doivent suivre. En Wallonie, le coût d'un test obligatoire de perception des risques est aussi ajouté.

Étant donné qu'il n'est pas toujours possible d'apprendre à conduire avec ses propres guides et une voiture du ménage, nous calculons également le prix de la formation pratique à la conduite lorsque l'on suit 20 heures de formation avec une auto-école et que l'on passe l'examen avec cette dernière. Nous utilisons pour cela un prix moyen de ce que l'on paie dans diverses auto-écoles dans chaque région.

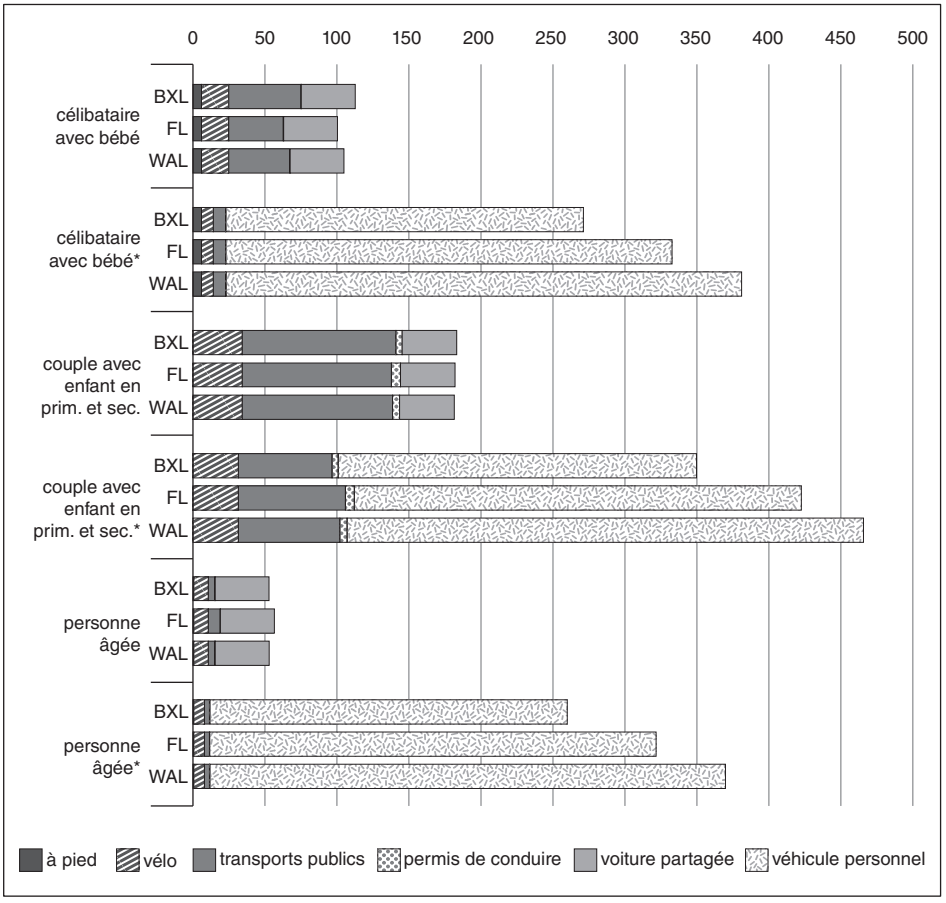
Les tarifs pour passer les examens théorique et pratique du permis de conduire sont fixés par la loi pour chaque région, tout comme le prix pour le test de perception des risques et la formation des candidats-conducteurs et des guides qui souhaitent apprendre à conduire sans recourir à l'auto-école. Pour la création et le renouvellement du permis de conduire, on tient compte du tarif moyen dans cinq villes et communes en Flandre et en Wallonie et trois en Bruxelles.

8.5 Le budget de référence pour la mobilité

Comme indiqué dans les sections précédentes, le budget minimal nécessaire pour la mobilité dépend fortement du contexte de vie et des besoins du ménage. Nous développons ce budget pour trois ménages types illustratifs : une mère célibataire avec

un bébé, un couple avec deux enfants (enseignement secondaire et primaire) et une personne isolée plus âgée. Pour ces trois ménages types, nous illustrons le prix minimal mensuel pour la mobilité lorsque les ménages n'ont pas besoin et ont besoin d'une voiture personnelle afin d'être suffisamment mobiles. On ne tient pas compte du prix d'un vélo électrique.

***Figure 8.1** – Budget de référence mobilité pour les ménages types illustratifs sans et avec voiture personnelle. Montants mensuels, mai 2024*



*Note : le prix d'un vélo électrique n'est pas comptabilisé. *Ces ménages types possèdent leur propre véhicule.*

Si aucun véhicule personnel n'est nécessaire, le budget de référence varie de 52,9 euros par mois (personne âgée en Bruxelles) à 183,2 euros par mois (couple avec deux enfants en Bruxelles). Pour tous ces ménages types, un budget de référence pour une voiture partagée de 37,4 euros par mois est repris dans les trois régions. Si l'offre en voitures partagées est insuffisante, ce budget peut être utilisé pour d'autres moyens de transport complémentaires. Nous prévoyons en outre, pour ces ménages types,

un abonnement de transport pour le bus et dix trajets en train. Les différences entre les trois régions en ce qui concerne le budget « mobilité » sans véhicule personnel s'expliquent par les différents tarifs pour les abonnements de bus. Pour les ménages qui comptent plusieurs enfants dans l'enseignement primaire et secondaire, le prix des transports publics peut augmenter. Dans notre exemple, le prix mensuel pour le couple avec deux enfants (un abonnement de bus pour chaque membre du ménage et des cartes de dix trajets pour les adultes et les étudiants) est d'environ 105 euros par mois dans les trois régions.

Le graphique ci-dessus ne tient pas compte d'éventuelles réductions pour les ménages à faibles revenus. Les ménages qui bénéficient d'une intervention majorée pour les soins de santé entrent en considération pour des tarifs réduits pour les transports publics. Les ménages percevant le revenu d'intégration peuvent aussi bénéficier de réductions supplémentaires sur les abonnements de bus en Flandre et à Bruxelles. Pour les personnes isolées sans véhicule personnel et qui ont droit à une intervention majorée, cela débouche sur une réduction du budget de référence mensuel pour la mobilité de 34,5 euros à Bruxelles, de 24,6 euros en Flandre et de 32,8 euros en Wallonie. Pour un couple avec deux enfants (enseignement primaire et secondaire), cet avantage financier augmente encore, avec une économie de 69,0 euros par mois à Bruxelles, de 62,4 euros par mois en Flandre et de 78,8 euros par mois en Wallonie.

Le budget de référence pour la mobilité augmente fortement lorsque le ménage a besoin de son propre véhicule pour pouvoir atteindre les infrastructures nécessaires. Pour les ménages types illustratifs présentés dans la figure 11.1, l'augmentation nette varie entre 158,5 euros (personne isolée avec bébé en Bruxelles) et 317,0 euros (personne âgée isolée en Wallonie) par mois. Le graphique ci-dessus illustre que les frais pour une voiture partagée ne sont pas pris en compte lorsqu'un ménage dispose de son propre véhicule. De même, l'abonnement de bus pour un adulte est déduit et l'entretien vélo pour un adulte est diminué de moitié. L'augmentation du budget de référence lorsque les ménages possèdent leur propre véhicule est, pour tous les ménages types, plus forte en Wallonie. La principale raison que le budget de référence soit illustratif supérieur en Wallonie (358,2 euros/mois) en comparaison avec la Flandre (310,0 euros/mois) et la Bruxelles (248,3 euros/mois) est due au fait que les distances plus longues parcourues en moyenne en Wallonie sont faites avec la voiture (*cf.* 11.4.5).

Le besoin minimal de moyens de transport dépend fortement de la localisation domicile et des caractéristiques individuelles d'un ménage. Dans le cadre de l'utilisation pratique de budgets de référence, comme avec REDI pour les CPAS, les travailleurs sociaux peuvent choisir d'ajouter le prix minimal d'un véhicule personnel. Ils peuvent avoir recours pour cela au budget de référence illustratif pour un véhicule personnel développé pour les trois régions.

8.6 Les hypothèses sous-jacentes : dans quelle mesure sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ?

Comme nous l'avons déjà dit, les études démontrent que les transports publics en Belgique ne sont pas partout suffisamment disponibles et accessibles pour garantir une accessibilité minimale (G. Cappuccio, 2024 ; J. Charlier & J. Juprelle, 2024 ; T. Crols *et al.*, 2024 ; Fransen *et al.*, 2015 ; Transport & Mobility Leuven, 2024). Ce sont surtout les familles présentant un profil socio-économique inférieur qui ne peuvent pas toujours se permettre des moyens de transport appropriés pour rejoindre les infrastructures nécessaires (Fransen *et al.*, 2021 ; Hine *et al.*, 2012 ; Lucas *et al.*, 2016).

Les résultats de ces recherches ont été confirmés lors des entretiens menés dans les groupes de discussion. Les personnes vivant dans des zones urbaines ont trouvé qu'il était possible d'effectuer la plupart des déplacements à pied, à vélo ou en transports en commun. Les habitants de zones rurales, que ce soit en Flandre ou en Wallonie, ont, quant à eux, souvent estimé qu'il n'était pas possible d'effectuer tous les déplacements nécessaires sans véhicule personnel.

> *Non, j'y vais à pied, je n'en ai pas besoin [d'une voiture]. Je n'habite pas loin des magasins. (Bruxelles, personnes âgées, 2024)*
>
> *Ce que vous devez garder à l'esprit pour nous, à la campagne, c'est que nous devons à chaque fois prendre la voiture pour aller quelque part. Nous ne pouvons pas faire autrement. Il n'y a pas de transports. C'est impossible. (Namur, personnes âgées, 2024)*
>
> *Les personnes qui vivent en ville peuvent s'en sortir sans voiture, mais, en dehors des villes, il faut une voiture. Surtout pour le travail, sinon on ne peut vraiment rien faire, car les transports en commun sont insuffisants. Mais, s'il y en avait, je prendrais certainement le bus. (Zarren, ménages sans enfants, 2013)*

Lorsque les ménages ne disposent pas de leur propre véhicule, les participants aux groupes de discussion ont indiqué qu'il fallait parfois pouvoir utiliser une voiture, par exemple pour transporter des courses de plus grande ampleur ou pour rendre visite à des proches qui vivent plus loin. Les initiatives locales, comme la Centrale des moins mobiles ou le Taxi social, peuvent apporter une solution, mais l'offre n'est pas toujours suffisante ni garantie dans chaque commune. Elles sont, en outre, souvent réservées à un groupe cible spécifique et tous ceux qui ont besoin sporadiquement d'un transport ne peuvent pas y recourir.

> *Avoir une voiture, c'est aussi lié à l'endroit où vit votre famille. Si elle vit plus loin, vous avez besoin d'une voiture pour lui rendre visite. (Balen, familles avec bébés, 2024)*
>
> *J'ai un abonnement Cambio pour quand je dois transporter un meuble ou ce genre de chose. Sinon, je me déplace à pied. (Bruxelles, personnes âgées, 2024)*
>
> *Ils ont par exemple les Centrales pour Moins Mobiles pour les personnes qui ne peuvent pas prendre le bus, mais pourquoi n'existe-t-il pas ce genre d'initiative pour les personnes actives, mais qui sont bloquées le soir, qui ne peuvent aller nulle part, qui ont la possibilité ou un budget suffisant pour passer un moment de détente, mais qui n'ont pas de moyens de transport. (Herentals, familles avec enfants, 2013)*

Il est ressorti des groupes de discussion que les transports en commun ne sont souvent pas assez développés, de sorte que les gens doivent se déplacer loin pour pouvoir prendre le bus (et encore plus pour le train). De plus, les bus et les trains ne circulent pas assez fréquemment à de nombreux endroits. Il peut donc falloir beaucoup de temps pour parcourir certains trajets en transports en commun.

> *Le sport est important. Quand mon enfant a par exemple gymnastique le samedi à village X, comment je fais ? Cela ne dure qu'une heure, mais je suis trois heures à l'arrêt de bus. Oui, une voiture est vraiment indispensable. (Hotton, familles avec enfants, 2024)*
>
> *Avec le bus, les horaires ne sont pas top. Beaucoup de bus sont supprimés et ça ne va plus. Le bus de vllage X vers village Y est par exemple supprimé, ce qui est très frustrant, car il faut d'abord aller à village Z et y attendre une heure. C'est affreux. Ces horaires sont vraiment horribles. (Balen, familles avec bébés, 2024)*

Les participants aux groupes de discussion considèrent les transports en commun comme non fiables, il est donc difficile de respecter les horaires des rendez-vous, par exemple, chez le médecin ou à l'hôpital. Certains participants ont indiqué que, dans de telles situations, ils préféraient utiliser le vélo si c'était possible.

> *Je trouve qu'il n'est vraiment pas pratique d'utiliser les transports en commun en tant que parent. Quand vous vous dites que vous devez être à tel endroit à telle heure, ça ne va pas… Si vous devez être à l'hôpital à 9 heures pour un examen pour votre enfant, c'est très stressant et il faut partir très tôt. Si je dois choisir entre les transports en commun et mon vélo avec remorque pour me rendre à mon rendez-vous à l'hôpital à 9 heures, j'opte pour le vélo. (Balen, familles avec bébé, 2024)*
>
> *C'est possible avec les transports en commun, mais c'est plus compliqué. Je dois faire une partie à pied et il y a une grande différence de temps de*

> *parcours. C'est ça le problème. C'est moins cher avec ma carte de bus, mais il faut tenir compte de l'heure à laquelle il faut partir pour être à l'heure, où il faut descendre… Il faut aussi penser aux temps d'attente et aux bus qui ne sont pas toujours ponctuels. Il n'est donc pas facile d'être à l'heure avec les transports en commun. (Louvain, familles sans enfants, 2013)*

L'utilisation du vélo varie fortement en fonction des régions et c'est en Flandre qu'elle est la plus intégrée (voir 8.2). Les participants wallons ont indiqué que l'utilisation du vélo était moins pratique en raison des dénivelés, de la sécurité routière et du manque d'une bonne infrastructure. Une étude (n = 71) réalisée en Bruxelles (2021) a démontré que 34 % des participants n'utilisaient pas le vélo (communication personnelle, mai 2024). La sécurité était la raison la plus citée.

> *À Verviers ou Liège, il y a beaucoup de dénivelés… Il faut toujours monter. C'est compliqué pour les personnes qui ne sont pas en bonne forme physique. On voit beaucoup de gens sur des vélos électriques. (Verviers, familles sans enfants, 2024)*
>
> *De plus, les routes sont dangereuses pour les vélos. Il y a des accidents chaque été. Je ne laisserais jamais mes enfants y faire du vélo. (Hotton, familles avec enfants, 2024)*
>
> *Sans routes sûres, sur lesquelles on peut se déplacer à vélo tranquillement et sans crainte, ce n'est pas possible. J'ai acheté un vélo, mais je ne l'utilise pas. Je l'emmène uniquement à la côte. (Verviers, familles sans enfants, 2024)*

Les transports en commun combinés au vélo et à la voiture partagée n'ont, pour beaucoup de participants aux groupes de discussion, pas été considérés comme suffisants pour satisfaire tous leurs rôles sociaux. Surtout pour les ménages vivant dans des zones rurales ou les personnes en moins bonne santé. Lors de l'évaluation de la situation financière des ménages, il est donc important de tenir compte des besoins supplémentaires en termes de mobilité, comme les dépenses minimales nécessaires pour un vélo électrique ou un véhicule personnel.

8.7 Conclusion

L'accessibilité physique des biens et services nécessaires est essentielle pour garantir la participation sociale. Les plans politiques régionaux en Belgique visent clairement à améliorer la mobilité et à réduire la dépendance à la voiture. Bien que des efforts soient fournis dans ce sens, l'accessibilité des biens et services nécessaires via les transports publics est, à de nombreux endroits, insuffisante, notamment dans les zones rurales.

L'étude démontre qu'un manque de moyens de transport appropriés peut entraîner l'exclusion sociale, surtout pour les ménages présentant un profil socio-économique inférieur. Les moyens de transport au minimum nécessaires dépendent non seulement de la proximité des biens et des services et de la disponibilité des transports en commun, mais aussi de facteurs personnels comme le statut du travail et le régime d'emploi. Nous développons donc dans ce chapitre des budgets de référence pour différentes situations familiales.

Le budget de référence minimal pour les ménages types qui n'ont pas besoin de véhicule personnel pour être suffisamment mobiles est le plus faible pour les personnes âgées isolées (en moyenne 55 euros/mois dans les trois régions) et augmente avec le nombre de membres composant le ménage (en moyenne 180 euros/mois dans les trois régions pour un couple avec un enfant dans l'enseignement primaire et secondaire). Les dépenses pour les transports en commun (abonnement de bus et tickets de train) constituent la plus grande partie de ce budget de référence. Pour ces ménages types, un budget est prévu pour l'utilisation sporadique d'une voiture partagée. Si l'offre de voitures partagées est insuffisante, ce budget peut être utilisé pour recourir à d'autres moyens de transport, comme un taxi (social) ou une Centrale des moins mobiles. Si un ménage a besoin d'un véhicule personnel, le budget de référence minimal augmente considérablement. Le prix d'un véhicule personnel dépend fortement du nombre moyen de kilomètres parcourus chaque année. Ce kilométrage est plus élevé en Wallonie (13 500 km/an), vient ensuite la Flandre (10 300 km/an) et, enfin, la Bruxelles (5 900 km/an). Puisque nous nous basons sur ces moyennes pour le budget de mobilité, le budget de référence pour la possession d'un véhicule personnel est le plus élevé en Wallonie (358,2 euros/mois), puis en Flandre (310,0 euros/mois) et, enfin, en Bruxelles (248,3 euros/mois). Certaines dépenses sont supprimées, comme le coût d'un abonnement de bus et d'une voiture partagée, une partie du budget pour l'entretien des vélos et le prix d'une remorque à vélo et d'une nacelle pour bébé (uniquement pour les ménages avec un bébé). Si l'on en tient compte, le budget de référence mensuel est d'au moins 158 euros par mois (Bruxelles) et d'au maximum 317 euros par mois (Wallonie) plus élevé pour les ménages avec véhicule privé que pour les ménages qui n'en ont pas. En guise d'alternative au véhicule personnel, nous avons aussi calculé un budget de référence pour un vélo électrique. Il s'élève à 23 euros par personne par mois (sans tenir compte des dépenses à déduire pour un vélo ordinaire), mais nous ne reprenons pas cette option dans les budgets de référence standard abordés *supra*.

Les dépenses nécessaires au minimum pour la mobilité sont définies par des choix politiques dans de nombreux domaines différents. Ceux-ci déterminent dans quelle mesure les gens vivent à proximité de biens et de services essentiels, et comment ils peuvent rejoindre les endroits où ils doivent se rendre dans un délai acceptable. Puisque le budget « mobilité » dépend si fortement du domicile et de quelques besoins spécifiques des ménages, il est important de tenir compte pour l'utilisation des budgets de référence,

si possible, des besoins concrets et des coûts des personnes dans le besoin. Sur la base de l'enquête sociale menée dans un CPAS, un travailleur social peut par exemple reprendre ou exclure dans REDI des dépenses spécifiques pour un véhicule privé ou un vélo électrique afin de composer un budget « mobilité » sur mesure pour le bénéficiaire.

Références

ANWB (z.d.). *Autokosten berekenen.* Retrieved 27.05.2024, from https://www.anwb.nl/auto/autokosten/berekenen/autokosten

ANWB (z.d.). *Tips fietsonderhoud : Voorkom fietsreparaties* | ANWB. Retrieved 15.11.2024, from https://www.anwb.nl/fiets/onderhoud/algemeen-fietsonderhoud ?search-results=

Bantis, T., & Haworth, J. (2020). Assessing transport related social exclusion using a capabilities approach to accessibility framework : A dynamic Bayesian network approach. *Journal of Transport Geography*, *84*, 102673. https://doi.org/10.1016/j.jtrangeo.2020.102673

Boshuizen, J., Molendijk, J., Planting, N., Plomp, T., Reithaar, A., & Kramer, W. (2012). Fietshelmgebruik onder kinderen : een harde zaak : Community projecten in Bachelorthema. *Tijdschrift voor gezondheidswetenschappen*, *90*, 11-12. https://doi.org/10.1007/s12508-012-0009-9

Bruxelles Mobilité. (2020). Plan régional de mobilité 2020-2023.Plan stratégique et opérationnel. Bruxelles : Bruxelles Mobilité. Retrieved from https://data.mobility.brussels/media/publications/plans/prm/goodmove_fr_20210420.pdf

Cappuccio, G. (2024). *Élaboration d'un indicateur de disponibilité des services et transports publics. Quelle influence de la disponibilité des services et transports publics sur l'équipement en voiture des ménages ?* [Université de Liège]. https://matheo.uliege.be/bitstream/2268.2/20528/4/s200017Cappuccio2024.pdf

Car-Pass vzw. (2023). *Jaarverslag 2023*. Retrieved from https://www.car-pass.be/public/8604_CAP_Jaarverslag2023_NL_v10-Interactief.pdf

Charlier, J., & Juprelle, J. (2024). *Quelle accessibilité géographique des Wallons et des Wallonnes aux transports en commun ?* [D/2024/10158/8]. Institut wallon de l'évaluation, de la prospective et de la statistique (Iweps). https://www.iweps.be/wp-content/uploads/2024/05/WP41-1.pdf

Crols, T., Verachtert, E., & Poelmans, L. (2024). *Ontwikkelingskansen op basis van knooppuntwaarde en voorzieningenniveau, toestand 2022—Technische fiches*. https://archief.algemeen.omgeving.vlaanderen.be/xmlui/bitstream/handle/acd/1041464/technisch_rapport_fiches_knooppuntwaarde_voorzieningenniveau_toestand2022.pdf

Dujardin, S., Boussauw, K., Brévers, F., Lambotte, J.-M., Teller, J., & Witlox, F. (2012). Sustainability and change in the institutionalized commute in Belgium : Exploring regional differences. *Applied Geography*, *35*(1-2), 95-103. https://doi.org/10.1016/j.apgeog.2012.05.006

Ermans, T. (2023). Quelle est l'influence de l'environnement urbain sur l'équipement automobile en Région bruxelloise ? https://ibsa.brussels/sites/default/files/publication/documents/Cahier%20motorisation_FR_Final_0.pdf

Esposito, G., Setoh, P., Yoshida, S., & Kuroda, K. O. (2015). The calming effect of maternal carrying in different mammalian species. *Frontiers in Psychology*, *6*, 445. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00445

Fransen, K. (2017). *Travelling beyond Spatial Analysis : The Impact of Temporal and Personal Restrictions on Equitable Access to Opportunities* [Dissertation, Ghent University]. http ://hdl.handle.net/1854/LU-8558582

Fransen, K., Boussauw, K., Deruyter, G., & De Maeyer, P. (2019). The relationship between transport disadvantage and employability : Predicting long-term unemployment based on job seekers' access to suitable job openings in Flanders, Belgium. *Transportation Research Part A : Policy and Practice*, *125*, 268-279. https://doi.org/10.1016/j.tra.2018.01.023

Fransen, K., Neutens, T., Farber, S., De Maeyer, P., Deruyter, G., & Witlox, F. (2015). Identifying public transport gaps using time-dependent accessibility levels. *Journal of Transport Geography*, *48*, 176-187. https://doi.org/10.1016/j.jtrangeo.2015.09.008

Fransen, K., Vertriest, M., Bracke, A., Delespaul, S., & Vandenbroeck, E. (2021). *Minder mobiel, een bewuste keuze ?* Retrieved from https://www.mobiel21.be/downloads/Mobiel-21_Onderzoek-Vervoersarmoede_2021.pdf

Gouvernement wallon. (2019). *Stratégie régionale de mobilité : volet I – Mobilité des personnes.* Retrieved from https://mobilite.wallonie.be/files/eDocsMobilite/politiques%20de%20mobilit%c3%a9/SRM_PERSONNES_2019.pdf

Hine, J., Kamruzzaman, Md., & Blair, N. (2012). Weekly activity-travel behaviour in rural Northern Ireland : Differences by context and socio-demographic. *Transportation*, *39*(1), 175-195. https://doi.org/10.1007/s11116-0

Jeekel, J. F., & Martens, C. (2017). Equity in transport : Learning from the policy domains of housing, health care and education. In *European Transport Research Review* (Vol. 9, pp. 1-13).

Knipprath, H., Bogaerts, Y., & Schuerman, N. (2023). Actiebereidheid en drempels naar werk bij langdurig werkzoekenden. *Over.Werk. Tijdschrift van het Steunpunt Werk*, *33*(2), 151-159. https://www.steunpuntwerk.be/publicaties/actiebereidheid-en-drempels-naar-werk-bij-langdurig-werkzoekenden

Lebrun, K. (2018). Temps de déplacements en transport public à Bruxelles : l'accessibilité des pôles d'activités. *Brussels Studies. La revue scientifique pour les recherches sur Bruxelles / Het wetenschappelijk tijdschrift voor onderzoek over Brussel / The Journal of Research on Brussels*. https://doi.org/10.4000/brussels.1652

Lucas, K., Mattioli, G., Verlinghieri, E., & Guzman, A. (2016). Transport poverty and its adverse social consequences. *Proceedings of the Institution of Civil Engineers – Transport*, *169*(6), 353-365. https://doi.org/10.1680/jtran.15.00073

Luz, G., & Portugal, L. (2022). Understanding transport-related social exclusion through the lens of capabilities approach. *Transport Reviews*, *42*(4), 503-525. https://doi.org/10.1080/01441647.2021.2005183

Martens, K. (2016). *Transport Justice : Designing Fair Transportation Systems*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315746852

Martens, K., & Bastiaanssen, J. (2019). An index to measure accessibility poverty risk. In *Measuring Transport Equity* (pp. 39-55). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-814818-1.00003-2

Masuy, A. (2020). *Principaux résultats de l'enquête sur la mobilité des Wallons—MOBWAL 2017* (D/2020/10158/20). Institut wallon de l'évaluation, de la prospective et de la statistique (Iweps). https://www.iweps.be/wp-content/uploads/2020/12/RS5_MOBWAL.pdf

Netwerk tegen Armoede. (2022). *Jongeren in kwetsbare situaties : Een moeizame transitie naar de arbeidsmarkt*. Retrieved 25.01.2025, from https://netwerktegenarmoede.be/media/pages/nieuws/2022/jongeren-in-kwetsbare-situaties-een-moeizame-transitie-naar-de-arbeidsmarkt/58540e75c1-1673596010/2022_dossier-jongeren-moeizame-transitie-naar-arbeidsmarkt.pdf

Olivier, J., & Creighton, P. (2017). Bicycle injuries and helmet use : A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Epidemiology*, *46*(1), 278-292. https://doi.org/10.1093/ije/dyw153

Prijs autoverzekering : 10 factoren die tellen. (z.d.). Testaankoop. Retrieved 07.01.2025, from https://www.test-aankoop.be/geld/autoverzekeringen/dossier/prijs-autoverzekering

Service Public Fédéral. Mobilité et transports. (2023a). *Chiffres-clés du vélo en Belgique*. Retrieved from https://mobilit.belgium.be/sites/default/files/documents/publications/2024/chiffres-cl%C3%A9s-v%C3%A9lo-2023_FR_final_0.pdf

Service Public Fédéral. Mobilité et transports. (2023b). *Enquête fédérale sur les déplacements domicile-travail 2021-2022* . Retrieved from https://mobilit.belgium.be/fr/file/5860/download?token=5lSpz-uj

Service Public Fédéral. Mobilité et transports. (2025). *Les modes de déplacement utilisés par les Belges en 2024*. Retrieved from https://mobilit.belgium.be/fr/file/9579/download?token=s7ZbPzN5

Sheller, M. (2018). *Mobility Justice : The Politics of Movement in an Age of Extremes*. Verso Books. https://doi.org/10.1080/2325548X.2020.1760059

Statbel. (2023). *Nombre de véhicules par ménage selon le type de ménage.* [Dataset]. Retrieved from statbel.fgov.be/sites/default/files/files/documents/mobiliteit/1.1 Verkeer/1.1.4 Wagenbezit per hh/Statbel_CarPoss_2023_fr.xlsx

Tarif officiel des produits pétroliers (z.d.). SPF Economie. Retrieved 22.10.2024, from https://economie.fgov.be/fr/themes/energie/prix-de-lenergie/prix-maximum-des-produits/tarif-officiel-des-produits

Transport & Mobility Leuven. (2024). *Hoe is het nu echt gesteld met de bereikbaarheid ?* Retrieved from https://www.tmleuven.be/nl/project/Bereikbaarheidskaarten-De-Lijn

Van Eenoo, E. (2024). *Navigating a Car-dependent Society : The Case of Flanders (Belgium)* [Vrije Universiteit Brussel]. Retrieved from https://researchportal.vub.be/en/publications/navigating-a-car-dependent-society-the-case-of-flanders-belgium-2

Vanoutrive, T. (2018). Minder inkomen, dus minder mobiel, dus minder kansen ? In *Armoede en sociale uitsluiting : jaarboek 2018/Coene, J. [ed.] et al.* (pp. 277-290).

Van Wee, B. (2011). *Transport and Ethics : Ethics and the Evaluation of Transport Policies and Projects*. Edward Elgar Publishing.

Vecchio, G., & Martens, K. (2021). Accessibility and the capabilities approach : A review of the literature and proposal for conceptual advancements. *Transport Reviews*, *41*(6), 833-854. https://doi.org/10.1080/01441647.2021.1931551

Vlaamse Overheid. Departement Mobiliteit en Openbare werken. (2022). *Vlaamse mobiliteitsvisie 2040*. https://assets.vlaanderen.be/image/upload/v1645112287/Vlaamse_mobiliteitsvisie_2040_DEF_kospcu.pdf

waytogo.be. (2023). *Rapport d'impact. L'autopartage en Belgique en 2022.* Retrieved from https://www.waytogo.be/files/Publicaties/Rapport-dimpact.-Lautopartage-en-Belgique-en-2022.pdf

Yigitcanlar, T., Mohamed, A., Kamruzzaman, M., & Piracha, A. (2019). Understanding transport-related social exclusion : A multidimensional approach. *Urban Policy and Research*, *37*(1), 97-110. https://doi.org/10.1080/08111146.2018.1533461

Zinn, L. (2023). *Zinn & the Art of Mountain Bike Maintenance : The World's Best-selling Guide to Mountain Bike Repair*. Simon and Schuster.

9 LE BUDGET POUR UNE ENFANCE EN SÉCURITÉ

Leen Van Thielen, Bérénice Storms, Tess Penne, Ilse Cornelis et Marieke Frederickx

9.0 Introduction

Une enfance en sécurité n'est pas un luxe, mais un droit. Pourtant, en Belgique, un enfant sur cinq grandit dans la pauvreté ou l'exclusion sociale. La pauvreté et l'exclusion sociale sont des obstacles à une enfance en sécurité et laissent des traces profondes, que ce soit à court terme, mais aussi plus tard dans la vie. L'importance d'un environnement chaleureux, stable, sécurisant et stimulant pendant l'enfance est soulignée par de nombreuses études scientifiques et par des traités internationaux tels que la Convention relative aux droits de l'enfant (De Schutter *et al.*, 2023 ; Commission européenne, 2021 ; Eurostat, 2024 ; OCDE, 2018 ; Statbel, 2025).

Dans ce chapitre, nous allons donner une dimension concrète à la notion abstraite d'« enfance en sécurité » en partant des besoins psychosociaux universels des enfants. D'autres besoins des enfants, tels qu'une alimentation saine, des vêtements adaptés, un environnement de vie sain, etc., seront abordés dans les chapitres suivants. Nous prenons en considération quatre besoins fondamentaux universels : l'amour, l'amitié et la sécurité affective ; l'acquisition de nouvelles expériences ; la reconnaissance et l'encouragement ; et l'élargissement progressif des responsabilités. Pour chacun de ces besoins, nous établissons un budget de référence qui indique les conditions matérielles à remplir afin de satisfaire ces besoins pour chaque enfant en Belgique et le coût minimal que cela représente pour les familles. Pour ce faire, nous nous appuyons sur des études antérieures, les contributions d'experts et l'expérience de familles en situation de vulnérabilité.

La première section traite de l'importance d'une enfance en sécurité et des quatre besoins psychosociaux qui doivent être satisfaits à cet effet. La deuxième section traite du contenu du panier : quels sont les produits et services minimaux nécessaires pour remplir ces rôles de manière optimale ? La troisième section aborde les stratégies de prix utilisées pour calculer un budget minimal nécessaire et la quatrième section examine le budget global. Le chapitre se termine par une discussion critique des hypothèses qui sous-tendent la composition du panier « enfance en sécurité ».

9.1 L'importance d'une enfance en sécurité

En 2024, en moyenne 20,2 % des enfants en Belgique étaient exposés à un risque de pauvreté ou d'exclusion sociale (Eurostat, 2024). La Belgique se place ainsi dans la moyenne européenne. Ce chiffre est néanmoins préoccupant, car les premières années de la vie sont cruciales pour le développement optimal ultérieur des enfants. Une enfance en sécurité constitue la base du bien-être et de la participation à la société à l'âge adulte. Les expériences précoces de pauvreté et d'exclusion sociale ont un impact démontrable sur la santé cognitive et physique, les résultats scolaires et la capacité d'intégration sociale (Engle & Black, 2008 ; De Schutter *et al.*, 2023 ; Luby *et al.*, 2024). Les enfants qui grandissent dans la pauvreté subissent plus souvent des effets négatifs qui peuvent se répercuter plus tard dans leur vie, ce qui augmente le risque de pauvreté intergénérationnelle (Dewilde, 2024 ; Parolin *et al.*, 2025).

Afin de concrétiser le concept d'« enfance en sécurité », nous utilisons dans ce chapitre la classification en quatre catégories des besoins psychosociaux des enfants proposée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS, 1982, dans : Doyal & Gough, 1991), sur la base des travaux de Pringle (1980 ; 2013). Ces quatre besoins sont les suivants : amour et sécurité, nouvelles expériences, reconnaissance et encouragement, et élargissement progressif des responsabilités. Bien que les trois premiers besoins soient également pertinents pour les adultes, nous avons délibérément choisi de créer une catégorie distincte pour les enfants. Il y a deux raisons à cela. Premièrement, la satisfaction de ces besoins nécessite des produits et services différents selon qu'il s'agit d'enfants ou d'adultes (ceux destinés aux adultes se retrouvent en particulier dans le panier « entretenir des relations sociales significatives » et dans le panier « repos et détente »). Deuxièmement, des groupes de discussion avec des familles à faibles revenus ont montré que les parents ont souvent souffert dans leur propre enfance d'un manque de ces besoins fondamentaux. Ils accordent donc une grande importance à la création d'une vie familiale chaleureuse et stable. Ils veulent offrir à leurs enfants la sécurité et l'avenir dont ils ont eux-mêmes été privés.

Les quatre besoins psychosociaux des enfants sont également reconnus et inscrits dans la Convention internationale relative aux droits de l'enfant (Nations unies, 1989, et dans un langage plus accessible : UNICEF, 2018 ; Commissariat flamand aux droits de l'enfant, 2023). À partir de ce cadre, nous élaborons un budget de référence qui indique le minimum requis pour donner aux enfants la possibilité de grandir sainement et de participer pleinement à la société.

9.1.1 Amour, amitié et sécurité affective

Une relation stable et affectueuse dès la naissance avec les parents ou les autres personnes qui les éduquent est essentielle au bon développement émotionnel et social des enfants. Un manque d'amour et de protection dans la petite enfance augmente le risque de problèmes émotionnels et de comportements antisociaux plus tard dans la vie (Pringle, 2013 ; Luby *et al.*, 2024). L'importance de l'amour est explicitement reconnue dans le préambule de la Convention internationale relative aux droits de l'enfant (Nations unies, 1989), qui stipule que, pour l'épanouissement harmonieux de sa personnalité, l'enfant doit grandir dans un milieu familial caractérisé par un climat de bonheur, d'amour et de compréhension.

La Convention relative aux droits de l'enfant souligne le droit de tout enfant à grandir avec ses parents, qui sont conjointement responsables de son éducation (art. 5, 9, 10, 18, 20, 21 et 25). Lorsqu'une configuration familiale n'est pas possible, une solution alternative, centrée sur l'enfant, telle que le placement dans une famille d'accueil ou une institution, doit être recherchée et évaluée périodiquement afin de s'assurer qu'elle est toujours nécessaire.

Le cadre de vie des enfants s'étend toutefois au-delà du cercle familial. Le contexte social plus large, comme l'école, les mouvements de jeunesse, les clubs sportifs et les activités de loisirs informelles, joue également un rôle important dans le développement psychosocial. C'est dans ce contexte que s'opère la socialisation secondaire : les enfants apprennent à s'adapter à divers environnements sociaux et à construire un capital social (Biesta, 2011 ; De Visscher, 2008 ; Chambers *et al.*, 2024). La participation active à la vie associative favorise la confiance généralisée – une forme de confiance qui ne se limite pas à l'entourage immédiat, mais s'étend à la société dans son ensemble.

Le droit à l'identité est également crucial à cet égard. Chaque enfant a le droit d'être reconnu comme une personne unique, avec un nom, une nationalité et une origine. Ces droits sont consacrés par les articles 6, 7 et 8 de la Convention relative aux droits de l'enfant et constituent la base du droit de l'enfant à « être quelqu'un » au sein de la société.

En outre, les enfants ont droit à une vie privée. L'article 16 de la Convention relative aux droits de l'enfant garantit une protection contre les immixtions arbitraires ou illégales dans sa vie privée ou sa correspondance. Cela implique que les parents, les représentants légaux ou d'autres personnes n'ont pas le droit, sans raison valable, de lire les messages privés des enfants et que ces derniers doivent être protégés contre toute atteinte psychologique ou physique.

Enfin, la sécurité – tant physique que mentale – est une condition préalable fondamentale pour le développement des enfants. Bien que le concept de sécurité ne fasse pas l'objet d'un droit distinct dans la Convention relative aux droits de l'enfant, il est implicite dans plusieurs droits de protection, tels que le droit à la protection contre les mauvais traitements, la négligence, les abus sexuels, la traite, l'enlèvement, la torture et la privation illégale de liberté (art. 30 à 39). Cette protection doit être garantie dans tous les domaines du cadre de vie de l'enfant : à la maison, à l'école, dans les activités de loisirs et dans les espaces publics.

9.1.2 Acquérir de nouvelles expériences

Outre l'amour, l'amitié et la sécurité affective, les enfants et les jeunes ont également besoin de nouvelles expériences qui stimulent leur curiosité et les encouragent à se développer (Pringle, 2013). En étant exposés à divers environnements, situations et défis, ils acquièrent de nouvelles compétences, découvrent leurs intérêts et développent leur personnalité. Au sein de la famille, les enfants acquièrent déjà de nombreuses premières expériences, mais il est au moins tout aussi important qu'ils soient également encouragés à explorer le monde en dehors du contexte domestique. Les nouvelles expériences contribuent au développement cognitif, social et créatif, ce qui en fait des éléments essentiels d'une enfance en sécurité et stimulante.

9.1.2.1 Informations

Conformément à l'article 17 de la Convention internationale relative aux droits de l'enfant, les enfants ont le droit d'accéder aux informations relatives à leur cadre de vie. Les parents et autres personnes qui les éduquent jouent un rôle de médiateur à cet égard, mais il est important que les enfants aient également un accès indépendant à diverses sources d'information. L'information leur permet non seulement d'apprendre, mais aussi de se forger leur propre opinion et de développer une citoyenneté active (Biesta, 2011). Ainsi, les jeunes peuvent, par exemple, participer à des conseils consultatifs ou adopter des positions politiques. Les sources d'information pertinentes et accessibles comprennent les livres, les journaux, la radio, la télévision et les médias numériques. L'accès à ces sources doit être garanti à tous les enfants, quelle que soit leur situation socio-économique.

9.1.2.2 Éducation

L'éducation est un droit fondamental, inscrit dans la Convention relative aux droits de l'enfant (art. 28) et dans les droits sociaux fondamentaux, qui garantissent notamment le libre accès à l'enseignement obligatoire (art. 24 de la Constitution belge). Chaque

enfant a droit à un enseignement de qualité, inclusif et abordable, qui vise à maximiser le développement intellectuel, social et émotionnel de l'enfant. Outre l'acquisition de connaissances et de compétences, l'enseignement remplit également une fonction éducative et sociale importante. Les enseignants contribuent à la socialisation et à la formation personnelle des élèves, et les établissements d'enseignement sont avant tout des lieux où les enfants acquièrent de nouvelles expériences, découvrent leurs talents et apprennent à se connaître en relation avec les autres.

9.1.2.3 Jeux, repos et culture

Les jeux, le repos et les activités culturelles sont également essentiels au développement équilibré des enfants. C'est pourquoi l'article 31 de la Convention relative aux droits de l'enfant reconnaît le droit de chaque enfant au jeu, aux loisirs et à la participation à des activités culturelles et artistiques. Ces droits peuvent être exercés à la fois individuellement et en groupe. Il est important que les enfants disposent de suffisamment de temps, d'espace et d'opportunités pour jouer et se détendre dès leur plus jeune âge. Pour les enfants qui aiment jouer en groupe ou participer à des activités collectives, la Convention prévoit également le droit à la liberté d'association (art. 15).

L'importance de la participation à ces activités est également reconnue dans les politiques menées en Belgique. Des barrières financières peuvent limiter l'accès à des expériences de loisirs enrichissantes. Les activités telles que les vacances ou les camps ne sont pas une évidence pour de nombreux enfants. Des efforts politiques sont déployés tant en Flandre qu'en Wallonie pour abaisser ces barrières. En Flandre, le décret « Iedereen Verdient Vakantie » soutient les organisations qui proposent des initiatives de vacances abordables aux personnes en situation de pauvreté, notamment par le biais de subsides et de partenariats pluriannuels (Toerisme Vlaanderen, 2023). En Wallonie, le Commissariat général au tourisme et l'asbl Article 27/Wallonie, avec le soutien de la Région wallonne, mettent en place un réseau visant à faciliter l'accès aux activités touristiques et récréatives aux groupes socialement vulnérables. Grâce à la cellule Wallonie Tourisme pour tous, des dizaines d'excursions en groupe sont organisées chaque année, y compris pour les personnes moins mobiles (Wallonie Tourisme, 2024).

9.1.3 Être reconnu et encouragé

Un troisième besoin psychosocial fondamental des enfants et des adolescents est la reconnaissance et l'encouragement. Lorsque les efforts et les réalisations des enfants sont valorisés – à la maison, à l'école et dans la société en général –, cela contribue à renforcer leur estime de soi et leur confiance en eux. Cela stimule également la persévérance et la résilience (Pringle, 2013). Ce besoin de reconnaissance est étroitement lié au droit des enfants à être vus, entendus et valorisés dans leur cadre de vie.

9.1.3.1 *Être reconnu*

Être reconnu signifie que les enfants ont non seulement le droit d'avoir leur propre opinion, mais aussi que cette opinion est prise au sérieux et qu'ils sont impliqués dans les décisions qui les concernent. Ces droits de participation sont inscrits dans la Convention relative aux droits de l'enfant (art. 12, 13 et 14). Les enfants et les jeunes ont le droit d'exprimer leur opinion sur des sujets aussi divers que l'éducation, la situation familiale et toute question sociétale dans leur cadre de vie immédiat. À cet égard, il est essentiel que leurs sentiments puissent également être exprimés et qu'ils aient accès à des informations suffisantes pour se forger une opinion éclairée – un lien entre le droit à l'information et le droit à la participation.

Les adultes – parents, enseignants, accompagnants et décideurs politiques – ont la responsabilité d'écouter activement les enfants et, dans la mesure du possible, de tenir compte de leur avis dans la prise de décision. Cette reconnaissance favorise non seulement l'estime de soi des enfants, mais contribue également à leur sens de l'autonomie et de la citoyenneté.

9.1.3.2 *Être encouragé*

L'encouragement joue un rôle essentiel dans le développement personnel et social des enfants. Un feed-back positif et ciblé favorise la motivation, stimule l'engagement et renforce la confiance en soi. À l'inverse, le manque d'encouragement peut conduire à l'insécurité et à des comportements problématiques, tandis que les compliments excessifs ou non spécifiques peuvent également avoir des effets négatifs, tels que la peur de l'échec ou la dépendance à l'égard d'une affirmation extérieure.

Des études montrent que, pour être efficace, l'encouragement doit être concret et axé sur le processus. Les compliments qui mentionnent l'effort ou la stratégie de l'enfant – plutôt que le résultat ou la personne elle-même – tendent à avoir un impact plus positif et durable (Steffens, 2017 ; Brummelman *et al.*, 2014 ; Brummelman *et al.*, 2022 ; Rommerts, 2020). En outre, il est important de tenir compte des différences individuelles : les enfants qui manquent de confiance en eux réagissent différemment au feed-back que les enfants qui ont naturellement plus d'assurance. Il convient donc d'adopter une approche sensible et contextuelle lorsque l'on donne des encouragements.

9.1.4 Élargissement progressif des responsabilités

Grandir est un processus d'apprentissage dynamique qui implique de subir des échecs et de savoir se relever. Dans ce processus, les enfants et les jeunes doivent avoir la possibilité de faire des erreurs et d'en tirer des leçons. Dans cette quête d'indépendance,

il est important de leur donner progressivement plus d'autonomie, en fonction de leur développement (Pringle, 2013). En prenant petit à petit leurs propres décisions et en réfléchissant aux conséquences de leurs actes, les enfants peuvent apprendre à assumer leurs responsabilités. Cela contribue à leur autonomie, à leur développement moral et à leur préparation à la vie adulte.

9.1.4.1 *Capacités croissantes de l'enfant*

La Convention relative aux droits de l'enfant (Nations unies, 1989) reconnaît que les enfants ont besoin non seulement de protection et de soins, mais aussi d'un espace de plus en plus grand pour participer activement aux décisions qui les concernent. Cela se reflète dans le classement des droits de l'enfant en trois catégories : droits de provision (droit à certaines prestations), droits de protection (droit à la protection) et droits de participation (droit à la participation et à l'implication).

Les droits de participation revêtent une importance particulière dans le contexte de la responsabilité. Deux articles de la Convention relative aux droits de l'enfant font explicitement référence aux capacités croissantes de l'enfant. L'article 5 souligne que les États doivent respecter les droits et responsabilités des parents (et des autres personnes responsables de l'éducation), afin que ceux-ci puissent accompagner les enfants d'une manière qui corresponde au niveau de développement de leurs enfants. Au fur et à mesure que les enfants grandissent et que leurs compétences augmentent, le centre de décision passe progressivement des parents à l'enfant lui-même, à condition que l'enfant soit désireux et capable de le faire (Lansdown, 2005).

L'article 12 souligne le droit de tout enfant d'exprimer librement son opinion sur toute question l'intéressant et précise que cette opinion doit être dûment prise en considération eu égard à son âge et à son degré de maturité. Cela implique non seulement le droit d'être entendu, mais aussi le droit à l'information et le droit d'être associé à la prise de décision. La responsabilité ultime de la prise de décision incombe à l'adulte, qui doit tenir compte de l'opinion de l'enfant à la lumière de ses capacités et de ses besoins (Lansdown, 2005).

Cette reconnaissance du potentiel de développement des enfants exige des adultes qu'ils concilient en permanence protection et autonomie. Le fait de confier progressivement plus de responsabilités et d'indépendance aux enfants crée un espace pour l'épanouissement personnel, l'engagement et la citoyenneté, ce qui est fondamental pour leur futur parcours de vie.

9.2 Le contenu du panier « enfance en sécurité »

Pour s'assurer que les enfants vivent une enfance en sécurité, grandissent dans l'amour, l'amitié et la sécurité affective, vivent de nouvelles expériences, soient reconnus et encouragés, et aient la possibilité d'élargir progressivement leurs responsabilités, les familles ont besoin de certaines ressources. Il s'agit principalement de ressources immatérielles et affectives, telles que la compréhension, l'affection et la protection. Dans ce chapitre, l'accent sera toutefois mis principalement sur les conditions matérielles qui doivent être présentes pour qu'un enfant puisse avoir une enfance en sécurité. Pour certains besoins, cela tombe sous le sens, mais, pour d'autres, il est moins évident de savoir comment les satisfaire.

De plus, la satisfaction de ces besoins est inévitablement déterminée par le milieu culturel. Dès lors, le risque existe que les normes et les attentes soient définies du point de vue essentiellement centré sur la classe moyenne. Pour éviter ce biais et arriver à une interprétation aussi objective que possible, nous nous basons sur les fonctions remplies par les quatre besoins identifiés. À chaque fois, nous nous posons la question suivante : « De quoi un enfant ou un jeune a-t-il besoin au minimum dans notre société pour … ? » Nous avons essayé de rendre cette traduction en ressources concrètes la plus large possible. En effet, lors des groupes de discussion, des préoccupations ont été exprimées quant au fait que chacun devrait être en mesure de répondre à ces besoins en fonction de ses propres intérêts et de son cadre de vie. Plus concrètement, dans une phase antérieure, une enquête Delphi auprès d'experts en politique de la jeunesse a été utilisée (Van Thielen & Storms, 2009). Nous avons également tenu compte des contributions antérieures du Commissariat flamand aux droits de l'enfant et des participants aux groupes de discussion, en accordant une attention particulière aux familles en situation socio-économique précaire. Nous nous sommes appuyés sur ces éléments. Le résultat de cet exercice est expliqué ci-dessous pour les quatre besoins psychosociaux.

9.2.1 Amour, amitié et sécurité affective

La base de l'amour, de l'amitié et de la sécurité affective réside dans les interactions quotidiennes entre les parents (ou les autres personnes en charge de l'éducation) et les enfants. Les parents qui sont disponibles, montrent de l'affection et passent activement du temps avec leurs enfants favorisent l'attachement et le bien-être émotionnel de ces derniers. Nombre de ces activités – comme manger ensemble, parler de la journée, se promener ou regarder un film – ne nécessitent pas de ressources financières supplémentaires. Elles illustrent le fait qu'un environnement familial ou éducatif chaleureux ne dépend pas nécessairement de la richesse matérielle.

Il existe toutefois également des éléments culturels au sein de notre société qui créent implicitement des attentes sociales. Certaines formes de loisirs, de communication ou de participation sont si bien établies que le fait de ne pas pouvoir y participer pour des raisons financières est stigmatisant. Les coûts matériels qui y sont associés sont pris en compte dans le panier « enfance en sécurité » en vue de favoriser l'inclusion sociale et le respect des droits de l'enfant.

9.2.1.1 *Activité sportive en famille*

Faire de l'exercice ensemble – par exemple, marcher, faire du vélo ou nager – permet non seulement aux familles de passer du temps dans une atmosphère détendue, mais contribue également à la santé physique. Un budget modeste est donc prévu pour permettre aux familles de pratiquer toutes les semaines une activité sportive. Ce budget comprend une combinaison d'activités gratuites et payantes. L'activité physique étant également essentielle pour les adultes, ce poste est inclus dans le panier « nutrition et exercice » (voir Chapitre 3). Les vêtements de sport et de natation sont également prévus via le budget « habillement » (voir Chapitre 4).

9.2.1.2 *Excursion en famille*

En vertu du droit à l'amitié, à l'identité et à l'appartenance familiale, une excursion familiale annuelle est incluse dans le budget de référence. Une sortie dans un parc d'attractions, un zoo ou un parc aquatique, par exemple, offre aux enfants des expériences enrichissantes et renforce les liens familiaux. Cette activité s'ajoute aux cinq journées de vacances dans le pays. Pour les adultes, les coûts associés sont inclus dans le budget « détente ».

9.2.1.3 *Fête d'anniversaire à la maison*

L'inclusion sociale dans l'enfance est également liée au sentiment d'appartenance à un groupe. Les fêtes d'anniversaire jouent un rôle important à cet égard. Les enfants ne devraient pas être exclus de ces expériences en raison de la situation financière de leur famille. C'est pourquoi le budget consacré aux enfants prévoit la possibilité d'organiser une petite fête d'anniversaire à la maison. Pour les familles disposant d'un espace de vie limité, des lieux publics comme une aire de jeux ou un parc peuvent constituer une alternative à bas prix pour se retrouver entre amis. Les cadeaux pour la participation aux fêtes d'anniversaire des amis peuvent être payés avec l'argent de poche.

9.2.1.4 *Smartphone*

Pour les jeunes, les liens sociaux avec les enfants du même âge sont essentiels, et la communication numérique joue un rôle central à cet égard. C'est pourquoi un smartphone standard est prévu dans le budget de référence à partir de l'âge de 12 ans. Il permet aux jeunes d'interagir avec leurs pairs sur des canaux communs comme Instagram, Snapchat ou YouTube. Ils peuvent ainsi participer pleinement aux réseaux sociaux qui, à leur âge, sont essentiels à la formation de l'identité et à l'amitié.

Parallèlement, l'utilisation des smartphones par les enfants et les adolescents suscite de plus en plus d'interrogations critiques, notamment en raison de risques tels que la dépendance, le cyberharcèlement, la perturbation du sommeil et un impact négatif sur le bien-être psychosocial (Meeus, 2022 ; Opgroeien, 2024). Par conséquent, il est de plus en plus nécessaire de mettre en place une politique d'accompagnement sur l'utilisation consciente et encadrée des médias numériques par les mineurs. L'inclusion d'un smartphone dans le budget de référence ne signifie donc pas qu'une utilisation illimitée soit souhaitable, mais reconnaît la nécessité de permettre aux jeunes d'accéder à la communication numérique d'une manière adaptée à leur cadre de vie, sous réserve d'un encadrement approprié de la part des parents, des autres personnes chargées de leur éducation et de la société dans son ensemble.

9.2.2 Acquérir de nouvelles expériences

En grandissant, les enfants et les adolescents font constamment de nouvelles expériences. Ces expériences sont essentielles à leur développement en tant qu'adultes indépendants. Si nombre de ces expériences peuvent être spontanées et gratuites, il est important d'inclure dans le budget de référence un poste pour les dépenses qui contribuent à la préservation des droits fondamentaux des enfants, tels que le droit à l'information, à l'enseignement, au jeu et à la participation culturelle.

9.2.2.1 *Abonnement à la bibliothèque*

Les enfants et les jeunes ont droit à l'information et utilisent différents canaux à cet effet. Les médias numériques accessibles sur tablette et smartphone ouvrent un monde de possibilités, allant des vidéos éducatives et des ressources internet aux contenus de détente tels que les jeux et les médias sociaux. Les sources d'information analogiques conservent cependant leur intérêt. La bibliothèque est un point d'entrée accessible et enrichissant vers les livres, les ouvrages de référence et les autres médias. Pour garantir cet accès à tous les enfants, un abonnement annuel à la bibliothèque est inclus dans le budget de référence.

9.2.2.2 *Participation à des activités de loisirs organisées ou non organisées*

La participation à des activités ludiques et culturelles permet également d'acquérir de nouvelles expériences. Les enfants doivent avoir la possibilité de découvrir des activités dans lesquelles ils peuvent à la fois s'amuser et développer leurs talents. Il peut s'agir d'un mouvement de jeunesse, d'un club de sport, d'une académie d'art ou d'activités de groupe informelles. Étant donné que tous les enfants n'ont pas accès aux formes traditionnelles d'activités de loisirs organisées, il est important que le budget de référence laisse également une place aux alternatives non organisées. Par exemple, les jeunes peuvent choisir de participer à un workshop, d'aller au centre de jeunes, d'aller nager, patiner ou jouer au football avec des amis.

9.2.2.3 *Jouets à offrir lors d'une occasion spéciale*

Les jouets ne sont pas seulement une source de détente, mais ils ont un rôle important dans le développement intellectuel, physique et socio-émotionnel des enfants. Lors du choix des jouets à inclure dans le budget de référence, nous nous basons sur la roue des jouets, qui classe ceux-ci selon trois domaines de développement : cognitif (p. ex. matériaux de construction, puzzles), psychosocial (jeux de société, jeux de rôle) et moteur-sensoriel (matériel de mouvement, jeux tactiles) (Schuil, 2005). Les jouets sont souvent offerts lors d'occasions spécifiques. Un budget est donc prévu trois fois par an pour permettre aux parents d'acheter des jouets appropriés et stimulants, dans le respect des coutumes culturelles et religieuses, telles que la Saint-Nicolas, l'Aïd, Pessa'h, Noël ou les anniversaires.

9.2.2.4 *Participation à des activités culturelles*

Pour contribuer au développement culturel des jeunes, nous prévoyons dans le budget de référence un poste pour quatre activités culturelles par an. Concrètement, il s'agit d'un montant qui peut être consacré, par exemple, à deux sorties au cinéma, permettant aux jeunes d'avoir accès à des films populaires ou éducatifs, et à deux sorties au théâtre ou à un spectacle musical. Bien entendu, ce montant peut également être utilisé pour la participation à d'autres activités culturelles.

9.2.2.5 *Frais de scolarité et de garde*

L'enseignement est un pilier central du développement des enfants. Pour y participer pleinement, les familles doivent être en mesure de prendre en charge les frais inévitables qui ne sont pas couverts par les pouvoirs publics, mais qui sont nécessaires pour atteindre les objectifs éducatifs. Ces coûts font donc partie intégrante du budget de réfé-

rence. De nombreuses écoles (secondaires) organisent également des activités et des voyages dits extrascolaires, qui ne sont pas essentiels pour atteindre les objectifs finaux, mais qui peuvent être importants pour permettre aux enfants de participer pleinement à la vie de l'école et qui offrent des possibilités de développement supplémentaires. Toutefois, nous n'incluons pas ces coûts supplémentaires dans le budget de référence.

Les services de garde d'enfants offrent également d'importantes possibilités de développement, notamment en termes d'interaction sociale, de développement du langage et de bien-être général. Des organisations telles que Kind & Gezin et l'ONE insistent sur les effets positifs d'une garde d'enfants de qualité (Goffin *et al.*, 2023). Des études européennes (Leseman *et al.*, 2022) suggèrent que la participation à des services de garde universels dès l'âge de 2 ou 3 ans favorise le développement cognitif et socio-émotionnel, en particulier chez les enfants issus de familles défavorisées. Pour les enfants issus de familles au statut socio-économique plus élevé, ces avantages sont moins prononcés, et une garde intensive des enfants en bas âge (de 1 an à 1,5 an) peut, dans certains cas, comporter des risques, en particulier lorsque la qualité du service est médiocre ou lorsque l'alternative au domicile est de très bonne qualité.

Dans le cadre du budget de référence, les services de garde d'enfants sont prévus en fonction de la situation professionnelle des parents. Si l'un des parents n'exerce pas d'activité rémunérée, une journée dans une structure d'accueil est prévue pour les enfants qui ne sont pas encore scolarisés. En outre, un budget est prévu pour que les enfants des écoles maternelles et primaires puissent participer à des plaines de jeux ou des activités alternatives. Lorsque les parents travaillent à temps plein, les services de garde sont plus étendus : les enfants qui ne vont pas encore à l'école sont pris en charge à temps plein et, pour les enfants en âge scolaire (jusqu'à 12 ans), la garde est assurée avant et après l'école. Pour ces enfants, un budget est également prévu pour des services de garde pendant les vacances scolaires.

9.2.3 Être reconnu et encouragé

Lorsque les enfants et les jeunes font de nouvelles expériences, il est important que celles-ci soient reconnues et valorisées. Un feed-back positif favorise la confiance en soi, stimule la motivation et contribue à la résilience émotionnelle des enfants. Les parents peuvent encourager leurs enfants de nombreuses manières, et ce sont souvent les interactions quotidiennes et intangibles au sein de la famille qui ont le plus de poids. Un contexte familial favorable et chaleureux crée la sécurité psychologique nécessaire pour que les enfants grandissent et se sentent valorisés.

À cet égard, les récompenses ne doivent pas nécessairement être matérielles. Les prendre dans les bras, leur raconter une histoire supplémentaire le soir, jouer ensemble,

leur faire un compliment ou les autoriser à aller se coucher plus tard sont des exemples de formes de reconnaissance gratuites, mais efficaces. Parallèlement à cela, il est courant dans notre société d'exprimer son appréciation de manière matérielle. Bien que les récompenses matérielles ne soient pas une condition préalable à une enfance en sécurité, elles peuvent contribuer à la reconnaissance des efforts, des performances ou des comportements souhaités, pour autant qu'elles s'inscrivent dans un climat éducatif chaleureux et qu'elles soient utilisées avec modération.

9.2.3.1 Sortie restaurant/repas à emporter

Pour que la reconnaissance et la récompense soient également matérielles et socialement ancrées, un montant modeste est prévu dans le budget de référence pour un plat à emporter occasionnellement ou une petite sortie en famille dans un établissement de restauration. Il ressort des groupes de discussion que ces moments ne servent pas seulement à récompenser les enfants – pour un bon bulletin scolaire ou un coup de main à la maison par exemple –, mais qu'ils sont aussi l'occasion de renforcer les liens familiaux.

Ces moments de plaisir partagés contribuent également à l'acquisition de compétences sociales : les enfants apprennent dans un contexte accessible les codes culturels et sociaux associés aux sorties au restaurant. La nature symbolique de ces activités en fait plus que de simples moments de repas : elles sont l'occasion de créer des liens, d'apprécier et de partager des expériences.

Comme cette pratique vise avant tout le développement socio-émotionnel et qu'elle a également une fonction de rencontre pour les adultes, le budget prévu à cet effet est inclus dans le panier « maintien des relations » (voir Chapitre 10).

9.2.4 Élargissement progressif des responsabilités

Encourager les enfants et les jeunes à se forger leur propre opinion, à faire valoir leur point de vue et à participer à la prise de décision sur les questions qui les concernent nécessite un environnement qui prenne au sérieux leurs capacités croissantes. Au sein de la famille, cela suppose notamment d'impliquer les enfants et les jeunes dans les décisions qui les concernent. Cela signifie également qu'il faut les responsabiliser et leur donner l'occasion de découvrir leurs propres limites. Les parents jouent un rôle important à cet égard : c'est à eux qu'il incombe de guider les enfants et les jeunes pour qu'ils fassent des choix éclairés, et de les aider à développer leur confiance en eux et leur compréhension d'eux-mêmes.

Dans un contexte scolaire, l'élargissement progressif des responsabilités peut signifier que les enseignants prennent leurs élèves au sérieux, utilisent leur cadre de vie comme

point de départ et laissent de la place à la participation et au dialogue (Biesta, 2011 ; Freire, 1972 ; Vettenburg, 1996). Concrètement, cela peut se traduire par la participation des élèves aux politiques de la classe et de l'école, telles que l'élaboration du règlement de l'école, l'organisation des récréations, l'aménagement des salles de classe et l'encadrement des autres élèves via l'éducation par les pairs. Au sein d'autres institutions également, il est important d'inclure la voix des enfants et des jeunes dans les décisions qui les concernent directement, par exemple, lorsqu'ils donnent leur consentement à un traitement médical ou à des décisions de justice qui les concernent.

Bien que la participation et la responsabilité ne nécessitent souvent pas de ressources matérielles, l'argent de poche a été mis explicitement en avant dans les groupes de discussion comme un moyen pratique d'enseigner progressivement la responsabilité aux jeunes. L'argent de poche donne aux jeunes la possibilité de gérer l'argent de manière indépendante et de fixer leurs priorités. En outre, l'argent de poche contribue à leur estime de soi et à leur autonomie en leur permettant de décider eux-mêmes de ce à quoi ils veulent dépenser leur argent. Cela crée non seulement une responsabilité financière, mais aussi la possibilité d'être soi-même et de développer son identité.

Les recherches menées par Cornelis et Storms (2014) montrent que de nombreux jeunes sont aux prises avec des dettes, mais aussi que les jeunes qui apprennent à gérer leur argent tôt sont moins susceptibles d'avoir des problèmes financiers. Le processus d'apprentissage de la gestion de l'argent prévoit également la possibilité de faire des erreurs ; des choix irresponsables à un jeune âge peuvent être riches d'enseignements et contribuer à éviter qu'une personne ne tombe dans de graves problèmes financiers plus tard dans sa vie à cause d'une mauvaise décision. L'argent de poche à un jeune âge peut être une première étape dans l'apprentissage de la gestion de l'argent (Sansone *et al*., 2019). Pour les jeunes plus âgés, à partir de 16 ans, prendre des responsabilités consiste également à gagner un peu d'argent pendant les week-ends ou les vacances en tant qu'étudiants jobistes ou à être actifs en tant que bénévoles. Cette expérience (de travail) renforce leurs compétences financières, en particulier en matière de gestion globale et d'administration. En outre, les jeunes qui gagnent leur propre argent déclarent souvent qu'ils réfléchissent davantage à leurs achats parce qu'ils sont conscients du temps qu'ils doivent travailler pour payer quelque chose. Cette prise de conscience les aide à gérer leur argent de manière plus rationnelle et réfléchie.

9.3 La tarification du panier « enfance en sécurité »

Le panier « enfance en sécurité » couvre un large éventail de biens et de services qui contribuent à répondre aux besoins psychosociaux fondamentaux des enfants. Dans cette section, nous allons expliquer les stratégies de prix que nous avons utilisées pour

calculer un budget minimal nécessaire considéré comme acceptable et réalisable dans notre société.

9.3.1 Amour, amitié et sécurité affective

9.3.1.1 Excursion en famille

Outre les cinq journées de vacances dans le pays prévues dans le panier « repos et détente » (voir Chapitre 7), le panier « enfance en sécurité » comprend une excursion familiale annuelle pour les familles avec enfants. Le prix de cette sortie est déterminé à titre indicatif sur la base du prix d'entrée moyen de quatre destinations populaires en Belgique (zoo d'Anvers, grottes de Han, Bobbejaanland et Walibi), et de trois piscines subtropicales (Aqualibi, Plopsaqua, Kempense Meren). Il est supposé que les familles apportent leur propre lunch sous forme de pique-nique, complété par l'achat de deux rafraîchissements sur place. Pour les familles sans enfant, une sortie similaire est incluse dans le budget « détente ».

9.3.1.2 Fête d'anniversaire à la maison

Pour les enfants de l'école primaire, le budget de référence prévoit l'organisation d'une fête d'anniversaire annuelle à la maison. Bien que le nombre d'invités soit libre et puisse varier d'une famille à l'autre, sept invités plus l'enfant qui fête son anniversaire ont été pris en compte à titre illustratif pour le calcul. Les activités en plein air ou dans un cadre commercial – telles que les parcs à trampolines ou les formules de fêtes pour enfants – ne sont pas incluses, car elles ne constituent pas une réponse minimale à ce besoin. Pour calculer le budget des collations, nous calculons le coût d'une tournée de crêpes ou de hot-dogs, de boissons rafraîchissantes, de bonbons et de décorations de fête simples (ballons, guirlandes, serviettes de table, matériel de bricolage). En outre, nous incluons également le prix d'une petite collation apportée en classe (enfants jusqu'à 12 ans), par exemple, un cake. Tous les produits alimentaires sont achetés au prix le plus bas chez Colruyt (voir Chapitre 3). Si la fête ne peut pas avoir lieu à la maison, nous suggérons d'opter pour un espace public gratuit (comme un parc ou un bois).

9.3.1.3 Smartphone

Pour les jeunes à partir de 12 ans, le budget prévoit un smartphone basique. Le choix de l'appareil est basé sur l'option la moins chère qui répond aux exigences fonctionnelles minimales, telles qu'une mémoire suffisante et une vitesse de rafraîchissement de l'écran adéquat. Le prix est basé sur l'offre d'une grande chaîne de magasins (Vanden Borre), et l'appareil sera amorti sur une durée d'utilisation de deux ans. En ce qui concerne

les communications mobiles, nous prévoyons un abonnement mensuel à Yoin, d'une valeur de 11 euros par mois. Cet abonnement offre des appels et des SMS illimités, et au moins 6 Go de données mobiles. Cela correspond à la consommation mensuelle moyenne de données mobiles (Institut belge des services postaux et des télécommunications, 2023), ce qui devrait être suffisant pour rester connecté numériquement loin de chez soi.

9.3.2 Acquérir de nouvelles expériences

9.3.2.1 *Abonnement à la bibliothèque*

L'adhésion à une bibliothèque est généralement gratuite pour les enfants et les jeunes. Aucuns frais ne sont donc comptabilisés pour ce groupe d'âge. Pour les adultes, l'adhésion, qui est généralement payante, est incluse dans le panier « détente ».

9.3.2.2 *Participation à des activités de loisirs organisées ou non organisées*

Pour estimer le coût d'un budget minimal pour les loisirs, nous prenons un exemple illustratif : la pratique du football en club. Ce coût comprend les frais d'inscription (prix moyen de cinq clubs de football différents par région), un sac de sport et des vêtements d'entraînement, ainsi qu'une consommation après le match. Les prix des vêtements sont ceux de Decathlon et, à l'exception des chaussures de football (amorties sur un an), ils sont amortis sur deux ans. La consommation pour les vingt-huit journées de compétition est prévue uniquement pour le parent accompagnant l'enfant, car les joueurs se voient généralement offrir une boisson gratuite par le club. Ce budget est également suffisant pour pouvoir adhérer à un mouvement de jeunesse, acheter un uniforme et participer à certaines activités comme le camp annuel. Bien entendu, l'exemple peut également être transposé à d'autres activités : gymnastique, danse, kick-boxing, musique ou Académie des Beaux-Arts. Néanmoins, tous les jeunes ne s'intègrent pas forcément dans le contexte d'une offre de loisirs organisée. Pour ces jeunes, le budget loisirs offre la possibilité de se rendre dans un centre de jeunes, par exemple, d'aller patiner, nager, jouer au football en groupe ou participer à des ateliers créatifs.

9.3.2.3 *Jouets à offrir lors d'une occasion spéciale*

Par catégorie d'âge, un budget est prévu pour l'achat de jouets trois fois par an. Il ressort des groupes de discussion que les anniversaires, Saint-Nicolas, Hanoucca, la fête de l'Aïd et Noël sont des occasions importantes pour offrir de nouveaux jouets. Les jouets doivent contribuer au développement cognitif, psychosocial et moteur, et être adaptés à l'âge des enfants.

La sécurité des jouets est essentielle. Des critères de sécurité stricts sont donc observés lors du choix des jouets. Seuls les jouets portant le marquage CE obligatoire sont éligibles. Ce marquage garantit la conformité avec la directive européenne sur les jouets (88/378/CEE). Les enfants de moins de 3 ans sont particulièrement vulnérables. C'est pourquoi, le cas échéant, les jouets doivent comporter un avertissement clair indiquant qu'ils ne conviennent pas aux enfants de moins de 36 mois.

Les prix de tous les jouets sont basés sur les prix en vigueur dans les magasins Dreamland/ToyChamp, IKEA et Decathlon. Les jouets choisis répondent aux caractéristiques nécessaires (âge, sécurité, domaine de développement et catégorie). Au sein de ce groupe, pour des raisons de comparabilité dans le temps et entre les régions, le panier est constitué sur la base de ce que l'on appelle les classiques (p. ex. tapis de jeu, Duplo, Lego, patins à roulettes). Le prix de ces articles est basé sur le prix le plus bas disponible en magasin. Les jouets sont amortis sur trois ans pour les plus jeunes et sur six ans pour les 6-11 ans. Par cadeau, nous comptons environ 20 euros pour un bébé, et environ 30 euros pour les enfants de l'école maternelle et primaire. Ce montant est prévu trois fois par an.

Pour les adolescents, l'accent n'est plus seulement mis sur l'apprentissage, mais plus souvent sur la détente et le soutien aux interactions sociales. Pour ce groupe, on s'écarte donc de la stratégie d'achat et de prix décrite ci-dessus. Pour les jeunes de 12 à 18 ans et les étudiants, un budget d'environ 30 euros est prévu pour un petit cadeau d'anniversaire, par exemple, des minutes d'appel, des bijoux, un jeu de société ou quelque chose de similaire. En outre, tous les deux ans, nous prévoyons un budget d'environ 230 euros pour un cadeau plus important, par exemple, une console de jeux, un trampoline, un panier de basket, des écouteurs antibruit ou d'autres articles plus importants correspondant aux centres d'intérêt des jeunes.

9.3.2.4 Participation à des activités culturelles

Pour fixer le prix des entrées au cinéma, nous prenons comme référence le tarif standard d'un billet dans une grande chaîne de cinémas à Bruxelles, Turnhout et Liège. Pour les spectacles de théâtre pour enfants et pour jeunes, nous nous basons sur les prix des billets au théâtre de la Monnaie de Bruxelles, au théâtre de Warande à Turnhout et au Théâtre de Liège.

9.3.2.5 Coûts d'enseignement

L'élaboration d'un budget minimal suffisant pour que les enfants puissent exercer pleinement leur droit à l'éducation n'est pas une tâche facile et sera toujours illustrative en raison de la grande variation des frais de scolarité. En effet, comme c'est souvent le cas

dans d'autres pays, les frais de scolarité varient considérablement en fonction de l'âge des enfants, du type d'enseignement, du domaine d'études (en particulier dans l'enseignement secondaire et supérieur) et de la région, entre autres (p. ex. Penne *et al.*, 2021). Pour une partie de l'enseignement formel obligatoire, il existe des lignes directrices formelles concernant les coûts ; en l'absence de telles lignes directrices, nous complétons ces données par des informations sur les dépenses réelles des ménages.

Enseignement maternel

Les coûts minimaux nécessaires à la participation à l'enseignement maternel sont basés sur les maximums à facturer par Communauté. Pour Bruxelles, nous utilisons une moyenne des tarifs dans les Communautés francophone et flamande, pondérée en fonction de la répartition de la population scolaire à Bruxelles pour l'année scolaire 2021-2022. Dans l'enseignement francophone, on y ajoute le coût moyen de l'accès à la piscine (les droits d'accès à la piscine), car le cadre législatif autorise les écoles à demander aux parents d'y contribuer. Pour cela, nous avons utilisé la moyenne élaguée (les 10 % de valeurs les plus élevées et les plus basses sont exclus) de l'étude de la Ligue des Familles (2022) et avons indexé le montant sur les prix de 2024.

Pour les fournitures scolaires supplémentaires que les parents doivent payer eux-mêmes, nous calculons le coût d'un cartable, d'un sac de gym, d'une boîte à tartines, de deux gourdes et de boîtes à biscuits et à fruits. Pour ces articles, nous appliquons la même stratégie de tarification que pour le panier « nourriture et vêtements » (voir Chapitre 3 et 4).

Le coût de la surveillance du temps de midi a été calculé par région sur la base du coût moyen dans quelques écoles des différents réseaux.

Enseignement primaire

Les frais minimaux nécessaires pour participer à l'enseignement primaire dans la Communauté flamande sont basés sur le maximum à facturer. Dans la Communauté française, où un tel plafond n'existe pas, les montants sont issus de l'enquête de la Ligue des familles (2022), comme susmentionné. Dans un souci de comparabilité entre les régions, nous n'incluons ici que les frais légalement autorisés. Les dépenses que les écoles ne sont en principe pas officiellement autorisées à facturer, telles que les photocopies, et les coûts relevant d'autres catégories sont exclus. Pour Bruxelles, nous avons calculé une moyenne pondérée des montants en vigueur dans les Communautés française et flamande.

Comme pour l'enseignement maternel, nous incluons aussi le coût des fournitures scolaires supplémentaires pris en charge par les parents. Le coût de la surveillance du temps de midi est le même que dans l'enseignement maternel.

Enseignement secondaire

Pour l'enseignement secondaire, il n'y a pas de maximum à facturer dans les deux Communautés. Les dépenses minimales nécessaires sont basées sur les dépenses médianes, pondérées en fonction de l'« utilisation » (pourcentage de parents ayant noté cette dépense) pour une année scolaire dans le 2e degré issue du « SONO-*studiekostenmonitor* » (De Leebeeck *et al.*, 2020) pour l'enseignement néerlandophone et sur la moyenne élaguée, pondérée en fonction de l'« utilisation » pour une année scolaire dans le 2e degré issue de l'étude de la Ligue des Familles (2022) pour l'enseignement francophone. Bien que les méthodologies sous-jacentes diffèrent, les objectifs similaires des deux études et l'application de règles de calcul uniformes pour les budgets de référence garantissent une bonne adéquation entre les résultats, ce qui se traduit par des différences régionales limitées.

Ce budget est donné à titre d'illustration et les coûts réels peuvent varier fortement en fonction du niveau d'enseignement, du domaine d'études et de l'école entre autres. La moyenne par année scolaire et par filière (général ; « *dubbele finaliteit* » ou TTr/ATr/ et « *arbeidsmarktfinaliteit* » ou TQ/AQ) est pondérée par la population scolaire et indexée selon l'année 2024.

Aux frais de scolarité s'ajoutent le coût d'un ordinateur portable, obligatoire dans la plupart des écoles à partir du premier cycle du secondaire, et certaines fournitures scolaires nécessaires (voir ci-dessus). En ce qui concerne l'ordinateur portable, pour des raisons de prix, il a été choisi d'inclure le prix d'un Chromebook dans le budget de référence. On opte pour un appareil qui répond aux spécifications minimales requises pour les programmes standards que les étudiants utilisent fréquemment. Le prix le plus bas pour cet appareil a été relevé chez MediaMarkt. Les frais de déplacement ne sont pas inclus ici car ils sont pris en considération dans les coûts de mobilité (voir Chapitre 8).

Enseignement supérieur

Pour les étudiants de l'enseignement supérieur, nous calculons les frais de scolarité minimaux nécessaires par Région. Étant donné que Bruxelles compte à la fois des établissements néerlandophones et francophones, le budget de l'enseignement supérieur est ici pondéré en fonction du rapport entre le nombre d'élèves dans l'enseignement secondaire néerlandophone et francophone (aucun chiffre comparable n'est disponible pour les étudiants bruxellois de l'enseignement supérieur). Pour le coût de l'enseignement supérieur, nous utilisons une méthodologie combinée dans laquelle les lignes directrices légales sont complétées par des données sur les dépenses réelles. Les droits d'inscription dans les universités (et les hautes écoles dans l'enseignement néerlandophone) sont fixés par la loi et indexés annuellement. Le montant exact dépend du nombre de crédits, du type de contrat et de l'éventuelle bourse d'études. Dans l'enseignement francophone, les droits d'inscription dans les hautes écoles varient selon l'année aca-

démique, et les étudiants paient non seulement des droits de scolarité (« minerval ») lors de leur inscription, mais aussi un montant variable de frais de fonctionnement, de frais administratifs et d'autres frais d'études forfaitaires. À cet égard, nous calculons une moyenne entre les différentes années académiques, les différents domaines d'études et les différentes hautes écoles réparties en Wallonie et à Bruxelles.

Pour les autres frais d'études, nous nous appuyons à nouveau sur des enquêtes sur les dépenses réelles. Dans l'enseignement supérieur néerlandophone, le « *studiekosten-monitor* » dresse un inventaire détaillé des dépenses (De Leebeeck *et al.*, 2020). Il fournit des informations sur les coûts directs et indirects des études par filière d'études. Pour un calcul représentatif, nous prenons la moyenne des différentes filières d'études, en faisant une distinction entre les universités et les écoles supérieures. En l'absence de telles données pour l'enseignement francophone, nous basons également les dépenses nécessaires sur cette enquête. Les coûts suivants sont pris en compte dans le budget minimal nécessaire (De Leebeeck *et al.*, 2020) :

- cours, manuels et ressources d'apprentissage sur la base des dépenses médianes ;
- ordinateur portable et accessoires, tels qu'une housse, une clé USB, des logiciels et un budget d'impression. Ce budget est basé sur notre notation des prix, à l'exception des coûts d'impression et de logiciels, pour lesquels nous utilisons les dépenses réelles médianes. Le coût d'une connexion internet n'est pas inclus ici ; pour les étudiants navetteurs, il relève du budget familial, tandis que, pour les étudiants en kot, nous supposons qu'une connexion internet est incluse dans le loyer ;
- les coûts de formation spécifiques pour les voyages d'études, les stages, les travaux de fin d'études ou les vêtements et le matériel nécessaires (p. ex. le matériel médical ou le matériel de dessin et de peinture) selon les dépenses médianes.

Outre les coûts directs des études, nous incluons également les coûts indirects plus étendus. Il s'agit des frais de déplacement (inclus dans la mobilité), des frais de kot (inclus dans le logement) et des dépenses de première nécessité comme un cartable, un plumier, une chaise et une lampe de bureau, une boîte à tartines et une gourde.

9.3.2.6 Frais de garde d'enfants

Pour calculer les frais de garde d'enfants d'âge préscolaire, nous supposons que les parents ont recours à des initiatives formelles de garde d'enfants (crèches ou accueillantes) qui pratiquent des tarifs basés sur le revenu. La recherche suggère que c'est le cas pour au moins deux tiers des initiatives formelles de garde d'enfants (Bisa, s.d. ; Goffin *et al.*, 2023 ; Office de la naissance et de l'enfance, 2022). Pour estimer un coût minimal, nous nous basons sur les familles ayant un revenu équivalant à un salaire minimal à temps

plein[23]. Nous utilisons les tarifs de Kind & Gezin (Flandre, Bruxelles) et de l'Office de la naissance et de l'enfance (ONE – Wallonie et Bruxelles) applicables à cet effet et ne tenons compte que des réductions qui sont automatiquement accordées, par exemple, pour plusieurs enfants à charge.

Des aides sociales supplémentaires ont un impact majeur sur le coût des services de garde d'enfants. Par exemple, les utilisateurs des initiatives de garde d'enfants de Kind en Gezin peuvent demander un tarif CPAS qui fait baisser le coût à 1,97 euro (2024) par jour. Pour les utilisateurs des initiatives de garde subventionnées de l'ONE, la garde préscolaire est gratuite s'ils ont droit à une intervention majorée dans les soins de santé. En outre, le coût de la garde d'enfants dépend fortement de la fréquence. C'est pourquoi nous excluons souvent les frais de garde du calcul des budgets de référence pour les familles dont les membres travaillent et nous les illustrons séparément pour les différents besoins en matière de garde. Pour les familles dont les membres ne travaillent pas ou pour les couples à un seul revenu avec de jeunes enfants, nous prenons par défaut une journée de garde d'enfants. Cela permet aux parents d'accomplir des tâches difficiles à combiner avec la garde de jeunes enfants (p. ex. se rendre à des entretiens d'embauche ou suivre une formation).

Pour déterminer les frais de garde des enfants d'âge scolaire en Flandre, nous partons des tarifs de « Ferm ». Le décret flamand BOA confie la responsabilité de l'organisation de l'accueil extrascolaire (BKO) aux communes et aux villes. Cette tâche étant perçue comme trop complexe, de nombreuses communes et villes préfèrent transférer cette responsabilité à des partenaires externes, tels que le réseau Ferm. Lors du calcul du coût, nous prenons en compte la réduction pour le deuxième enfant (lorsque deux enfants ou plus d'une même famille utilisent en même temps un service d'accueil extrascolaire), mais pas les tarifs sociaux. En Wallonie et à Bruxelles, il n'y a pas de réglementation sur ce coût et pas d'organisation faîtière comme Ferm. Nous examinons les tarifs d'un certain nombre d'écoles dans les deux régions et calculons un montant moyen. En réalité, le coût de l'accueil extrascolaire des enfants scolarisés jusqu'à 12 ans dont les parents travaillent varie fortement en fonction des horaires de travail des parents et des éventuelles autres possibilités de garde. À titre illustratif, le calcul effectué pour les budgets de référence se base sur trente-huit semaines scolaires (une demi-heure d'accueil avant et après l'école, l'accueil du mercredi après-midi) et cinquante jours fériés.

23 Nous utilisons le RMMMG (Revenu minimal mensuel moyen garanti) : le salaire minimal interprofessionnel applicable à tous les secteurs et déterminé par le Conseil national du travail (CCT 43). Les secteurs individuels peuvent fixer des salaires minimaux plus élevés.

9.3.3 Être reconnu et encouragé

9.3.3.1 Élargissement progressif des responsabilités

Pour déterminer le montant de l'argent de poche, nous nous basons sur les montants légaux versés par les autorités flamande et wallonne aux enfants et aux jeunes séjournant dans un centre d'aide à la jeunesse (*Suppléments | VAPH*, s.d.). Nous prenons comme référence la moyenne de ces montants par groupe d'âge.

L'argent de poche remplit plusieurs fonctions. Il permet aux jeunes d'exercer leur responsabilité financière et de faire des choix indépendants. Les jeunes l'utilisent à des fins diverses, par exemple, pour payer leur abonnement GSM, acheter des collations ou des accessoires vestimentaires, et participer à des activités sociales telles qu'aller boire un verre, participer à une fête ou acheter un cadeau à un ami. L'argent de poche contribue ainsi à leur autonomie, à leur intégration sociale et à l'apprentissage de la gestion de l'argent.

9.4 Le budget de référence pour une enfance en sécurité

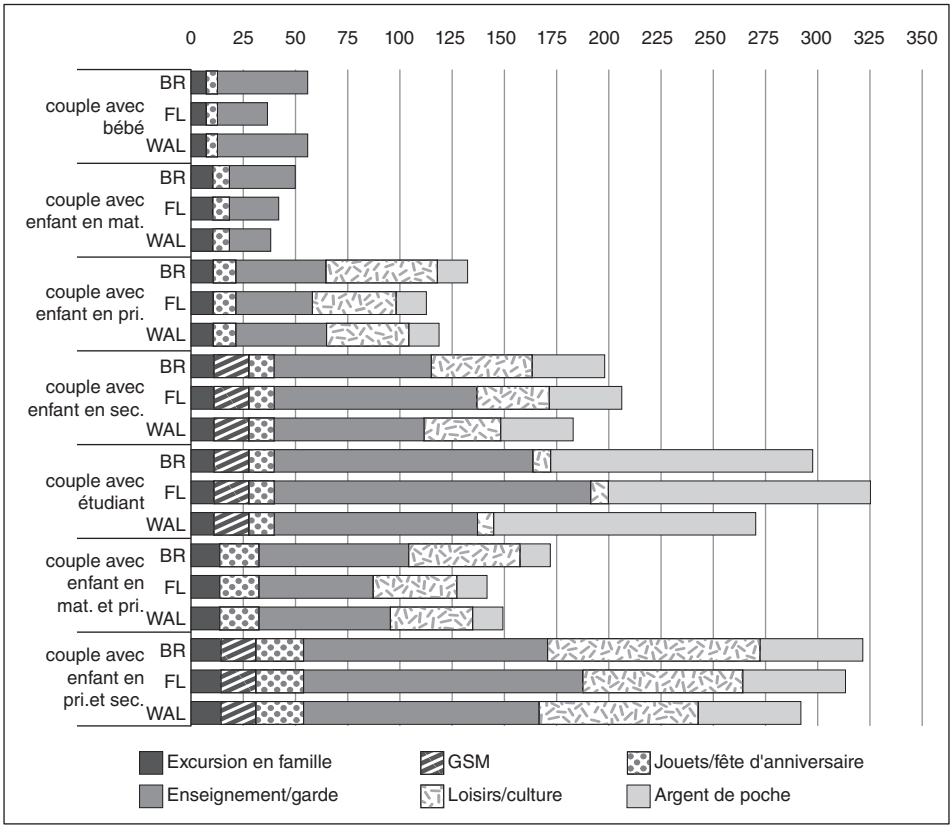
La figure 9.1 récapitule le budget de référence pour une enfance en sécurité, ventilé par composition familiale et par région. Il en ressort que le budget nécessaire pour une enfance en sécurité varie fortement en fonction de l'âge des enfants et, dans une moindre mesure, en fonction de la région. Les couples habitant Bruxelles ont besoin d'un minimum de 56 euros par mois pour répondre aux besoins psychosociaux de leur bébé. Pour un enfant fréquentant l'école maternelle, le coût est légèrement moins élevé (50 euros) en raison de la baisse des frais de garde. À partir de l'école primaire, un loisir est inclus dans le budget et l'enfant reçoit de l'argent de poche mensuel (en moyenne 15 euros par mois). Le budget total passe à 132 euros. À partir du secondaire, on y ajoute le coût d'un smartphone, et le coût de l'éducation et de l'argent de poche (35 euros par mois en moyenne) augmente. Le budget s'élève alors à 201 euros. Pour les étudiants, le budget nécessaire passe à 297 euros par mois, dont 125 euros pour l'argent de poche. Dans les familles avec étudiants, 84 % du budget pour une enfance en sécurité sont consacrés à l'éducation et à l'argent de poche. Pour les familles ayant des enfants dans l'enseignement secondaire, 38 % du budget sont consacrés aux dépenses d'éducation nécessaires, 23 % aux dépenses de loisirs et 18 % à l'argent de poche. Les dépenses pour les jouets, le smartphone et les excursions d'une journée ne représentent que 12 % des dépenses nécessaires.

À l'exception des frais de garde d'enfants, il n'y a guère d'économies d'échelle dans ce panier. Les coûts nécessaires à la réalisation d'une enfance en sécurité augmentent donc fortement avec le nombre d'enfants dans la famille. Par exemple, pour un couple avec deux enfants (un fils à l'école primaire et une fille à l'école secondaire), ce montant

s'élève à 326 euros par mois à Bruxelles, au lieu de 334 euros par mois si les deux enfants vivent dans des familles séparées.

Certains coûts sont différents pour les trois Régions. En particulier, les dépenses liées aux loisirs, à la culture, à l'enseignement et à la garde d'enfants varient d'une Région à l'autre. Pour les familles ayant un bébé ou un enfant dans l'enseignement primaire, la Flandre est la région la moins chère pour ce panier, mais elle est la plus chère pour les familles ayant un enfant dans l'enseignement secondaire ou supérieur. Dans la plupart des cas, le budget consacré à l'enfance en sécurité est plus élevé à Bruxelles qu'en Wallonie. Pour les familles avec un étudiant ou les couples avec deux enfants, la différence entre la Région la plus chère et la moins chère atteint rapidement au moins 30 euros par mois.

***Figure 9.1** – Le budget de référence pour une enfance en sécurité, en euros et par mois (mai 2024).*



Note : mat. = enseignement maternel ; pri. = enseignement primaire ; sec. = enseignement secondaire.

9.5 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les ménages vulnérables ?

Dans cette section, nous allons discuter des hypothèses formulées dans ce chapitre et examiner leur faisabilité pour les familles financièrement vulnérables. Une étude à grande échelle de la KU Leuven montre qu'un jeune sur cinq est confronté à des problèmes mentaux modérés ou graves. Parmi les jeunes qui grandissent dans des circonstances difficiles (difficulté à joindre les deux bouts, ne pas aller à l'école et ne pas travailler, situation familiale difficile), ce chiffre est nettement plus élevé, à savoir 38 % (Achterhof *et al.*, 2024). Le soutien social de l'entourage est un facteur de protection important. Ces chiffres illustrent une fois de plus l'importance d'une enfance en sécurité.

Les personnes en situation de pauvreté se heurtent souvent à des obstacles à franchir (voir Chapitre 1). Certains de ces obstacles sont directement observables, tandis que d'autres relèvent davantage de la perception des organisateurs et des participants (p. ex. De Ambrassade, s.d.). Nous allons identifier ci-après quelques obstacles possibles contenus dans les budgets de référence.

En ce qui concerne l'amour, l'amitié et la sécurité affective, nous avons notamment prévu un budget pour une fête d'anniversaire. Les groupes de discussion ont montré qu'une fête d'anniversaire est importante pour de nombreux parents parce qu'elle leur procure le sentiment que leur enfant est accepté par ses pairs. Pourtant, les familles aux revenus limités rencontrent des obstacles importants à cet égard. Outre les limites financières, le manque d'espace dans la maison peut également être un problème, ou un sentiment de honte par rapport à la situation de vie. Une fête dans un parc ou un bois peut être une alternative, mais elle n'est pas réalisable en toute saison et nécessite de pouvoir changer ses plans en cas de mauvais temps.

> *Pour moi, c'est un problème : avec mes animaux de compagnie, je ne peux pas accueillir d'enfants à la maison, donc je devrais l'organiser ailleurs en payant. (Balen, familles avec enfants, 2013)*
>
> *Quand on vit dans un studio, on ne peut pas organiser de fête ; il n'y a pas de place pour cela. (Balen, familles avec enfants, 2013)*

Dans le cadre de l'acquisition de nouvelles expériences, l'accès à l'information et la pleine participation à l'enseignement sont essentiels. C'est pourquoi les budgets de référence prévoient un Chromebook pour les élèves du secondaire et un ordinateur portable pour les étudiants de l'enseignement supérieur. Les groupes de discussion ont toutefois révélé que certaines écoles secondaires exigent que les élèves achètent un ordinateur portable spécifique, de sorte qu'un Chromebook n'est pas toujours suffisant. De plus, ces ordinateurs portables doivent souvent être achetés par l'intermédiaire de

l'école, ce qui peut augmenter considérablement le coût. Pour les familles ayant plusieurs enfants dans l'enseignement secondaire, cela peut représenter une lourde charge financière.

> *Dans certaines écoles, il est obligatoire d'avoir un ordinateur de l'école ; même si tu as un PC à la maison, il doit être du modèle de l'école. Si tu n'avais pas de PC, tu allais en retenue. L'école ne prenait aucune mesure. On pouvait aussi choisir de rembourser par mensualité, mais c'était 60 euros par mois et, finalement, cela revenait plus cher. Pour mes parents, c'était beaucoup de pression. Je serais prêt à partager mon ordinateur si mes frères et sœurs en ont besoin pour l'école, pour faire des présentations, mais pas pour aller sur YouTube ou autre chose. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*
>
> *Partager avec d'autres, en particulier avec ses frères et sœurs plus jeunes, c'est vraiment difficile quand on est en secondaire. Imaginez que j'ai un projet de fin d'études sur mon ordinateur, que mon petit frère a besoin de l'ordinateur portable pour l'école et qu'il efface accidentellement mon document. (Bruxelles, jeunesse mixte, 2024)*

Les coûts moyens des différentes filières de l'enseignement secondaire ont été pris en compte dans le calcul des budgets de référence. Cependant, les groupes de discussion et des études antérieures (p. ex. De Leebeeck *et al.*, 2020) montrent que certaines filières d'études, par exemple, la boulangerie, la coiffure, l'art et la photographie, ont des coûts nettement plus élevés. En outre, les budgets n'incluent que les coûts que les écoles sont légalement autorisées à facturer, mais on ne sait pas dans quelle mesure ces règles sont réellement respectées.

Un budget pour la participation à des activités de loisirs organisées est également prévu, notamment pour permettre aux enfants d'acquérir de nouvelles expériences. Dans la pratique, les parents rencontrent souvent des obstacles lors de l'inscription de leurs enfants. Le transport, le temps et les coûts supplémentaires sont des obstacles majeurs en la matière. Des études montrent que la moitié des clubs sportifs flamands n'ont pas les connaissances suffisantes pour rendre leurs activités inclusives et ne savent pas comment atteindre les personnes en situation de pauvreté (Vandermeerschen *et al.*, 2016). En outre, l'UiTPAS n'est pas disponible partout. La participation à des activités sportives ou de jeunesse s'inscrit généralement dans un contexte social, ce qui peut entraîner un stress supplémentaire pour les personnes en situation de pauvreté (De Ambrassade, s.d.). Elles courent le risque que les autres remarquent leur situation, ce qui pousse certaines d'entre elles à éviter de participer. En outre, la pression sociale peut les amener à dépenser plus qu'elles ne le peuvent – en vêtements, boissons ou petits cadeaux par exemple – afin de ne pas dénoter. Cela permet d'éviter la gêne à court terme, mais entraîne souvent des problèmes financiers par la suite.

> *Ma mère m'avait inscrit aux scouts et je ne m'y amusais pas du tout. Je ne me sentais pas à ma place. Certains enfants se moquaient de moi. Certains enfants étaient racistes. Au Centre Kauwenberg, c'est plus amusant. J'ai des amis qui viennent, ma mère y est aussi la bienvenue. (Man, 12 ans, Centre Kauwenberg, Netwerk tegen armoede, 2023)*
>
> *Concernant le football. J'ai entendu dire qu'il y avait en général deux entraînements et un match. Ce n'est pas évident de devoir demander trois fois par semaine à d'autres parents si votre enfant peut les accompagner. Ce n'est pas équitable. (Balen, familles avec enfants, 2013)*
>
> *La période des inscriptions à un club de sport ou une autre activité. Cela tombe en septembre, octobre… ce sont des mois qui coûtent terriblement cher. Je dois souvent attendre jusqu'en novembre ou décembre pour m'en remettre financièrement. Vous vous dites alors : « Est-ce qu'il faut vraiment inscrire mon enfant maintenant ? Tant pis, on laisse tomber. » (Anvers, familles avec enfants, 2013).*

Dans la même catégorie, un budget limité de garde d'enfants est prévu pour les plus petits. Le budget de garde d'enfants pour les parents qui ne travaillent pas est limité à un seul jour de garde par semaine, par exemple, pour leur permettre de postuler à un emploi, de faire du bénévolat ou de suivre une formation. Des études montrent que les enfants issus de familles vulnérables sont ceux qui profitent le plus de services de garde de qualité (Leseman *et al.*, 2022). Cependant, les mécanismes d'exclusion structurelle rendent le recours aux services de garde d'enfants difficile pour les personnes en situation de pauvreté (De Pourcq & Driessens, 2019). Les principales barrières sont les longues listes d'attente en raison d'un manque de places d'accueil, les procédures d'admission complexes et techniques, ainsi que l'obligation d'une garde régulière, ce qui est souvent inaccessible pour les parents sans emploi stable ou aux horaires irréguliers. Par ailleurs, le manque d'informations sur les possibilités de garde, la perception que la garde d'enfants est principalement destinée à la classe moyenne active et le manque de confiance envers les institutions dû à des expériences passées négatives jouent un rôle dans l'accès réduit aux services de garde d'enfants. Dans les situations où le stress financier et l'incertitude concernant les besoins fondamentaux tels que la nourriture, le sommeil et le logement prévalent, il peut être judicieux d'envisager un budget plus généreux pour la garde d'enfants.

9.6 Conclusion

Experimenter une enfance en sécurité est cruciale pour le bien-être et l'avenir de chaque enfant et requiert davantage que de bonnes intentions. Elle constitue non seulement la base du développement personnel et de l'intégration sociale, mais aussi un puissant levier pour briser les cercles vicieux de la pauvreté et du dénuement.

Une enfance en sécurité repose sur la satisfaction de quatre besoins psychosociaux : l'amour, l'amitié et la sécurité affective ; l'acquisition de nouvelles expériences ; la reconnaissance et l'encouragement ; et l'élargissement progressif des responsabilités. Fondé sur les droits de l'enfant, le budget de référence pour une enfance en sécurité fournit un repère concret pour déterminer ce dont les familles ont besoin au minimum pour répondre à ces besoins. Le budget de référence développé dans ce chapitre révèle que, si de nombreuses dimensions de la parentalité et de l'éducation sont intangibles, la norme sociale et le contexte exigent également une participation matérielle. Les activités sportives, les sorties culturelles, les fêtes d'anniversaire, l'accès à la communication numérique et au matériel éducatif sont non seulement enrichissants, mais contribuent également à l'inclusion sociale et au droit de chaque enfant à participer pleinement à la société.

À Bruxelles, un couple a besoin d'au moins 56 euros par mois pour un bébé ; ce montant augmente à mesure que l'enfant grandit, en raison de coûts supplémentaires tels que les loisirs, l'argent de poche, le smartphone et l'éducation. Pour les étudiants, ce montant s'élève à 297 euros par mois. Pour les familles avec deux enfants, les coûts peuvent atteindre 322 euros par mois. La majeure partie du budget des enfants plus âgés est consacrée à l'enseignement et à l'argent de poche. Les jouets et les sorties ne représentent qu'une petite partie des dépenses nécessaires.

Les calculs présentés dans ce chapitre montrent que les coûts liés à une enfance en sécurité augmentent avec l'âge de l'enfant et le nombre d'enfants dans la famille, et qu'ils varient selon les Régions. Ils révèlent également où se situent les problèmes, par exemple, au niveau des frais de scolarité, de la garde des enfants ou de la participation sociale à des activités de loisirs organisées, et montrent comment les barrières sociales – telles que la honte, le manque de compréhension ou l'accès limité à certaines structures – peuvent empêcher les familles de répondre à ces besoins minimaux, malgré leurs efforts.

Le présent chapitre souligne la nécessité d'une approche intégrée qui renforce les familles dans leur rôle éducatif, élimine les obstacles et soutient les enfants dans tous les aspects de leur droit à une enfance en sécurité et digne. En effet, investir dans le secteur de l'enfance est une condition essentielle pour une société juste et inclusive.

Références

Achterhof, R., Hammarberg, E., Kirtley, O. J., & Myin-Germeys, I. (2024). *SIGMA 2018-2023 RAPPORT. Een uitgebreid onderzoek van de mentale gezondheid van Vlaamse adolescenten* (p. 27). Center for Contextuel Psychiatry. https://gbiomed.kuleuven.be/english/research/50000666/50000673/cpp/research-1/social-interaction/sigma/sigma-report-2024.pdf

Biesta, G. J. J. (2011). *Learning Democracy in School and Society*. SensePublishers. https://doi.org/10.1007/978-94-6091-512-3

Brummelman, E., Thomaes, S., Orobio de Castro, B., Overbeek, G., & Bushman, B. J. (2014). 'That's not just beautiful—that's incredibly beautiful !' The adverse impact of inflated praise on children with low self-esteem. *Psychological Science*, 25(3), 728-735.

Brummelman, E., Grapsas, S., & van der Kooij, K. (2022). Parental praise and children's exploration : A virtual reality experiment. *Scientific Reports*, 12(1), 4967.

Chambers, S., Smillie, S., & Watson, N. (2024). Rethinking children's right to leisure during school holidays. *Annals of Leisure Research*, *27*(3), 399-416. https://doi.org/10.1080/11745398.2023.2250473

Commissariat flamand aux droits de l'enfant, (2023). *Kinderrechten. Het Kinderrechtenverdrag in 14 rechten*. https://www.kinderrechten.be/themas/kinderrechten

Commission europeenne (2021). *Garantie européenne pour l'enfance: comment l'UE protège-t-elle les enfants?* https://www.consilium.europa.eu/fr/infographics/european-child-guarantee/

Cornelis, I. & Storms, B. (2014). Jongeren als consument weerbaar maken. In I. Coemans (Ed.). *Focus op financiële opvoeding*. Brussel : Gezinsbond.

De Ambrassade. (z.d.). *Drempels verlagen*. Geraadpleegd 10 maart 2025. Retrieved from https://ambrassade.be/nl/toolbox-diversiteit/laagdrempelig-jeugdwerk/drempels-verlagen

De Leebeeck, K., De Norre, J., Groenez, S., & Havermans, N. (2020). *Studiekosten in de tweede en derde graad van het secundair onderwijs*. Gent : Steunpunt Onderwijsonderzoek. https://data-onderwijs.vlaanderen.be/documenten/bestanden/12502.pdf

De Pourcq & Driessens (2019). *De kinderen gaan niet naar de kinderopvang. Aan de onderkant ligt de lat altijd hoger*. https://www.aandeonderkant.be/de-kinderen-gaan-niet-naar-de-kinderopvang/

De Schutter, O., Frazer, H., Guio, A.-C., & Marlier, E. (2023). *The Escape from Poverty : Breaking the Vicious Cycles Perpetuating Disadvantage*. Policy Press. https://doi.org/10.51952/9781447370611

De Visscher, S. (2008). *De sociaal-pedagogische betekenis van de woonomgeving voor kinderen*. Gent : Academia Press. http ://lib.ugent.be/catalog/rug01 :0

Dewilde, C., 2024. Van generatie op generatie. De intergenerationele overdracht van financiële deprivatie. In J. Coene, C.I. Dewilde, T. Ghys, B. Hubeau, S. Marchal, R. Remmen & W. Vandenhole (2024). *Armoede en ongelijkheid. Jaarboek 2024*, pp. 107-129.

Doyal, L., & Gough, I. (1991). *A Theory of Human Need* (1ère éd.). Bloomsbury Publishing Plc. https://doi.org/10.1007/978-1-349-21500-3

Engle, P. L., & Black, M. M. (2008). The effect of poverty on child development and educational outcomes. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1136*(1), 243-256.

Eurostat (2024). *Persons at risk of poverty or social exclusion by age and sex* [ilc_peps01n$dv_1161]. https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/bookmark/03b9d71a-7b09-4ea6-b10e-85d9ac59e5d0 ?lang=en

Freire, P. (1972). *Pedagogie van de onderdrukten*. (2ième éd.). In den Toren.

Goffin, K., Valsamis, D., Carpentier, M., Faes, K., & Verhaeghe, N. (2023). Kinderopvang voor baby's en peuters en de link met de tewerkstelling van de ouders. *Over.Werk. Tijdschrift van het Steunpunt Werk*, *33*(2), 73-81. https://www.steunpuntwerk.be/files/publications/OW/OW_2023_2/OverWerk_2023_2_volledig_nummer.pdf

Institut belge des services postaux et des télécommunications (2023) Communication du 9 juin 2023 concernant la situation du marché des communications électroniques et de la télévision (2022). https://www.ibpt.be

Institut Bruxellois de Statistique et d'Analyse (IBSA) (s.d.). Milieux d'accueil pour la petite enfance. Consulté le 10 mars 2025 sur: https://ibsa.brussels/themes/petite-enfance/milieux-d-accueil-pour-la-petite-enfance

La Ligue des familles (2022). *Où est passée la gratuité scolaire ? La facture salée de l'école*. Ixelles : Service Études et Action politique de la Ligue des familles. La Ligue des familles. https://liguedesfamilles.be/storage/21951/Etude-co%C3%BBt-scolaire-2022.pdf

Lansdown, G. (2005). *The Evolving Capacities of the Child*. Florence : UNICEF Inncenti Research Center.

Leseman, P., van Huizen, T., Slot, P., & Romijn, B. (2022). *Effecten van kinderopvang op de cognitieve en sociaalemotionele ontwikkeling van kinderen*. Universiteit Utrecht. https://www.uu.nl/sites/default/files/IOS-Rapport%20Effecten%20kinderopvang%20%28Leseman%20%26%20van%20Huizen%2C%20oktober%202022%29.pdf

Luby, J. L., Herzberg, M. P., Hoyniak, C., Tillman, R., Lean, R. E., Brady, R., … & Barch, D. M. (2024). Basic environmental supports for positive brain and cognitive development in the first year of life. *JAMA Pediatrics*, 178(5), 465-472.

Meeus, A. 2022. *Always connected : The context and consequences of mobile and social media use among preadolescents*. Doctoral dissertation, KU Leuven. https://lirias.kuleuven.be/3738307

Nations unies, (1989). La Convention internationale relative aux droits de l'enfant. Retrouvé sur https://www.defenseurdesenfants.be/sites/default/files/inline-files/cide-1.pdf

Netwerk tegen Armoede. (2023). *Adviesrapport : Jongeren aan het woord over vrije tijd en welbevinden*. https://www.netwerktegenarmoede.be/media/pages/nieuws/2023/maatschappelijk-kwetsbare-jongeren-aan-het-woord-over-vrije-tijd-en-welbevinden/7f01a3269b-1680508182/netwerktegenarmoede_adviesrapportjeugd2023.pdf

OECD (2018), *A Broken Social Elevator ? How to Promote Social Mobility*. Paris :OECD Publishing. http ://dx.doi.org/10.1787/9789264301085-en

Office de la naissance et de l'enfance. (2022). *Rapport d'activités 2022 : ONE en chiffres* (p. 120). https://www.one.be/fileadmin/user_upload/siteone/PRESENTATION/Rapports_d_activite/2022-rapport-activites-chiffres.pdf

Opgroeien (2024). Mediaopvoeding. De risico's van mediagebruik. https://www.opgroeien.be/kennis/themas/mediaopvoeding/risicos-van-mediagebruik

Parolin, Z., Pintro-Schmitt, R., Esping-Andersen, G., & Fallesen, P. (2025). Intergenerational persistence of poverty in five high-income countries. *Nature Human Behaviour*, *9*(2), 254-267.

Penne, T., Delanghe, L., & Goedemé, T. (2021) An exploration of key factors that determine the affordability of compulsory education in Europe. *CSB Working paper 21/08*. Antwerpen : Centrum voor Sociaal Beleid – Herman Deleeck, Universiteit Antwerpen.

Pringle, M. K. (2013). *The Needs of Children*. London : Routledge.

Rommerts, K. (2020). *De Effectiviteit van Typen Feedback bij het Nakijken van Leerlingwerk* [Bachelorscriptie, Radboud Universiteit]. https://www.radboudunos.nl/media/wtapvodj/2020-karlijn-rommerts.pdf

Sansone, D., Rossi, M., & Fornero, E. (2019), 'Four Bright Coins Shining at Me' : Financial Education in Childhood, Financial Confidence in Adulthood. *J Consum Aff*, *53*, 630-651. https://doi.org/10.1111/joca.12207

Schuil, P. B. (2005). *Nederlands leerboek Jeugdgezondheid*. Assen : Van Gorcum.

SPP Intégration sociale. (2022). Plan d'action national belge Garantie européenne pour l'enfance 2022-2030 (p. 99). *https://www.mi-is.be/sites/default/files/documents/be_pan_guarantie_pour_lenfance_finale_1.pdf*

Statbel, 2025. *Risico op armoede of sociale uitsluiting bij kinderen van 0-17 jaar in 2024*. https://statbel.fgov.be/nl/themas/huishoudens/armoede-en-levensomstandigheden/risico-op-armoede-sociale-uitsluiting#figures

Steffens, W. (2017). Goed gedaan, kanjer ! *Kinderopvang*, *27*(9), 20-22. https://doi.org/10.1007/s41189-017-0140-8

Toerisme Vlaanderen (2023). *Decreet iedereen verdient vakantie*. https://www.vlaanderen.be/publicaties/decreet-iedereen-verdient-vakantie

UNICEF (2018) De 54 artikelen in eenvoudige bewoordingen. Retrouvé sur https://www.unicef.be/nl/over-unicef/onze-inspiratie/kinderrechten/

Vandermeerschen, H., Van Poppel, M., & Scheerder, J. (2016). Facilitating access to sports for people in poverty ? A study on local social sports policy. *Journal of Social Intervention : Theory and Practice*, *25*(2), 4. https://doi.org/10.18352/jsi.448

Van Thielen, L., & Storms, B. (2009). Het budget veilige kindertijd. In B. Storms & K. Van den Bosche, (2009). *Wat heeft een gezin minimaal nodig.* Leuven : Acco.

Wallonie Tourisme (2024). *Tourisme pour tous*. https://www.tourismewallonie.be/tourisme-pour-tous/

WHO (1982). *Manuals on Child Mental Health and Psychosocial Development*. Geneva : WHO.

10 LE BUDGET POUR LE MAINTIEN DES RELATIONS

Bérénice Storms, Leen Van Thielen, Heleen Delanghe et Daan Deferm

Les relations sociales sont une source importante de soutien individuel et offrent des possibilités de rencontre, de détente et de compagnie. Elles sont également importantes pour le développement de l'identité personnelle et de sens : les interactions sociales quotidiennes permettent de façonner les convictions, les valeurs et les normes personnelles, et elles donnent aux personnes un sens à leur vie. En outre, les relations sociales contribuent également de manière substantielle au bon fonctionnement de la société (Storms, 2012).

Le présent chapitre décrit les conditions financières nécessaires pour répondre correctement aux attentes associées aux relations sociales en vue d'une pleine participation sociale. Il s'appuie pour ce faire sur une revue de la littérature, des consultations d'experts et des discussions de groupes de réflexion.

La première section traite de l'importance des relations sociales à partir des rôles sociaux essentiels à la participation sociale, comme discuté au Chapitre 2. La deuxième section traite du contenu du panier : quels sont les produits et services minimaux nécessaires pour remplir ces rôles de manière optimale ? La troisième section présente un aperçu des stratégies de prix utilisées pour calculer un budget minimal nécessaire au maintien des relations sociales, et la quatrième section traite du budget global. Le chapitre se termine par une discussion critique des hypothèses qui sous-tendent la composition du panier.

10.1 Importance des relations sociales significatives

Les êtres humains sont des créatures sociales. Ils ont un besoin fondamental de solidarité. Grâce à leurs réseaux sociaux, les individus développent leur propre identité, contribuent à façonner celle des autres et participent à la construction de la vie sociale (Storms, 2012).

Les relations sociales sont une source importante de soutien émotionnel, pratique ou social. Cela se traduit par des actions concrètes telles que l'offre d'aide ou d'écoute. Le soutien apporté par les relations sociales est souvent associé au concept de « capital

social ». Le capital social désigne les avantages que les personnes obtiennent grâce à leur appartenance à des réseaux et à des structures sociales (Portes, 1998). Il permet aux individus de partager des informations, de se soutenir et de travailler ensemble à la réalisation d'objectifs autrement difficiles à atteindre. L'aspect « capital » souligne que cela nécessite un investissement et que le volume peut varier, comme dans le cas du capital financier et culturel (Bourdieu, 1980).

Dans l'étude du capital social, une distinction est souvent établie entre le capital social au niveau individuel (niveau micro) et le capital social au niveau des groupes sociaux ou des communautés (niveaux méso et macro) (Claridge, 2020 ; Dale & Newman, 2010 ; Tzanakis, 2013).

L'étude du capital social au niveau micro s'appuie sur les travaux de Granovetter (1983) qui distingue deux types de liens : les « *strong ties* » et les « *weak ties* » (Steyaert & Kwekkeboom, 2012). Les amis, les parents ou les collègues proches sont des exemples de liens forts (*strong ties*), tandis que les contacts fugaces avec des voisins ou des connaissances sont des exemples de liens faibles (*weak ties*). Selon Granovetter, les liens faibles jouent un rôle important, car ils peuvent servir de passerelle vers d'autres réseaux sociaux susceptibles de fournir des informations et des connaissances précieuses (Granovetter, 1983 ; Steyaert & Kwekkeboom, 2012). Pensons par exemple à des questions pratiques telles que : comment changer un pneu, quand le bus passe-t-il, quel est le meilleur endroit pour acheter un ordinateur ou quelles sont les possibilités d'emploi ? Un réseau diversifié, comprenant à la fois des liens forts et des liens faibles, s'accompagne d'un plus grand soutien social (Heylen, 2011).

L'importance des relations sociales ressort également des recherches sur les conséquences de leur absence. La solitude, définie comme l'isolement social vécu (Shoestuk *et al.*, 2020), est un concept clé dans ce cadre. L'absence de lien affectif étroit avec une personne est définie comme solitude émotionnelle (Département WVG, 2021 ; Switsers *et al.*, 2024). La solitude sociale est plus large et fait référence à l'absence de liens avec un groupe social plus large. Les personnes isolées socialement, et qui manquent objectivement de relations sociales (Heylen, 2011), n'ont que peu ou pas de liens sociaux susceptibles de leur apporter un soutien émotionnel, instrumental et social (Machielse, 2015). L'isolement social menace l'autonomie des personnes et compromet leur capacité à participer pleinement à la société (Heylen, 2011 ; Machielse, 2015). La solitude chronique et l'isolement social peuvent entraîner des problèmes de santé physique et mentale, tels que maladies cardiovasculaires, addictions (à l'alcool), troubles du sommeil, ainsi qu'un risque accru de dépression, de suicide et une espérance de vie réduite (De Witte & Van Regenmortel, 2023 ; Département WVG, 2021 ; Holt-Lunstad *et al.*, 2015 ; Shovestul *et al.*, 2020 ; Ward *et al.*, 2021). Ces problèmes peuvent en outre créer un cercle vicieux, exacerbant encore la solitude. Les familles

à bas revenus semblent pouvoir nettement moins souvent compter sur des réseaux sociaux qui leur apportent un soutien émotionnel et affectif (Bosma *et al.*, 2015 ; De Boyser & Levecque, 2007 ; Dewilde & Levecque, 2003 ; Kostet *et al.*, 2018 ; Statbel, 2024 ; Machielse, 2011).

La solitude a également un coût social important. Les personnes qui se confinent dans la solitude peuvent moins compter sur leur propre filet de sécurité social et sont donc plus susceptibles de faire appel à des services d'aide et de soins professionnels (Van der Zwet *et al.*, 2020). Outre les avantages financiers au niveau macro, des relations sociales solides, sous la forme de valeurs et de normes internalisées, créent également un sentiment de responsabilité sociale (Hooghe, 2003, World Bank, 2011).

Pour déterminer quelles relations sociales sont essentielles, nous nous appuyons sur les travaux de Goedemé *et al.* (2019). Ces chercheurs montrent qu'il existe sur ce point un important consensus à un niveau abstrait au sein de l'Europe. S'appuyant sur les normes juridiques européennes, telles que la Convention européenne des droits de l'homme et la Charte des droits fondamentaux de l'Union européenne, complétées par leurs propres recherches empiriques auprès de groupes de réflexion, ils distinguent un certain nombre de positions sociales essentielles que tout citoyen européen adulte devrait pouvoir occuper : parent, membre de la famille, ami, travailleur, membre d'une association (un syndicat p. ex.), aidant proche, électeur et citoyen (voir Chapitre 2). Ce que cela implique au minimum, en fonction des attentes sociales et culturelles en vigueur, est expliqué ci-dessous.

10.2 Le contenu du panier « maintien des relations »

Dans cette section, nous décrivons les attentes associées aux positions sociales essentielles susmentionnées et illustrons les biens et services nécessaires à cette fin. Nous abordons successivement : les visites à la famille et aux amis, la célébration de fêtes, l'offre et la réception de cadeaux, les repas au restaurant ou à emporter, les facilités de convivialité domestique et la communication numérique. Les coûts minimaux nécessaires associés sont principalement liés aux rôles de (grand-)parent, de membre de la famille et d'ami(e). Pour remplir ces rôles, il est nécessaire par exemple de pouvoir accueillir la famille et les amis de manière appropriée, ce qui nécessite un minimum d'aménagement de l'habitation et un budget pour des collations. Donner ou participer à une fête (modeste) lors d'occasions importantes et être en mesure d'offrir un cadeau font également partie de ces rôles. L'accès aux outils de communication numérique est nécessaire pour pouvoir se donner rendez-vous, participer à des conversations et prendre des décisions en connaissance de cause. Nous discutons en outre aussi de

certaines dépenses nécessaires qui sont souvent associées à la participation à la vie professionnelle pour jouer son rôle de collègue. Enfin, sous la rubrique « obligations civiques », nous examinons les coûts supplémentaires liés au rôle de citoyen et d'électeur.

Comme il n'existe pratiquement pas de normes formelles pour le maintien des relations, nous nous appuyons principalement, parallèlement aux connaissances scientifiques tirées de la littérature, sur des méthodes qualitatives telles que les consultations d'experts et les groupes de réflexion. Nous expliquons en détail les produits et services que les participants considèrent comme essentiels pour permettre l'établissement de liens sociaux, en nous limitant à ceux qui ne sont pas inclus dans les autres paniers (p. ex. le port de vêtements appropriés).

10.2.1 Visites de la famille et des amis

Le maintien de relations qui apportent un soutien émotionnel et affectif aux personnes implique que celles-ci puissent se rencontrer. Dans notre société, il est d'usage d'offrir un petit quelque chose lors de ces rencontres. Bien que cela ne soit pas obligatoire, c'est apprécié. Pour nos calculs, nous envisageons arbitrairement une visite familiale par semaine (alternativement au domicile de l'un ou de l'autre) et une visite d'amis par mois (également dans un lieu variable). Nous considérons qu'une moyenne de quatre personnes sera accueillie à chaque visite. Pour pouvoir offrir un petit quelque chose aux invités, nous prévoyons un budget indicatif dans la moitié des cas pour l'achat d'une bouteille de vin et d'un pack de six bières sans alcool. Dans l'autre moitié, nous prévoyons du thé et du café. En outre, deux types de boissons rafraîchissantes, des chips et des biscuits sont prévus lors de toutes les visites.

Pour accueillir des personnes chez soi, il faut évidemment disposer de suffisamment de places assises. C'est pourquoi nous avons inclus quatre chaises supplémentaires dans ce panier. La même logique s'applique aux assiettes, tasses, verres et couverts supplémentaires. Une personne qui préfère ne pas recevoir de visiteurs à la maison peut prévoir une rencontre à l'extérieur grâce à ce budget.

Une caractéristique importante de la fonction de soutien des réseaux sociaux est le principe de réciprocité : si tu fais quelque chose pour moi, je ferai quelque chose pour toi en retour. Les groupes de réflexion nous apprennent que les personnes âgées s'efforcent de maintenir le plus longtemps possible l'aspect de réciprocité dans leurs relations primaires. Elles attachent une grande importance à recevoir leurs hôtes avec hospitalité et à bien les traiter. Il semble par ailleurs que les personnes âgées s'appuient de plus en plus sur des réseaux sociaux primaires (à petite échelle) (Carstensen *et al.*, 1999 ; Shovestul *et al.*, 2020). Elles accordent plus d'importance aux relations à valeur émo-

tionnelle qu'aux contacts qu'elles ont noués dans le cadre de leur éducation, de leur travail ou de leurs loisirs. Cela se traduit principalement par des contacts plus fréquents avec les enfants, les petits-enfants, les parents, les voisins et les amis. C'est pourquoi nous prévoyons pour les personnes âgées la possibilité d'inviter des amis, des voisins ou des membres de leur famille deux fois par mois et de leur offrir une boisson et une collation. Par ailleurs, tous les participants âgés ayant des enfants et des petits-enfants soulignent l'importance qu'ils accordent au fait de leur offrir régulièrement un repas. Dans cette optique, nous prévoyons pour les personnes âgées un budget supplémentaire leur permettant d'accueillir leurs enfants et petits-enfants chez elles dix fois par an pour un repas de midi avec des pistolets.

10.2.2 Fêtes

Les fêtes remplissent différentes fonctions, mais l'une des plus importantes est sans aucun doute la fonction d'intégration : fêter ensemble renforce les liens sociaux et contribue à la solidarité au sein des familles et des réseaux sociaux plus larges. Sur la base de conversations dans les groupes de réflexion, nous prévoyons donc un budget pour la célébration de trois à quatre grandes fêtes (religieuses ou non) en famille par an, en fonction de la composition de la famille (voir tableau 10.1). Un budget distinct est aussi réservé pour célébrer les anniversaires de tous les membres de la famille. Pour les enfants de l'école primaire, nous prévoyons une fête d'anniversaire séparée pour célébrer l'événement avec leurs amis et une collation en classe (voir chapitre sur le panier « enfance en sécurité »).

Pour les personnes âgées, fêter avec les enfants et les petits-enfants est très important. Tant que les conditions le permettent, elles aiment organiser elles-mêmes ces moments. Lorsque leur espace de vie est trop petit ou que la préparation d'un repas de fête devient trop stressante, les réunions se déplacent dans un restaurant ou chez l'un des enfants. La plupart des personnes âgées considèrent qu'il est normal que, si c'est possible, elles prennent en charge le coût de ces réunions. Sur la base des discussions des groupes de réflexion, un budget supplémentaire est prévu pour permettre aux personnes âgées d'inviter leurs enfants et petits-enfants à une fête cinq fois par an.

Tableau 10.1 – Nombre de fêtes annuelles par type de famille et occasion.

Fêtes	Personne seule	Personne seule + enfant enseignement primaire	Personne seule + enfant enseignement secondaire	Couple	Couple + enfant enseignement secondaire	Couple + jeune enfant et enfant enseignement primaire	Couple + enfant enseignement primaire et secondaire
Pâques, Aïd el-Fitr, Holi	1	1	1	1	1	1	1
Saint-Nicolas, Hanoucca	0	1	1	0	1	1	1
Noël, Aïd el-Adha, Divali	1	1	1	1	1	1	1
Nouvel An ou anniversaire de mariage	1	1	1	1	1	1	1
Anniversaire	1	2	2	2	3	4	4
Nombre total de fêtes	4	6	6	5	7	8	8

Outre les fêtes annuelles, il est usuel, dans certaines traditions, de célébrer quelques fêtes plus importantes, par exemple, à l'occasion de la naissance d'un enfant, et lors du passage de l'enfance à l'âge adulte, il est également courant de conserver quelques fêtes par enfant. Ces fêtes se déroulent souvent dans un cercle familial élargi et entraînent des coûts supplémentaires, par exemple, pour la décoration, les invitations ou des habits spéciaux. Comme ces fêtes nécessitent des économies, nous prévoyons un budget par enfant égal au coût d'amortissement de trois fêtes sur dix-huit ans (p. ex. pour une fête à 6 ou 7 ans, à 12 ans et à 18 ans). Le coût est estimé à titre indicatif sur la base d'un déjeuner sandwich dans une salle louée. Nous avons arbitrairement fixé le nombre d'invités par fête à vingt adultes et dix enfants. Pour d'autres grandes fêtes (comme un anniversaire de mariage), nous ne prévoyons pas de budget séparé. Nous considérons que des économies sont alors réalisées sur d'autres fêtes (p. ex. Nouvel An et anniversaires).

10.2.3 Cadeaux et cartes de vœux

Les anniversaires et les fêtes s'accompagnent de cadeaux et de cartes de vœux. Ce sont des symboles importants d'appréciation et de solidarité dans les relations sociales.

Des études montrent que les cadeaux sont principalement appréciés pour l'effort, la prévenance et la surprise qu'ils impliquent, plutôt que pour leur seule valeur financière. (Komter, 2007 ; Webley *et al.*, 1983). Les groupes de réflexion soulignent également que le fait d'offrir un cadeau ou une attention, même minime, est un signal social important de réciprocité et de solidarité.

> *Fête des mères, fête des pères, fête de l'Aïd, conversion, anniversaire de frères [occasions où l'on offre des cadeaux]. Certains amis reçoivent un peu d'argent à l'Aïd, ou l'on offre de la nourriture. On donne toujours quelque chose. Si l'on n'a rien sur soi, ce n'est pas un problème, mais ce n'est pas bien que les gens vous donnent des choses et que vous ne pouvez pas rendre vous-même. Cela peut être une très petite chose. (Louvain, jeunesse mixte, 2024)*
>
> *Chez moi, les enfants sont toujours invités à des anniversaires, au moins une fois par mois, et pour chaque enfant en particulier, donc pour moi c'est vraiment beaucoup plus… Il faut toujours venir avec un cadeau, cela fait partie du jeu. (Namur, familles avec enfants, 2024)*

Dans le budget de référence, nous considérons trois types de cadeaux.

1. *Cadeaux avec réciprocité :* cadeaux donnés et reçus dans des circonstances similaires, comme les anniversaires, la Saint-Valentin ou les fêtes de Noël entre amis. Les coûts associés se compensent généralement. Ces cadeaux ne sont donc pas inclus dans le calcul du budget de référence.
2. *Cadeaux pour enfants :* les parents reçoivent déjà dans le panier « enfance en sécurité » un budget séparé pour offrir (trois fois par an) un cadeau à leurs enfants. Ces cadeaux ne sont donc pas repris en double ici. Il en va de même pour les cadeaux plus petits que les enfants, les adolescents et les étudiants offrent à leurs amis et qu'ils sont censés payer avec leur argent de poche.
3. *Cadeaux non réciproques :* il s'agit de cadeaux pour lesquels aucune contrepartie immédiate n'est attendue, par exemple, lors d'un mariage, d'une naissance, d'une visite à l'hôpital ou d'une fête spéciale de transition. Nous prévoyons à cet effet pour chaque adulte vivant seul un budget annuel pour cinq petits cadeaux et un cadeau plus important une fois tous les cinq ans. Pour les couples, par rapport à un adulte vivant seul, nous comptons deux petits cadeaux supplémentaires par an, en considérant que les deux partenaires partagent en grande partie le même groupe d'amis.

Il ressort également des groupes de réflexion que les personnes âgées accordent une grande importance aux cadeaux offerts aux enfants et aux petits-enfants, en particulier à l'occasion des anniversaires, du Nouvel An et des grandes fêtes de famille. Les personnes âgées déclarent éprouver des sentiments de honte et de faute lorsqu'elles ne peuvent pas offrir de cadeau. C'est pourquoi nous prévoyons pour elles un budget supplémentaire pour faire une surprise à leurs enfants et petits-enfants à l'occasion des

anniversaires et du Nouvel An (ou d'une autre occasion), ainsi qu'un budget cadeaux plus important par petit-enfant à l'occasion des fêtes de transition importantes. Pour les cadeaux non réciproques des personnes âgées à d'autres membres de la famille ou à des amis, nous prévoyons un budget annuel de trois petits cadeaux (cinq cadeaux pour les couples).

> *Il faut pouvoir l'expliquer aux enfants. Par exemple, il y a quatre petits-enfants qui reçoivent des cadeaux et c'était à moi d'offrir un cadeau et je dis « désolé, mais le Père Noël n'a pas trouvé ma maison ». Que dois-je dire ? Tout ce que j'ai pu dire, c'est que j'ai beaucoup de baisers et d'amour pour vous tous (Deurne, pensionné, 2013)*

Enfin, nous prévoyons également un budget pour les cartes de vœux et les timbres. Pour les personnes vivant seules, nous prévoyons six cartes de vœux par an, neuf pour les couples, et, pour les enfants de plus de 2 ans, quatre cartes de vœux.

10.2.4 Sortie restaurant/repas à emporter

Manger au restaurant est une affaire sociale, dont l'importance a été fréquemment soulignée par les participants aux groupes de réflexion. Cela met les gens en contact avec d'autres, ils entendent parler de ce qui se passe dans les environs, ou ils peuvent répondre à une invitation de membres de la famille ou d'amis. Dans le même temps, cela offre la possibilité de découvrir des aliments nouveaux ou préparés différemment. En outre, manger au restaurant ou emporter des repas est parfois une nécessité pratique : en hiver, ce n'est pas idéal lors d'une journée de courses ou d'une visite à l'hôpital de manger son propre repas de midi à l'extérieur dans un parc.

Dans les groupes de réflexion, les participants ayant des enfants ont indiqué que les sorties au restaurant et les repas à emporter étaient importants pour récompenser de temps en temps leurs enfants pour leur bon comportement. Par exemple, lorsqu'ils ont un bon bulletin, qu'ils se sont très bien comportés dans une certaine situation ou qu'ils ont aidé au grand nettoyage. Il est agréable pour les parents de pouvoir récompenser leurs enfants quelques fois par an en leur offrant, par exemple, un sachet de frites de la friterie ou un repas à l'extérieur.

En outre, les parents interrogés dans les groupes de réflexion font référence aux fêtes scolaires et aux activités d'associations, où une participation est souvent attendue. Si les enfants doivent toujours manquer ces « dîners », ils sont exclus. Certaines personnes interrogées soulignent par ailleurs que les repas au restaurant peuvent être une occasion d'apprentissage pour les enfants : ils leur offrent la possibilité d'apprendre les bonnes manières à table et de faire l'expérience d'une interaction sociale positive avec d'autres

personnes. Dans ce contexte, on appelle à davantage d'initiatives sociales permettant aux gens de manger ensemble à moindre coût.

> *Je pense à des associations comme les scouts et le football, nos enfants participent à toutes sortes d'activités et cela signifie aller manger un spaghetti ou autre chose au moins une fois par an, et c'est déjà l'une de ces trois fois. Et ça signifie 10 euros par personne car c'est pour la bonne cause ou le BBQ annuel (…). Dès que vous pensez que la participation sociale est importante… Ou à l'école, la fête annuelle de l'école ! (Gand, familles avec enfants, 2013)*
>
> *Je pense qu'il s'agit également d'un petit entraînement aux compétences sociales. Aller manger, dans l'ensemble, pour un enfant, il y a des choses à apprendre là aussi, cela peut être la culture. Les enfants doivent apprendre cela dans une certaine mesure, c'est pourquoi je pense que c'est important. (Gand, familles avec enfants, 2013)*

Les groupes de réflexion sans enfant ont également souligné l'importance, pour la participation sociale, de ne pas avoir à cuisiner régulièrement et d'être parmi d'autres personnes pour prendre un repas. Pour certains groupes à risque, tels que les personnes en situation de pauvreté, les chômeurs, les retraités et les personnes seules, les services de restauration sociaux peuvent jouer un rôle important dans la lutte contre l'exclusion sociale. Ils offrent aux familles soumises à de fortes pressions la possibilité de s'évader un moment du quotidien. Les participants ont indiqué que ces moments ne doivent pas nécessairement être coûteux ou spéciaux, mais que le contact social est l'objectif principal. Les services de restauration sociaux organisés par des centres communautaires et des A.S.B.L., qui créent un sentiment d'appartenance, sont donc fort appréciés.

Sur la base des arguments avancés dans tous les groupes de réflexion par des personnes issues de milieux socio-économiques différents, il a été décidé de tenir compte dans les budgets de référence de la possibilité pour les familles en âge de travailler de prendre des repas à emporter ou de manger à l'extérieur tous les mois, et pour les personnes âgées d'avoir cette possibilité tous les deux mois.

10.2.5 Confort domestique

Sous la rubrique « confort domestique », nous plaçons un certain nombre de biens de consommation courante dont l'absence est perçue par de nombreuses personnes comme un manque important entraînant de forts sentiments de honte. À cette catégorie appartiennent : un fauteuil, une table basse, un buffet, des abat-jour, des coussins, des bougies et des allumettes.

10.2.6 Communication numérique

Le multimédia est désormais indissociable de notre vie quotidienne, notre société étant hautement numérisée. La pandémie de Covid-19 a accéléré cette évolution en faisant temporairement de la communication en ligne le seul moyen de contact social.

10.2.6.1 L'importance de l'Internet et des médias numériques pour la participation sociale

L'accès à l'Internet est nécessaire pour rester en contact avec les amis et la famille, poursuivre des études, utiliser des services numériques (p. ex. itsme, les services bancaires en ligne ou prendre des rendez-vous en ligne) et même, pour beaucoup, pour pouvoir travailler. L'internet est devenu une source essentielle d'informations et de services, comme le montrent l'enquête Statbel sur les TIC et l'utilisation de l'Internet par les ménages belges (Statbel, 2023). En 2023, 80 % des Belges utilisaient l'Internet pour trouver des informations sur des biens et services. Un groupe tout aussi important a utilisé des services bancaires en ligne. La moitié de la population a utilisé l'Internet pour télécharger des documents officiels, un peu plus d'un tiers pour prendre rendez-vous dans des institutions gouvernementales ou publiques, et la moitié également pour recevoir des documents officiels via leur compte eBox. En outre, un peu plus de la moitié de la population y a recherché des informations sanitaires.

Pour les personnes ayant peu ou pas d'activité numérique, il devient de plus en plus difficile de participer à la société. Cela s'explique, d'une part, par le fait qu'un manque d'accès à l'Internet, à un ordinateur ou à d'autres appareils numériques, ainsi que des compétences numériques limitées, non seulement excluent les personnes, mais entravent également l'accès aux droits sociaux et aux soins de santé (Mariën *et al.*, 2021). Si 94 % des ménages belges comptant au moins une personne âgée de 16 à 74 ans disposent d'une connexion à l'Internet, ce chiffre atteint 99 % dans les ménages à hauts revenus et tombe à 89 % dans les ménages à faibles revenus (Brotcorne & Ponnet, 2024). Il existe toutefois non seulement un gradient socio-économique clair dans l'utilisation de l'Internet, mais aussi en ce qui concerne les compétences numériques, ce qui risque d'aggraver le retard de certains groupes (Faure *et al.*, 2022). D'autre part, l'impact de cette situation sur l'exclusion sociale est amplifié par l'érosion de l'accessibilité à toutes sortes de services. Alors qu'il est de plus en plus facile de régler toutes sortes de choses via l'Internet ou une appli sur un smartphone, l'offre de régler ces choses via un guichet physique ou par téléphone est de plus en plus limitée. Des exemples en sont le remplacement d'un agenda scolaire physique par Smartschool en Flandre, la réduction (du nombre d'heures) des guichets avec personnel et des distributeurs de billets dans les gares et les stations de métro (VRT NWS, 2024), la fermeture ou la limitation de l'accessibilité des guichets bancaires, des guichets communaux ou des guichets

des prestataires de services sociaux tels que les compagnies d'assurances maladie ou les syndicats (Unizo, 2024 ; VRT NWS, 2022). En Communauté française toutefois, un amendement a récemment été approuvé qui continue d'imposer une possibilité d'accès aux services publics via un guichet physique, en dépit de l'engagement en faveur de la numérisation (Lire et Écrire, 2024).

10.2.6.2 Le smartphone, un outil de communication essentiel

L'accès à l'Internet se fait via différents dispositifs. Selon le baromètre Inclusion numérique 2024 (Brotcorne & Ponnet, 2024), 91 % des Belges possèdent un smartphone, 69 % un ordinateur portable, 36 % une tablette et 14 % d'autres appareils connectés à l'Internet, par exemple, une télévision intelligente ou une montre connectée. Les données de Statbel (2023) montrent que le smartphone est l'appareil le plus important pour l'accès à l'Internet. Selon une étude de 2023, 92 % des Belges qui se sont connectés au cours des trois derniers mois ont utilisé un smartphone pour ce faire. La possession d'un smartphone semble donc cruciale pour l'inclusion numérique et sociale.

> *Même la 4G est indispensable de nos jours, même pour de petites choses. Par exemple, vous allez au Carrefour, hop, 4G on, vous vérifiez votre compte courant pour vous assurer que vous avez assez. Cela ne coûte pas beaucoup, car cela se fait vraiment en trois secondes. Et il n'y a pas de Wi-Fi accessible partout, donc un minimum de 4G est vraiment indispensable à mon avis. (Liège, étudiants, 2024)*

Pour ces raisons, un smartphone simple avec un forfait data par adulte est inclus dans les budgets de référence. Grâce à la combinaison de plusieurs fonctions en un seul appareil – Internet, photographie, musique et divertissement –, l'enregistrement sur smartphone rend inutile l'utilisation d'un appareil photo séparé par exemple.

10.2.6.3 Rôle d'une tablette et capacités d'impression

À côté du smartphone, l'ordinateur ou la tablette joue également un rôle important au sein des familles, surtout en raison de leur écran plus grand et de leur facilité d'utilisation par rapport à un smartphone. Des études montrent que les internautes se servant de plusieurs appareils utilisent plus souvent des services numériques essentiels que ceux qui ne se connectent qu'à l'aide d'un smartphone, ce qui indique un accroissement de la fracture numérique entre les deux groupes. Septante-huit pour cent des internautes ont la possibilité de connecter simultanément plusieurs appareils à l'Internet, mais cette possibilité est plus fréquente dans les ménages à hauts revenus (89 %) que dans les ménages à faibles revenus (66 %) (Brotcorne & Ponnet, 2024).

Les groupes de réflexion aussi remarquent qu'un ordinateur ou une tablette sont plus adaptés qu'un smartphone pour des activités telles que le suivi d'une formation, la vision de vidéos et de films, la consultation de documents numériques et la lecture d'articles de journaux. Les familles avec de jeunes enfants pour lesquels aucun ordinateur portable personnel n'a été prévu dans le panier « enfance en sécurité » soulignent en particulier l'importance d'un ordinateur ou d'une tablette familial(e) à des fins éducatives et de loisirs ou pour les devoirs à la maison. C'est pourquoi, en plus d'un smartphone, nous prévoyons pour chaque famille une tablette simple avec un espace de stockage suffisant, afin que tous les membres de la famille puissent participer à la vie numérique et sociale de manière confortable et efficace.

Que ce soit pour l'éducation, le travail ou des obligations administratives, les familles doivent pouvoir imprimer régulièrement des documents. Il ressort toutefois des discussions des groupes de réflexion que avoir leur propre imprimante est surtout nécessaire pour les familles ayant des enfants d'âge scolaire. Les participants avec enfants indiquent indiquent qu'une imprimante familiale est essentielle pour donner à leurs enfants des chances égales en matière d'éducation. De la documentation, des textes et des tâches doivent régulièrement être imprimés, et l'absence d'imprimante peut constituer une entrave. Il n'est pas toujours possible de trouver un service de copies ou une bibliothèque ouverte le soir pour imprimer les travaux scolaires. C'est pourquoi une imprimante, deux cartouches d'encre et un paquet de papier d'impression par an sont prévus pour ces familles, afin d'imprimer les documents nécessaires. Pour les familles ayant des enfants plus âgés, à partir de 12 ans, ce nombre est porté à trois cartouches par an, compte tenu des exigences scolaires croissantes.

Dans les groupes de réflexion sans enfant a également été observé un besoin sporadique d'imprimer. La numérisation croissante, avec la possibilité d'envoyer et de signer des documents en ligne, diminue de plus en plus le besoin d'impression physique. Pour ce groupe, une autre possibilité d'impression en dehors du domicile, par exemple, un service de copies ou une bibliothèque, suffit.

> *J'envoie simplement une copie au centre de photocopie et cela coûte quelques cents, mais ce n'est pas grand-chose. Cela vous prend dix minutes de vélo, mais vous réfléchissez à deux fois avant d'imprimer quoi que ce soit. (Gand, familles avec enfants, 2013)*
>
> *En tant que couple ou personne seule sans enfant, je dirais non, car, de nos jours, beaucoup de choses peuvent être envoyées par courriel en pièce jointe. Avec des enfants, c'est une tout autre affaire, mais, sans enfant, je dirais non. (Gand, familles avec enfants, 2013)*

10.2.7 Activités entre collègues

Le travail implique des rôles sociaux supplémentaires, tels que ceux d'employé, d'employeur et de collègue. Le lieu de travail n'est pas seulement un environnement professionnel, mais aussi un espace social important où les gens développent de nouvelles amitiés (Cronin, 2014). L'émergence des nouvelles technologies de communication brouille de plus en plus la distinction entre travail et loisirs. Les gens passent de ce fait plus de temps avec leurs collègues en dehors des heures de travail (Endrejat *et al.*, 2018). Des études montrent une corrélation claire entre les amitiés sur le lieu de travail et divers résultats positifs tels qu'une meilleure santé, un bien-être général, un soutien social perçu et l'accès à des ressources qui facilitent la réalisation d'objectifs professionnels (Endrejat *et al.*, 2018).

Pour remplir pleinement le rôle social de collègue, il est nécessaire de pouvoir participer à des activités sociales liées au travail. Cependant, il est très difficile de déterminer un budget exact pour cela, car la fréquence et la nature de ces activités dépendent fortement de la culture d'entreprise. Dans certaines organisations, par exemple, les cadeaux sont payés à partir d'un pot commun, alors qu'ailleurs, on attend un cadeau indépendant. En outre, les habitudes sociales varient : certains collègues déjeunent ensemble chaque semaine et se font alors livrer de la soupe ou des sandwiches, d'autres partent ensemble en voyage chaque année. Les fêtes du personnel sont également souvent financées en partie par les employés. Le budget nécessaire dépend non seulement de la culture d'entreprise, mais aussi du nombre de collègues et de la nature des relations mutuelles. À titre d'exemple, un budget annuel de 40 euros est prévu pour des cadeaux et des cartes de vœux. En outre, un budget bimensuel est prévu pour les activités sociales avec les collègues, telles que les sorties au café (le montant pour deux boissons) ou le partage d'un sandwich.

10.2.8 Obligations civiques

Pour remplir correctement le rôle de citoyen, certaines dépenses sont nécessaires. Tout Belge âgé d'au moins 12 ans et inscrit au registre de la population doit posséder une carte d'identité avec une photo d'identité récente. Le port en est obligatoire à partir de 15 ans. Bien que les enfants ne soient pas obligés d'avoir une Kids-ID, cette carte est cependant nécessaire pour les voyages scolaires à l'étranger par exemple. Pour éviter que les enfants ne soient exclus d'activités telles que les excursions, les voyages scolaires ou les camps, les budgets de référence prévoient une carte d'identité (Kids) pour chaque enfant.

Par ailleurs, les citoyens sont tenus de payer des impôts. L'impôt sur le revenu des personnes physiques, qui dépend du revenu et de la composition de la famille, n'est

pas pris en compte ici, car les budgets de référence reflètent le niveau requis de revenu disponible après impôt sur le revenu des personnes physiques. Nous incluons toutefois une taxe provinciale générale, qui est perçue dans la plupart des provinces flamandes, mais pas en Wallonie ni à Bruxelles. Outre les impôts, le budget obligations civiques couvre d'autres dépenses telles que la collecte des ordures ménagères, l'adhésion à un syndicat et un modeste budget pour le matériel de base nécessaire à l'organisation de l'administration familiale, tel qu'un stylo, de la colle, une agrafeuse, une perforatrice, du ruban adhésif, des enveloppes et chemises à documents.

Enfin, pour participer pleinement à la société, il est essentiel que les citoyens disposent d'un accès adéquat à l'information, qui leur permette de remplir correctement leur rôle politique. L'information permet aux citoyens de réfléchir de manière critique à l'évolution de la société et de faire des propositions d'amélioration constructives. Bien que, selon les participants aux groupes de réflexion, le coût en soit relativement limité, principalement grâce à l'abonnement à une bibliothèque et à la possession de la radio et de la télévision déjà inclus, son importance reste indéniable (voir Chapitre 7 sur le repos et la détente).

10.3 Le calcul du prix du panier maintien des relations

Dans la détermination des prix des produits et services de relations sociales, comme pour les autres paniers, nous adoptons une stratégie visant à minimiser les coûts, tout en garantissant une qualité suffisante.

Pour tous les biens de consommation destinés à accueillir la famille et les amis à la maison, tels que les boissons fraîches, les snacks (biscuits et chips), le café, le thé et les boissons non alcoolisées, les prix proviennent de Colruyt, aux prix les plus bas. Pour les boissons alcoolisées, nous choisissons un vin dans la gamme de prix la plus basse, avec un choix d'environ six variétés différentes. Pour la bière, le choix s'est porté sur un produit de marque bon marché sans alcool. Un budget illustratif permettant aux personnes âgées d'offrir à leurs enfants et petits-enfants un repas de midi avec pistolets dix fois par an est calculé sur la base du nombre moyen d'enfants (1,68) et de petits-enfants (2,78) (Alburez-Gutierrez *et al.*, 2023). Pour la sélection de meubles supplémentaires, tels que chaises et vaisselle permettant d'accueillir des invités à la maison, il s'agit des mêmes produits de base que ceux fournis dans le panier alimentaire et notons le prix le plus bas pour ces produits chez IKEA. Il en va de même pour les meubles qui apportent un confort supplémentaire à la maison.

Pour permettre la préparation de repas de fête savoureux, un budget correspondant au double du budget journalier du panier « alimentation saine » est prévu. En outre, un bud-

get est prévu deux fois par an pour offrir à tous les membres de la famille du chocolat ou d'autres friandises. Pour la célébration d'une fête (de passage) plus importante pour les enfants, nous calculons le loyer moyen d'une salle bon marché, par exemple, une salle paroissiale ou une buvette de football, dans quatre endroits différents par région. Pour les biscuits d'apéritif et le dessert, le prix le plus bas chez Colruyt est utilisé. En guise de plat principal, nous prenons le prix d'un simple repas sandwiches acheté auprès d'un traiteur. Nous calculons pour ce faire le prix moyen de trois traiteurs par région. Nous prévoyons également pour tous les invités trois boissons au prix du café. Le nombre d'invités par fête est fixé à trente (20 adultes et 10 enfants). Enfin, nous tenons compte du coût des nappes et serviettes en papier chez Colruyt, des ballons et guirlandes chez Action et des cartes d'invitation chez Kruidvat. La tenue de la personne fêtée est incluse dans le budget vestimentaire. Pour cela, nous multiplions par deux le prix d'un ensemble de vêtements prévu dans le budget.

Il est particulièrement difficile d'attribuer un prix aux cadeaux non réciproques. Dans les groupes de réflexion, les avis des personnes interrogées divergent sur ce point. Selon certains, l'intention particulière compte plus que la valeur financière d'un cadeau. D'autres personnes interrogées signalent que les cadeaux ne sont pas bon marché de nos jours.

> *Pas plus que les fleurs. Oui, vous offrez des fleurs, et vous en avez tout de suite pour 25 euros. (Verviers, familles sans enfant, 2024)*
>
> *Si vous avez des amis : vous passez chez eux, ils viennent chez vous. (…) Nous sommes allés chez [X], qui nous avait invités à visiter son appartement. Nous avions apporté quelques fleurs, quelques gâteaux. Cela nous a coûté 40 euros. Nous n'y sommes pas allés les mains vides. (Verviers, familles sans enfant, 2024)*

Nous avons choisi un budget de 20 euros pour les petits cadeaux et de 50 euros pour un cadeau plus important. Ce choix est quelque peu arbitraire, mais il s'inscrit dans le cadre d'un budget minimal qui laisse une marge de manœuvre suffisante. Pour les personnes âgées, nous avons choisi un budget indicatif de 20 euros et de 15 euros respectivement pour les enfants et petits-enfants à l'occasion de leur anniversaire et du Nouvel An. À l'occasion d'une plus grande fête (de passage) pour les petits-enfants, un budget de 30 euros par petit-enfant est prévu tous les six ans. Enfin, un autre budget de trois fois 10 euros par an (cinq fois pour les couples) est prévu pour permettre aux personnes âgées d'acheter des cadeaux pour des occasions pour lesquelles le principe de réciprocité ne s'applique pas.

Pour déterminer le budget d'un plat à emporter, nous calculons par région le prix moyen d'un sachet de frites avec une viande ou snack de friterie dans six friteries sélectionnées

au hasard. Pour les repas au restaurant, nous notons de la même manière le prix d'un spaghetti avec boisson fraîche dans les trois régions.

La communication numérique comprend un simple smartphone (128 Go de mémoire et un taux de rafraîchissement de l'écran de 90 Hz) avec un abonnement avantageux de 11 euros par mois chez Yoin (appels illimités et au moins 6 Go de données). Nous prévoyons en outre par famille un budget pour une tablette simple (128 Go de stockage, 3 Go de mémoire RAM, 11 ou 12 pouces, avec fonction appareil photo, avec une année de construction/introduction de maximum deux ans). Nous choisissons une tablette en raison de son coût inférieur à celui d'un ordinateur portable. Pour les familles avec enfants est prévue une imprimante bon marché. Les familles sans enfant reçoivent un petit budget d'impression pour imprimer 10 A4 par mois dans un copy center. Les prix d'un smartphone, d'une tablette et d'une imprimante ont été relevés chez Vanden Borre. L'abonnement internet de base que nous ajoutons est Scarlet Trio. Nous incluons la moitié de ce coût dans le budget des relations sociales, l'autre moitié dans l'abonnement à la télévision dans le panier « détente ». Pour les familles avec enfants aux études de plus de 12 ans ou un adulte résident supplémentaire, nous prévoyons un abonnement internet avec une vitesse plus élevée. Pour la Flandre, le prix provient de Telenet, pour la Wallonie et Bruxelles, de Proximus. Les tarifs les plus avantageux sont déterminés sur la base d'une comparaison via bestetarief.be.

Afin de marquer de la considération pour les collègues et de favoriser les liens au travail, nous prévoyons un budget annuel de 40 euros, destiné à des cadeaux à l'occasion d'anniversaires, de mariages ou de départs à la retraite. En outre, un budget indicatif (d'une valeur de deux verres dans un café) a été réservé pour entreprendre une activité sociale avec des collègues tous les quinze jours, par exemple aller boire un verre ou déjeuner ensemble. Son utilisation peut varier en fonction des préférences ou de l'occasion, en tenant compte des normes et coutumes informelles au sein de l'organisation.

Les obligations administratives liées au rôle de citoyen entraînent également certains coûts. Nous calculons donc par région le coût moyen des différents tarifs communaux pour une carte d'identité, y compris les photos d'identité requises. Nous prenons également en compte le coût obligatoire de la collecte des déchets, sur la base d'un coût communal moyen pondéré fondé sur les données administratives relatives à la production de déchets ménagers en Flandre et en Wallonie (État de l'environnement wallon, 2022 ; OVAM, 2024). Les cotisations syndicales sont calculées sur la base du coût moyen d'une carte de membre des plus grands syndicats de notre pays. Enfin, nous basons le prix du matériel de base pour les tâches administratives, comme les stylos à bille, les enveloppes et les chemises à documents sur les prix les plus bas chez Colruyt.

10.4 Le budget de référence pour le maintien des relations

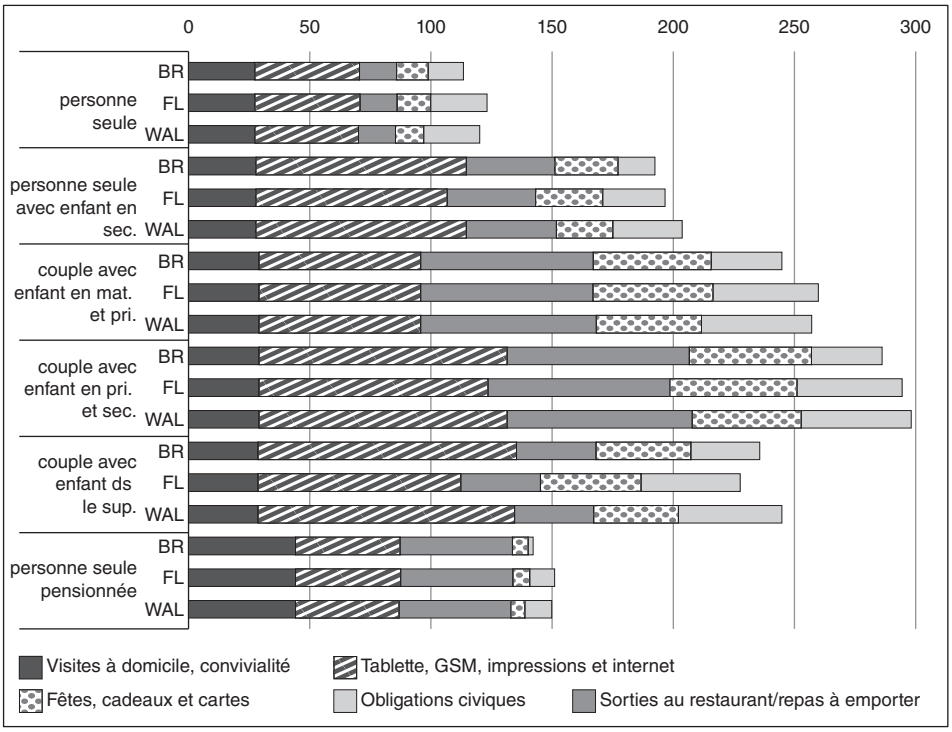
Le budget nécessaire au maintien des relations sociales varie fortement en fonction du type de famille et, dans une moindre mesure, de la région. Pour une personne seule, il représente 113 euros par mois à Bruxelles, 123 euros en Flandre et 120 euros en Wallonie. Les variations régionales sont principalement dues aux coûts moins élevés des déchets ménagers à Bruxelles. Pour un couple avec enfants dans l'enseignement primaire et secondaire, le coût minimal est de 286 euros par mois à Bruxelles, de 294 euros en Flandre et de 298 euros en Wallonie. Il est intéressant de noter que le budget consacré à la communication numérique pour les personnes seules et les familles avec de jeunes enfants ne varie pas d'une région à l'autre. C'est toutefois le cas pour les familles avec adolescents. En particulier, le coût d'un abonnement internet est légèrement plus élevé à Bruxelles et en Wallonie qu'en Flandre. Comme ce coût plus élevé compense en grande partie les coûts moins élevés des déchets à Bruxelles, les différences globales entre les régions restent limitées pour ce type de famille également.

La plus grande part du budget des relations sociales pour les familles ayant des enfants de moins de 18 ans est consacrée aux médias numériques, suivie par les dépenses pour les fêtes, les cartes de vœux et les cadeaux. Les dépenses les moins nécessaires sont les visites à la famille et aux amis et les obligations civiques. Les médias numériques sont également le premier poste de dépenses des personnes seules, suivis par les visites à la famille et aux amis. Chez les personnes âgées, les dépenses consacrées aux visites d'amis et de membres de la famille, aux médias numériques, aux fêtes et aux cadeaux sont à peu près les mêmes.

Par rapport aux familles en âge de travailler, les personnes âgées ont besoin d'un budget plus important pour maintenir leurs relations sociales. Comparativement, le budget nécessaire aux personnes âgées pour aller manger à l'extérieur et remplir leurs obligations civiques est moins élevé que pour les familles en âge de travailler, notamment en raison de la suppression de la cotisation syndicale. C'est l'inverse pour le budget prévu pour les visites des amis et de la famille, les fêtes et les cadeaux.

Cela montre que la composition du ménage et l'étape de la vie dans laquelle se trouvent les membres de la famille ont un impact significatif sur le niveau et la composition du budget de référence pour les relations sociales.

Figure 10.1 – Le budget de référence pour le maintien des relations pour les personnes inactives, en euros par mois (mai 2024).



10.5 Les hypothèses sous-jacentes : sont-elles réalistes pour les familles économiquement vulnérables ?

Comme pour les autres paniers, nous partons du principe que les familles sont logées dans des habitations de qualité, qu'elles sont en bonne santé et qu'elles ont les connaissances et les compétences suffisantes pour comparer les prix et faire les choix les plus avantageux.

En outre, nous ne tenons pas compte, lors de la constitution de ce panier, des contraintes de temps. Alors que les recherches montrent que le manque de revenus s'accompagne souvent d'un manque de temps, ce qui entraîne une double vulnérabilité (Van Tienoven *et al.*, 2023). Dans les groupes de réflexion, les familles monoparentales ont indiqué par exemple qu'elles rencontraient des difficultés supplémentaires pour entretenir des relations sociales : elles ont un plus grand besoin de contacts sociaux en dehors de la famille, mais sont limitées par leurs activités de soins et un budget restreint.

Les personnes seules aussi éprouvent souvent des difficultés à maintenir des contacts sociaux. Seuls 52 % d'entre elles se déclarent satisfaits de leurs relations personnelles, ce qui entraîne régulièrement un sentiment de solitude (Statbel, 2024). Pour certaines de ces personnes, leur animal de compagnie est une présence indispensable. Nous ne prévoyons toutefois pas de budget spécifique pour cela dans les budgets de référence. Pour échapper à la solitude, certaines personnes interrogées vivant seules sortent plus souvent au restaurant. En même temps, elles font observer qu'il leur est plus difficile d'aller au restaurant seules, sans se sentir jugées.

Il semble également que la situation du logement joue un rôle important. Un environnement peu accessible, une mobilité limitée et un manque d'infrastructures et d'activités locales augmentent le risque d'isolement social (Switsers *et al.*, 2024 ; Volckaert *et al.*, 2021). Les participants aux groupes de réflexion issus de groupes à faibles revenus indiquent que leur logement est parfois trop petit pour recevoir des visiteurs ou organiser des fêtes à la maison. Ils soulignent donc l'importance de disposer d'un budget suffisant pour participer à des activités sociales en dehors du domicile également.

En ce qui concerne la communication numérique, nous considérons que les personnes peuvent comparer les offres de différents fournisseurs et donc toujours choisir l'option la moins chère pour la téléphonie mobile, l'Internet et la télévision. Dans les différents groupes de réflexion, cette hypothèse a été fortement critiquée. Les participants signalent que tout le monde ne dispose pas des compétences et du temps nécessaires pour rechercher des tarifs et des forfaits plus avantageux. Pour cela, il faut être très habile en matière de recherche numérique, être capable d'accéder à différents sites web, pouvoir lire les petits caractères et trouver le temps de le faire. Il est également signalé que les informations disponibles manquent souvent de transparence, que les prix changent constamment et qu'il est difficile de comparer les fournisseurs. Enfin, les participants aux groupes de réflexion ont indiqué à plusieurs reprises que la publicité et les promotions sont souvent trompeuses et ne fournissent pas d'informations claires sur le coût total. Les astuces de vente sont perçues comme une tricherie par les participants du groupe à faibles revenus. Les jeunes et les personnes peu scolarisées, en particulier, n'ont souvent pas les compétences nécessaires pour les traiter correctement.

Selon Mediawijs, le Centre flamand de connaissances pour l'éducation aux médias (2022), il y a quatre seuils de base que les gens doivent franchir pour être à l'aise avec le numérique : avoir des compétences numériques, avoir accès à du matériel et à l'Internet abordables et de qualité, disposer d'un réseau de soutien pour demander de l'aide et avoir des applications numériques conviviales. Pour les groupes vulnérables tels que les personnes en situation de pauvreté, les nouveaux arrivants, les personnes âgées, les personnes handicapées et les personnes peu alphabétisées, l'absence d'un ou de plusieurs de ces facteurs constitue un défi majeur, les exposant

au risque d'être exclus d'une participation numérique et sociale essentielle (Danckaers, 2022).

10.6 Conclusion

Les relations sociales sont essentielles au bien-être et à la participation sociale de chacun. Ce chapitre montre quelles sont les ressources financières minimales nécessaires à cet effet, tout en soulignant que les groupes vulnérables, en particulier, ont besoin d'un soutien supplémentaire pour garantir leur pleine participation.

Le budget proposé pourvoit aux conditions matérielles minimales nécessaires permettant de remplir correctement des rôles sociaux importants, tels que celui de membre de la famille, d'ami, de collègue ou de citoyen. La composition et la taille du budget tiennent compte du fait que toute personne, quelle que soit sa situation familiale ou l'étape de sa vie, a besoin d'un budget pour faire l'expérience de la solidarité et entretenir des relations sociales significatives.

Dans le même temps, nous soulignons que le soutien matériel seul ne suffit pas : de nombreuses personnes se heurtent à des obstacles supplémentaires tels que le manque de temps, les problèmes de santé et des compétences numériques limitées, qui leur rendent difficile la participation à la vie sociale. Les groupes vulnérables tels que les personnes seules, les familles monoparentales et les personnes âgées sont particulièrement exposés au risque d'isolement social. Outre le soutien financier, il est donc nécessaire de mettre en place des initiatives supplémentaires, telles que des activités sociales accessibles et abordables en dehors du domicile, des services accessibles offrant une fonction de guichet physique, un soutien aux compétences numériques et des politiques qui tiennent compte des besoins spécifiques des groupes vulnérables. C'est le seul moyen de faire en sorte que l'inclusion sociale devienne accessible à tous et que la solidarité ne soit pas un privilège, mais un droit fondamental dont chacun peut jouir.

Références

Agence du numérique. (2023). Baromètre de maturité numérique 2023 des citoyens wallons. *Digital Wallonia*. https://www.digitalwallonia.be/fr/publications/citoyens-2023/

Alburez-Gutierrez, D., Williams, I., & Caswell, H. (2023). Projections of human kinship for all countries. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *120*(52), e2315722120. https://doi.org/10.1073/pnas.2315722120

Bosma, H., Jansen, M., Schefman, S., Hajema, K. J., & Feron, F. (2015). Lonely at the bottom : A cross-sectional study on being ill, poor, and lonely. *Public Health*, *129*(2), 185-187. https://doi.org/10.1016/j.puhe.2014.11.016

Bourdieu, P. (1980). *Le capital social*. https://www.persee.fr/doc/arss_0335-5322_1980_num_31_1_2069

Brotcorne, P., & Ponnet, K. (2024). Barometer Digitale Inclusie 2024. Brussel : Koning Boudewijnstichting.

Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously : A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, *54*(3), 165-181. https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.3.165

Claridge, T. (2020). *Social Capital at Different Levels and Dimensions : A Typology of Social Capital*. https://www.socialcapitalresearch.com/wp-content/uploads/2020/06/Dimensions-and-levels.pdf ?x86665

Cronin, A. M. (2014). Between friends : Making emotions intersubjectively. *Emotion, Space and Society*, *10*, 71-78. https://doi.org/10.1016/j.emospa.2013.03.008

Dale, A., & Newman, L. (2010). Social capital : A necessary and sufficient condition for sustainable community development ? *Community Development Journal*, *45*(1), 5-21. https://doi.org/10.1093/cdj/bsn028

Danckaers, T. (2022, april 20). Laat de digitale sneltrein te veel mensen achter ? *Sociaal.Net*. https://sociaal.net/achtergrond/digitale-inclusie-laat-digitale-sneltrein-mensen-achter/

De Boyser, K., & Levecque, K. (2007). Armoede en sociale gezondheid : een verhaal van povere netwerken ? In *Armoede en sociale uitsluiting : jaarboek 2007* (pp. 167-178). Acco.

de Jong-Gierveld, J., & Fokkema, T. (2015). Strategies to prevent loneliness. In A. Sha'ked & M. Rokach (Eds.), *Adressing loneliness. Coping, Prevention and Clinical Interventions* (pp. 218-230). New York : Routledge.

De Marez, L., Sevenhant, R., Denecker, F., Georges, A., Wuyts, G., & Schuurman, D. (2024). *imec.digimeter 2023 : Digitale trends in Vlaanderen*. http ://hdl.handle.net/1854/LU-01HJ69C9YQEE4C4KXKBC7AYS2J

De Witte, J., & Van Regenmortel, T. (2023). An empowerment perspective on loneliness among older persons. *Silver Empowerment Fostering Strengths and Connections for an Age-Friendly Society*, *89*. https://doi.org/10.11116/9789461665072

Déartement WVG (2021). *Vlaams Eenzaamheidsplan 2021-2024* (VR 2021 1911 MED.0396/2BIS). Retrieved from https://www.departementwvg.be/sites/default/files/media/documenten/VR%202021%201911%20MED.0396-2BIS%20Vlaams%20eenzaamheidsplan%202021-2024%20-%20bijlage.pdf

Dewilde, C., & Levecque, K. (2003). De Belgische armoedecijfers : hoe betrouwbaar zijn ze ? In *Armoede en sociale uitsluiting : jaarboek 2003* (pp. 387-397). Acco.

Doyal, L., & Gough, I. (1984). A theory of human needs. *Critical Social Policy*, *4*(10), 6-38. https://doi.org/10.1177/026101838400401002

Endrejat, P. C., Barthauer, L., & Kauffeld, S. (2018). Let's go out for a drink after work ! The relation between leisure time spent with colleagues and employees' life satisfaction. *Journal of Workplace Behavioral Health, 33(1)*, 63-74. https://doi.org/10.1080/15555240.2018.1436444

État de l'environnement wallon. (2022). *Génération de déchets ménagers et assimilés.*_Édition 2022 [Dataset]. http ://etat.environnement.wallonie.be/contents/indicatorsheets/MEN_9.html

Faure, L., Brotcorne, P., Vendramin, P., & Mariën, I. (2022). Barometer Digitale Inclusie 2022. Koning Boudewijnstichting. https://kbs-frb.be/nl/barometer-digitale-inclusie-2022

FOD Economie – Algemene Directie Statistiek en Economische Informatie (2010). *De honden en katten van de Belgen.*

Granovetter, M. (1983). The strength of weak ties : a network theory revisited. *Sociological Theory, 1*, 201-233. https://doi.org/10.2307/202051

Granovetter, M. S. (1973). The strength of weak ties. *American Journal of Sociology*, *78*(6), 1360-1380.

Heylen, L. (2011*). Oud en eenzaam ? Een studie naar de risicofactoren voor sociale en emotionele eenzaamheid bij ouderen* (p. 369)*.* Doctoraal proefschrift, Antwerpen : Universiteit Antwerpen.

Heylen, L. (2013). Eenzaamheid, van alle leeftijden(?) Risicofactoren voor sociale en emotionele eenzaamheid in België. In J. Mostinckx, F. Deven & P. Dauwe (Eds.), *Welzijn en Zorg in Vlaanderen. Wegwijzer voor de sociale sector 2013-2014* (pp. 485-502). Mechelen : Kluwer.

Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk : A meta-analytic review. *PLoS Medicine*, *7*(7), e1000316. doi :10.1371/journal. pmed.1000316

Holt-Lunstad, J., Smith, T.B., Baker, M., Harris, T. & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality. A meta-analytic review. *Perspect Psychol Sci*. (Perspective on Psychological Science : a journal of the association for Psychological Science), *10*(2), 227-237. doi : 10.1177/1745691614568352

Hooghe, M. (2003). *Sociaal kapitaal in Vlaanderen. Verenigingen en democratische politieke cultuur.* Amsterdam : Amsterdam University Press.

Komter, A. (2007). Gift and social relations. The mechanisms of reciprocity. *International Sociology. 22*(1), 93-107. https://doi.org/10.1177/0268580907070

Kostet, I., Nys, K., Verhaegen, I., & Van Puyenbroeck, J. (2018). Persoonlijke netwerkversterking bij mensen in armoede. Een overzicht van werkmodellen en een sterkte-zwakteanalyse door ervarings- en praktijkdeskundigen (Onderzoek in opdracht van het departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin [WVG], afdeling Welzijn en Samenleving). Brussel : Kenniscentrum Hoger Instituut voor Gezinswetenschappen–Orthopedagogie (Odisee). https://assets.vlaanderen.be/image/upload/v1719693608/Netwerkversterking-eindrapport-finaal_0_s0in4q.pdf

Lire et Écrire (2024, 20 novembre). Le décret wallon sur le numérique garantit les guichets physiques. Retrieved 11.03.2025, from https://lire-et-ecrire.be/Le-decret-wallon-sur-le-numerique-garantit-les-guichets-physiques

Machielse, A. (2011). Sociaal isolement bij ouderen : Een typologie als richtlijn voor effectieve interventies. *Journal of Social Intervention : Theory and Practice*, *20*(4). https://doi.org/10.18352/jsi.287

Machielse, A. (2015). The heterogeneity of socially isolated older adults : A social isolation typology. *Journal of Gerontological Social Work*, *58*(4), 338-356. https://doi.org/10.1080/01634372.2015.1007258

Mariën, I., Ben Omar, C., & Van Audenhove, L. (2021). e-Inclusion for Belgium : Federale Roadmap Digitale inclusie. Beleidsvoorbereiding rapport in opdracht van de Programmatorische Federale Overheidsdienst Maatschappelijke Integratie (POD MI). Vrije Universiteit Brussel.

Mediawijs. (2022). Digitale inclusie in Vlaanderen. Bij deze organisaties kan je terecht voor advies en expertise. *Digitale inclusie in Vlaanderen*, *40*. https://assets.mediawijs.be/2022-03/Mediawijs_e-inclusie-publicatie_2_online_v5.pdf

Naroll, R. (1983). *The Moral Order : An Introduction to the Human Situation*. Beverly Hills : Sage Publications. http ://archive.org/details/moralorderintrod0000naro

NN. (2018). Goede vrienden maken ons 3,5 keer gelukkiger. Retrieved from https://gelukkigebelgen.be/goede-vrienden-maken-ons-tot-35-keer-gelukkiger/

OVAM. (2024). *Data huishoudelijk afval 2013-2023* [Dataset]. https://ovam.vlaanderen.be/cijfers-huishoudelijk-afval

Portes, A. (1998). SOCIAL CAPITAL : Its origins and applications in modern sociology. *Annual Review of Sociology*, *24*(1), 1. https://doi.org/10.1146/annurev.soc.24.1.1

Rietman, D. (2016). Het effect van de prijs van een cadeau en de status van een gever op de waardering van een cadeau. Bachelorscriptie Communicatie- en Informatiewetenschappen. Tilburg : Tilburg University. https://arno.uvt.nl/show.cgi ?fid=141584

Sandstrom, G. M., & Dunn, E. W. (2014). Social interactions and well-being : The surprising power of weak ties. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *40*(7), 910-922. https://doi.org/10.1177/0146167214529799

Seepersad, S. (2015). Helping the "Poor Get Richer" – Successful Internet Loneliness Intervention Programs. In A. Sha'ked & M. Rokach (Eds.), *Adressing Loneliness. Coping, Prevention and Clinical Interventions* (pp. 231-240). New York : Routledge.

Shovestul, B., Han, J., Germine, L., Dodell-Feder, D. (2020). Risk factors for loneliness : The high relative importance of age versus other factors. *PLoS ONE*, *15*(2) : e0229087. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229087

Statbel (2023). *5% van de Belgen is niet online*. Retrieved from https://statbel.fgov.be/nl/nieuws/5-van-de-belgen-niet-online

Statbel. (2024). *Driemaandelijkse monitoring van levensomstandigheden* [XLSX]. https://statbel.fgov.be/nl/themas/huishoudens/armoede-en-levensomstandigheden/driemaandelijkse-monitoring#figures

Steyaert, J. (2012). Sociale wetenschappers over sociale netwerken. In J. Steyaert & R. Kwekkeboom (Red.), *De zorgkracht van sociale netwerken* (pp. 25-35). Utrecht : MOVISIE. https://www.steyaert.org/jan/publicaties/2012%2005%20Steyaert%20Kwekkeboom%20de%20zorgkracht%20van%20sociale%20netwerken.pdf

Steyaert, J., & Heylen, L. (2021). Eenzaamheid [Loneliness]. *Bond Zonder Naam*. https://www.bzn.be/Repository/kansen_uit_de_eenzaamheid_documenten/201907_Eenzaamheid_in_Belgi_onderzoek_Leen_Heylen.pdf

Storms, B. (2012). *Referentiebudgetten voor maatschappelijke participatie. Doctoraal proefschrift*. https://www.researchgate.net/publication/235686785_Referentiebudgetten_voor_maatschappelijke_participatie_Doctoraal_proefschrift

Studiedienst Vlaamse Regering (2015). *Vrind 2015.* Brussel : Vlaamse Overheid.

Switsers, L., Heylen, L., & Gryp, D. (2024, 17 décembre). *Samen tegen eenzaamheid. Naar een structurele en preventieve aanpak*. https://thomasmore.be/sites/default/files/2024-12/20241217%20Beleidspaper_Samentegeneenzaamheid.pdf

Tele-Onthaal (2021). Jaarcijfers 2020. Tele-Onthaal.

Tzanakis, M. (2013). Social capital in Bourdieu's, Coleman's and Putnam's theory : Empirical evidence and emergent measurement issues. *Educate~*, *13*(2), 22. https://www.educatejournal.org/index.php/educate/article/view/366/293

Unizo (2024, 14 septembre). *Aantal bankkantoren en bankautomaten gaat fel achteruit – Unizo en BZV-Fedafin trekken aan alarmbel*. Retrieved 11.03.2025, from https://www.unizo.be/berichten/pers/aantal-bankkantoren-en-bankautomaten-gaat-fel-achteruit-unizo-en-bzb-fedafin-trekken

Van der Zwet, R., de Vries, S., & van de Maat, J.W. (2020). Wat werkt bij eenzaamheid. Movisie, kennis en aanpak van sociale vraagstukken. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Retrieved from https://www.movisie.nl/publicatie/wat-werkt-aanpak-eenzaamheid

Van Tienoven, T. P., Minnen, J., & Spruyt, B. (Eds.). (2023). *Time Reveals Everything : A Glimpse into the Hourglass of Time Use Research.* Academic and Scientific Publishers.

Vanhaelewyn, B., & De Marez, L. (2018). Measuring digital media trends in Flanders. Retrieved 6.07.2018, from https://www.imec-int.com/drupal/sites/default/files/inline-files/imec-digimeter-full-2018.pdf

Volckaert, E., Schillebeeckx, E., & De Decker, P. (2021). Beyond nostalgia : Older people's perspectives on informal care in rural Flanders. *Journal of Rural Studies*, *87*, 444-454. https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2020.07.006

VRT NWS (2022, 26 février). *Actie in Moorsele tegen afbouw dienstverlening bij banken : "Geen enkel loket meer voor 7000 inwoners"*. Retrieved 11.03.2025, from https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2022/02/26/abvv-vooruit-actie-afbouw-dienstverlening-bij-banken/

VRT NWS (2024, 23 janvier). *Ongenoegen groeit over plannen NMBS om stationsloketten minder lang open te houden.* Retrieved 11.03.2025, from https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2024/01/23/ongenoegen-groeit-over-plannen-nmbs-om-stationsloketten-minder-l/

Ward, M., May, P., Normand, C., Kenny, R. A., & Nolan, A. (2021). Mortality risk associated with combinations of loneliness and social isolation. Findings from the Irish longitudinal study on ageing. *Age and Ageing*, *50*(4), 1329-1335. https://doi.org/10.1093/ageing/afab004

11. LE BUDGET TOTAL

Bérénice Storms et Tim Goedemé

11.0 Introduction

Dans les premiers chapitres, nous avons présenté le cadre théorique et méthodologique sur lequel reposent les budgets de référence. Nous avons décrit les besoins de base qui sont essentiels pour participer pleinement à la vie en société. Il s'agit en d'autres termes des besoins fondamentaux qui doivent être satisfaits au minimum pour mener une vie digne. Dans les chapitres suivants, nous avons développé chacun de ces besoins individuellement. Ce faisant, nous avons illustré quels biens et services sont au minimum nécessaires, en quelles quantités et à quel coût. Dans ce chapitre final, nous rassemblons les dix sous-budgets individuels en un budget de référence global. Ce montant total reflète le revenu minimal dont les ménages ont besoin pour une participation à part entière dans notre société.

Nous allons détailler la structure et la composition du budget total. Nous examinerons ensuite comment ces budgets varient en fonction du type de ménage, de la région et de la situation de vie, et nous étudierons les postes de dépenses qui ont le plus de poids. Nous restructurerons ensuite le budget total en fonction de trois catégories de dépenses telles qu'elles apparaissent dans l'outil REDI[24] : les dépenses fixes, les frais de subsistance et l'épargne pour les provisions futures. Nous analyserons également l'impact des économies d'échelle au sein des ménages et le surcoût lié à l'arrivée de nouveaux membres dans la famille. Comme nous l'avons montré dans les chapitres précédents, nous avons établi des budgets de référence pour des types de ménages et des situations de vie très différents. Dans ce chapitre, nous nous limiterons aux budgets de référence pour les femmes et les ménages au sein desquels personne ne travaille, sauf indication contraire.

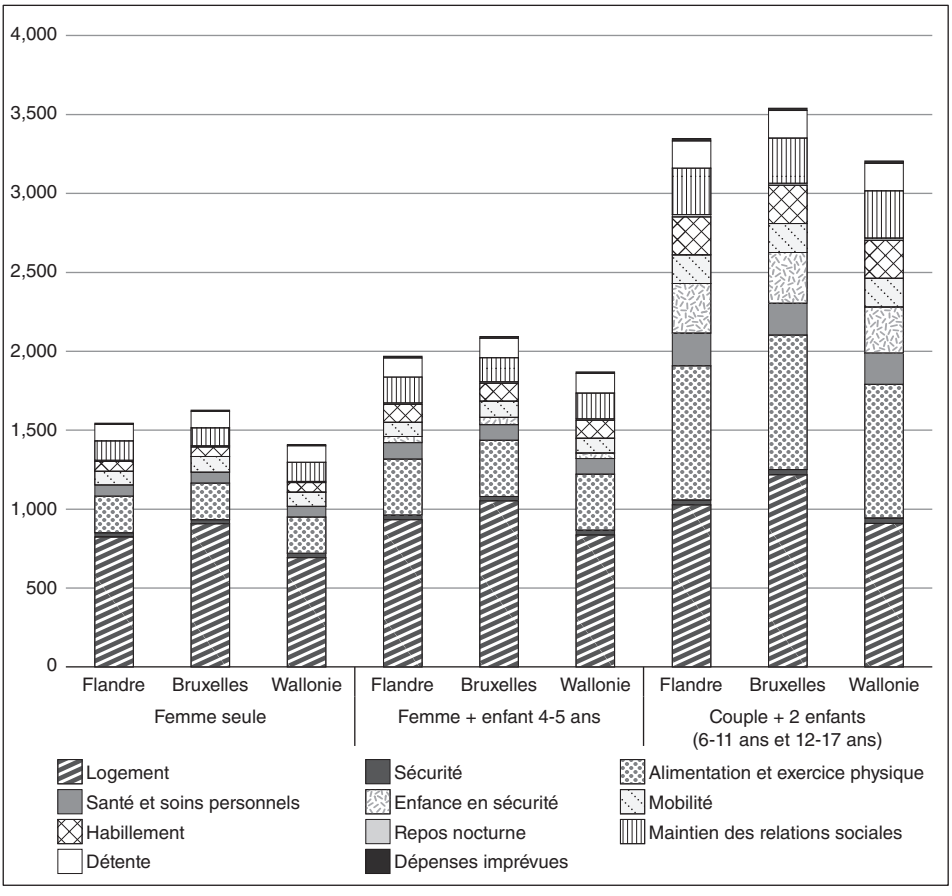
Nous aborderons ensuite brièvement l'utilisation des budgets de référence dans la pratique. Nous commencerons par leur utilisation dans le cadre de l'aide sociale, avant de nous pencher sur leur utilisation à titre d'indicateurs politiques. Dans ce dernier cas, nous placerons les budgets de référence dans une perspective plus large en les comparant au seuil de pauvreté européen. Cette comparaison est pertinente, car le seuil de pauvreté européen est parfois utilisé pour évaluer l'adéquation des prestations sociales et des bas salaires. Cet exercice montre également comment l'indicateur européen de risque de pauvreté peut surestimer ou sous-estimer la pauvreté dans certains groupes de la population.

24 Il s'agit d'un outil développé pour les CPAS qui utilisent les budgets de référence pour déterminer les besoins financiers des ménages.

11.1 Le budget total

La figure 11.1 montre les budgets de référence pour trois ménages types qui louent un logement sur le marché locatif privé et ne sont pas actifs sur le marché du travail. Pour une femme seule non active sur le marché du travail, les budgets de référence mensuels sont de 1 543 euros en Flandre, de 1 629 euros à Bruxelles et de 1 410 euros en Wallonie. Les différences entre les régions sont relativement limitées et s'expliquent principalement par la variation des coûts du logement (voir chapitre 6). Les budgets totaux pour un homme seul et une femme seule diffèrent de moins de 10 euros par mois dans chaque région. Les budgets pour les personnes seules qui travaillent sont au maximum 20 euros plus élevés que ceux établis pour les personnes seules qui ne travaillent pas.

***Figure 11.1** – Budgets de référence pour trois ménages types (inactifs sur le marché du travail) louant un logement de qualité sur le marché locatif privé et dont les membres sont en bonne santé, montants mensuels en mai 2024*



Pour un ménage monoparental avec un enfant d'âge préscolaire, le budget de référence est supérieur de 27 % à 33 %. Il s'élève à 1 968 euros en Flandre, à 2 093 euros à Bruxelles et à 1 870 euros en Wallonie. Un couple avec deux enfants d'âge scolaire – l'un à l'école primaire et l'autre à l'école secondaire – a besoin d'au moins 3 346 euros en Flandre. À Bruxelles et en Wallonie, ce montant s'élève respectivement à 3 545 euros et 3 211 euros. Ces montants ne tiennent pas compte des frais de garde supplémentaires lorsque le parent suit une formation, cherche un emploi ou travaille.

Ce qui frappe immédiatement, c'est la part importante des coûts de logement dans le budget total. Ceux-ci comprennent le loyer, les coûts de l'énergie et un montant modeste pour l'entretien. Pour les types de ménages présentés dans la figure 11.1, ces frais varient de 693 euros par mois pour une personne seule en Wallonie à 1 219 euros pour un couple avec deux enfants à Bruxelles. Grâce aux économies d'échelle liées à la cohabitation, la part du logement dans le budget total diminue à mesure que la famille s'agrandit. Chez les personnes seules, elle représente un peu plus de la moitié du budget de référence, tandis que, chez les couples avec enfants, elle est d'environ un tiers.

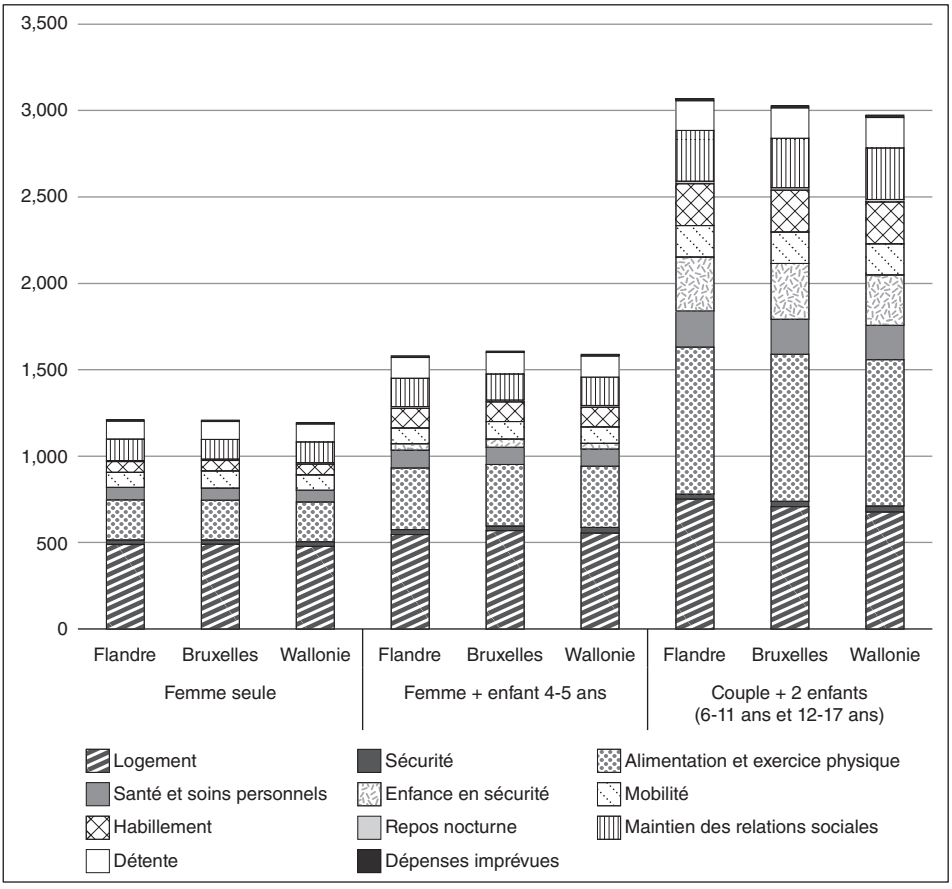
Lorsque les ménages ont accès au marché du logement social, les coûts de logement diminuent de 25 % à 45 %, selon le type de ménage. Leur part dans le budget total passe ainsi à une fourchette comprise entre 23 % et 40 % (voir figure 11.2). Dans ce cas, le budget de référence total diminue de 7 % à 26 % par rapport aux ménages qui dépendent du marché locatif privé.

Après le logement, le panier de dépenses « alimentation et exercice physique » est le poste au coût le plus important. Pour une personne seule, ce poste représente 231 euros par mois, un montant quasi identique dans les trois régions. Pour un couple avec deux enfants d'âge scolaire (à l'école primaire et à l'école secondaire), ce montant est presque quatre fois plus élevé. En d'autres termes, il n'y a pratiquement pas d'économies d'échelle pour ce panier. La part de l'alimentation et de l'activité physique dans le budget total augmente donc avec la taille du ménage. La part dans le budget total est de 14 % pour les personnes seules et de 26 % pour les familles avec deux enfants dans l'enseignement primaire et secondaire.

Le troisième poste de dépenses le plus important concerne le « maintien des relations sociales », qui représente entre 7 % et 9 % du budget total. D'autres postes importants sont les paniers « habillement », « loisirs », « santé et soins personnels », « enfance en sécurité » et « mobilité ». Ils représentent chacun entre 2 % et 9 % du budget. Les postes les plus modestes sont le « repos nocturne », la « sécurité » et les « dépenses imprévues », qui représentent chacun au maximum 2 %. Les dépenses imprévues ne constituent pas un panier distinct, mais une marge prévisionnelle qui est incluse dans le budget total. Elles permettent aux ménages de remplacer plus rapidement que prévu

des biens de consommation durables, tels qu'un lit, des assiettes ou un réfrigérateur, ou de les faire réparer lorsque la période de garantie a expiré[25].

***Figure 11.2** – Budgets de référence pour trois ménages types (inactifs sur le marché du travail) louant un logement de qualité sur le marché locatif social et dont les membres sont en bonne santé, montants mensuels en mai 2024*



La répartition des dépenses nécessaires en fonction des besoins auxquels elles répondent est pertinente dans le cadre théorique d'un budget de référence. Mais, dans

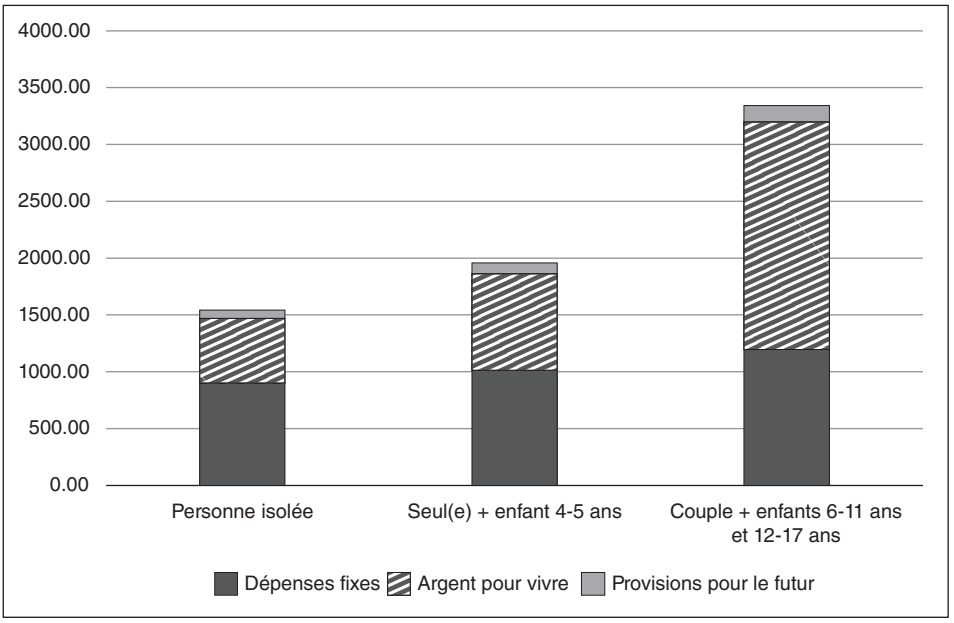
25 Pour ce faire, nous calculons dans les budgets de référence le coût moyen de douze appareils électriques pour une personne seule (y compris quelques appareils de cuisine, une machine à laver, un fer à repasser et un GSM). Nous répartissons ce montant sur vingt-quatre mois à titre de réserve pour les dépenses imprévues. Pour les ménages avec enfants, ce montant est majoré de 33 % pour chaque enfant supplémentaire de moins de 18 ans et de 15 % pour chaque adulte supplémentaire (y compris les étudiants). Ces pourcentages sont basés sur le surcoût des appareils électriques pour un enfant de 14 ans et un adulte supplémentaire dans le ménage, respectivement.

la pratique, les ménages utilisent rarement une classification aussi détaillée pour gérer leur budget mensuel. Ainsi, la plupart des ménages ne font pas de distinction entre les dépenses consacrées à une alimentation saine et celles consacrées, par exemple, aux snacks ou aux repas au restaurant, bien que celles-ci appartiennent à des paniers différents dans le budget de référence (« alimentation et activité physique » *vs* « maintien des relations sociales »). De même, les produits tels que les produits d'entretien ou les produits de lessive sont rarement affectés à des catégories budgétaires spécifiques dans la vie quotidienne, alors qu'ils relèvent respectivement des postes « logement » et « habillement » dans les budgets de référence.

Cela ne signifie toutefois pas que les ménages gèrent leurs dépenses de manière arbitraire. Au contraire, de nombreux ménages appliquent des règles budgétaires strictes (Humbeek, 2009 ; Thaler, 1999 ; Van Kalmthout & Verhue, 2012). Ils réservent tout d'abord une partie de leurs revenus aux dépenses fixes et inévitables, ce qu'on appelle le revenu non discrétionnaire. Il s'agit par exemple du loyer, des coûts énergétiques et des assurances, qui font souvent l'objet d'engagements contractuels. Le montant restant constitue le revenu discrétionnaire, que les ménages peuvent dépenser plus librement. Celui-ci est généralement divisé en « argent pour vivre » et « épargne ». L'argent pour vivre est l'argent nécessaire pour couvrir les dépenses quotidiennes, telles que la nourriture, l'habillement, les soins et la mobilité. En outre, de nombreux ménages essaient de mettre de l'argent de côté. Ceux qui le peuvent le font à long terme, mais un minimum d'épargne est également nécessaire pour remplacer des biens durables tels qu'un réfrigérateur, un congélateur ou un ordinateur, ou pour effectuer des travaux d'embellissement dans le logement (comme la mise en peinture ou le remplacement des revêtements de sol).

Dans les applications numériques qui utilisent des budgets de référence – telles que REDI ou le calculateur de budget, les dépenses sont donc réparties en trois grandes catégories : les dépenses fixes, les frais de subsistance et l'épargne pour les « provisions futures » (voir figure 11.3). La catégorie « provisions futures » correspond aux coûts d'amortissement des biens et services susmentionnés, majorés du budget prévu pour les dépenses imprévues. Elle ne comprend donc pas les moyens destinés à l'épargne à long terme (p. ex. pour une période de maladie, de chômage, la pension, une garantie locative ou l'achat d'un logement). La figure 11.3 présente quelques budgets de référence répartis selon les trois catégories. On remarquera tout particulièrement la part importante des coûts fixes et inévitables lorsque les ménages louent leur logement sur le marché privé : pour une personne seule à Bruxelles, ceux-ci représentent environ 58 % du budget de référence total.

***Figure 11.3** – Budgets de référence pour trois ménages types (inactifs sur le marché du travail) louant un logement sur le marché privé, classés par catégorie de dépenses, montants mensuels en mai 2024, Flandre*



Les coûts fixes et inévitables bénéficient d'économies d'échelle considérables. À mesure que la taille du ménage augmente, les dépenses fixes – telles que le loyer, l'énergie et les assurances – peuvent être réparties entre plusieurs membres du ménage, ce qui réduit leur part dans le budget total. Pour les couples avec deux enfants en âge scolaire (un à l'école primaire, un à l'école secondaire) en Flandre, les dépenses fixes ne représentent ainsi plus qu'environ 36 % du budget de référence total.

Par rapport à ces frais fixes, l'argent nécessaire pour vivre (les frais de subsistance) représente une part moins importante au sein des ménages plus petits. Les frais de subsistance comprennent les dépenses pour l'alimentation, l'habillement, la santé et les soins, l'éducation, l'entretien du logement, les loisirs, les relations sociales et la mobilité. Pour une personne seule, ils représentent environ 37 % du budget total, contre 43 % pour une personne seule avec un enfant. Pour les couples avec deux enfants d'âge scolaire, cette part atteint environ 60 %.

La plus petite partie du budget – entre 4 % et 5 % – est consacrée au remplacement des biens de consommation durables. Là encore, les économies d'échelle jouent un rôle

important : les ménages de plus grande taille peuvent partager certains achats durables, ce qui réduit le coût relatif par membre du ménage.

11.2 Le coût pour les adultes et les enfants

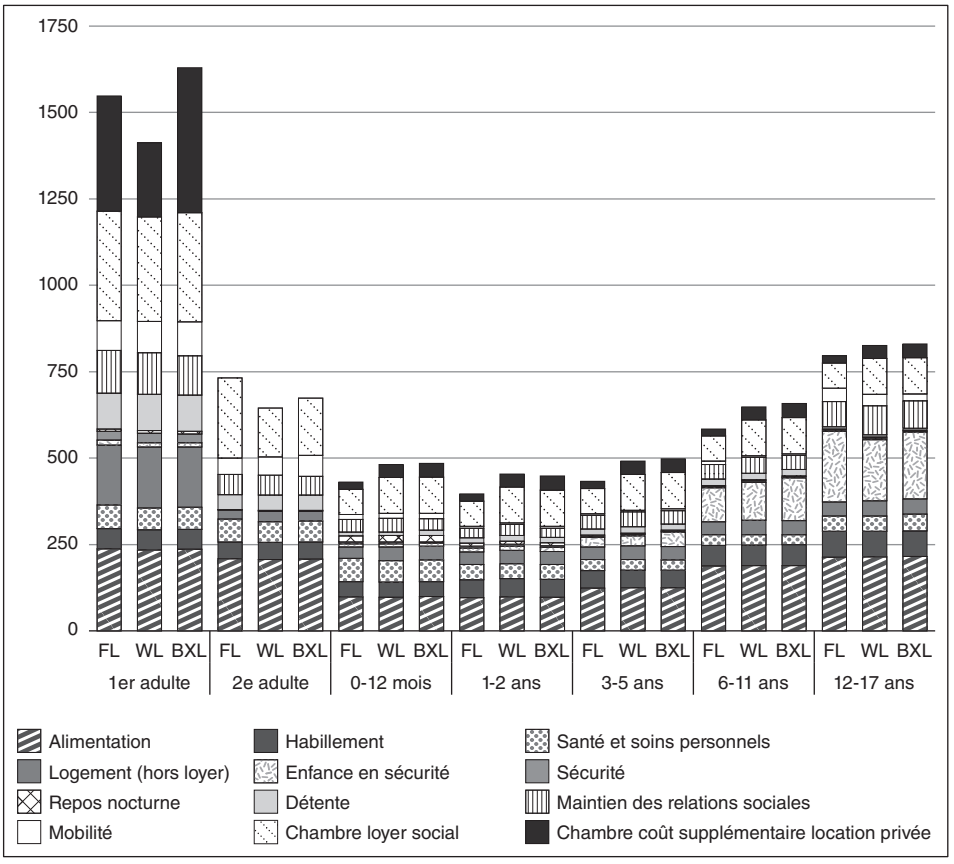
Étant donné que les budgets de référence ont été élaborés pour différents ménages types hypothétiques, ils permettent de comparer de manière systématique les dépenses nécessaires des différentes compositions de ménage. Il est ainsi possible de se prononcer sur le coût supplémentaire que représentent les membres qui viennent s'ajouter à un ménage, qu'il s'agisse d'adultes ou d'enfants. Cette comparaison est illustrée graphiquement dans la figure 11.4.

Compte tenu de la grande disparité des loyers entre les communes belges et au sein même de celles-ci, nous faisons dans un premier temps abstraction des coûts de logement. Ceux-ci sont représentés dans la figure 11.4 par des barres hachurées en gris foncé et des barres noires.

Une comparaison entre les personnes seules et les couples sans enfant montre clairement les économies d'échelle liées à la cohabitation. Un deuxième adulte n'a besoin que de 56 % à 57 % du budget d'un premier adulte pour atteindre le même niveau de vie minimal et décent. Le surcoût est principalement imputable aux dépenses individuelles telles que l'alimentation, les soins de santé, l'habillement et la mobilité, pour lesquelles il n'y a guère d'économies d'échelle. En revanche, les coûts tels que la consommation d'énergie, les dépenses ménagères et certaines dépenses liées au logement peuvent être largement partagés.

La comparaison entre les ménages avec et sans enfant montre que le surcoût d'un enfant augmente avec l'âge, à l'exception des bébés. Si l'on se base sur les ménages qui louent sur le marché locatif privé, le surcoût pour un bébé (0-12 mois) s'élève à 38 % et, pour un enfant en bas âge (1-2 ans), à 34 % à 35 % en moyenne du budget d'un adulte. Pour un enfant d'âge préscolaire (3-5 ans), ce chiffre passe à 38 % en Flandre et à 39 % à Bruxelles et en Wallonie. Dès qu'un enfant atteint l'âge de la scolarité primaire (6-11 ans), son niveau de coût approche celui d'un deuxième adulte. Pour un enfant fréquentant l'enseignement primaire, le surcoût varie de 55 % (Flandre) à 57 % (Bruxelles et Wallonie), et, pour un adolescent fréquentant l'enseignement secondaire (12-17 ans), de 77 % (Bruxelles et Wallonie) à 78 % (Flandre).

***Figure 11.4** – Coût minimal nécessaire pour les adultes et les enfants, tel que dérivé des budgets de référence pour les ménages louant un logement sur le marché privé en Flandre, en Wallonie et à Bruxelles, montants mensuels en mai 2024*



Note : le poste « chambre coût supplémentaire location privée » indique le coût supplémentaire pour une location privée en plus du coût d'un logement social. Cela ne s'applique toutefois pas au deuxième adulte. Dans ce cas, il n'y a pas de frais de loyer supplémentaires pour un logement privé, contrairement à ceux qui s'appliquent à un logement social. Cela signifie que, dans ce cas, le poste « chambre coût supplémentaire location privée » est un montant négatif qui compense le coût du poste « chambre logement social ». Afin de faciliter la lecture du graphique, nous n'avons toutefois pas indiqué ce moindre coût. Pour le montant total pour un deuxième adulte dans un logement locatif privé, le coût « chambre logement social » doit donc être ignoré.

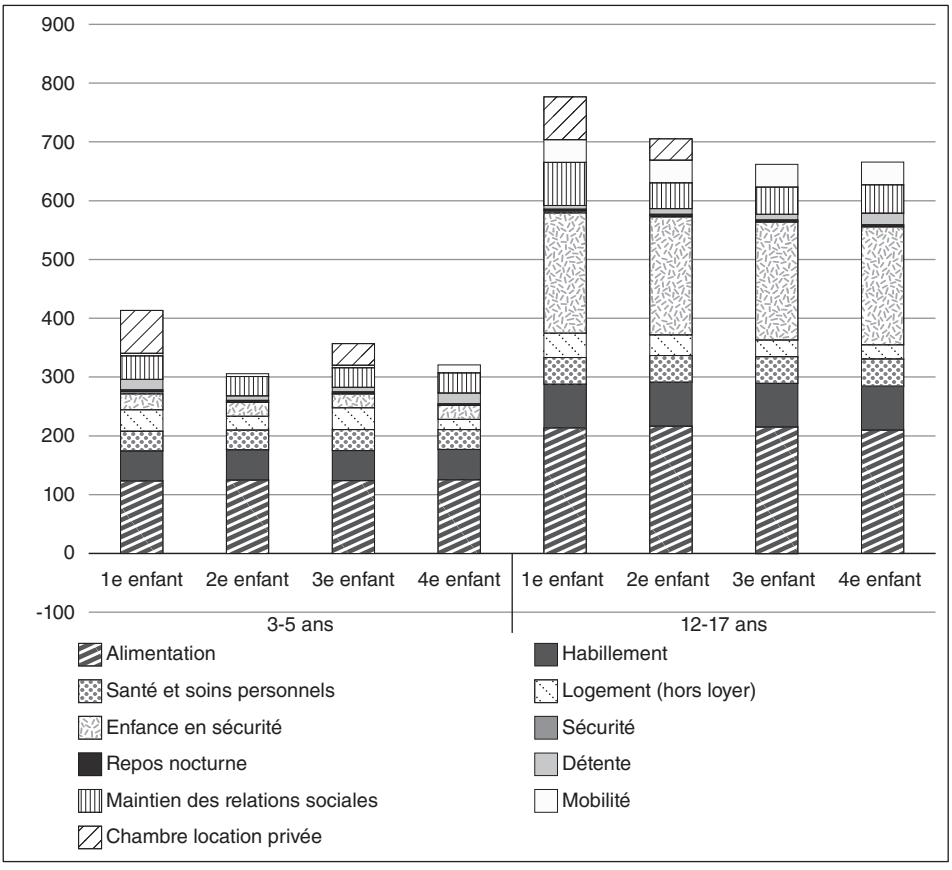
Lorsque les frais de location médians sont également pris en compte, le surcoût absolu lié aux membres supplémentaires du ménage augmente, mais le surcoût relatif par rapport au budget de référence pour une personne seule diminue. En effet, un adulte supplémentaire qui partage une chambre avec son ou sa partenaire n'entraîne pas de frais de location supplémentaires dans un logement privé. Son surcoût relatif diminue ainsi à 31 % (Bruxelles) et à 36 % (Wallonie) du budget d'une personne seule. Le surcoût relatif diminue également pour les enfants, mais dans une moindre mesure. Pour un

enfant en bas âge, il varie de 26 % (Flandre) à 32 % (Wallonie), et, pour un enfant d'âge préscolaire ou un bébé, de 28 % (Flandre) à 33 % (Wallonie). À partir de l'âge de l'école primaire, les coûts d'un enfant dépassent à nouveau ceux d'un adulte supplémentaire : entre 37 % (Flandre) et 44 % (Wallonie) pour un enfant qui fréquente l'école primaire, et entre 50 % (Flandre et Bruxelles) et 56 % (Wallonie) pour un adolescent qui fréquente l'enseignement secondaire.

Si les ménages ont accès au marché locatif social, les économies d'échelle diminuent, car le logement représente alors une part moins importante du budget du ménage. Un deuxième adulte augmente le budget de référence de 54 % à 61 % par rapport à celui d'une personne seule. Le surcoût relatif pour un enfant d'âge préscolaire ou un bébé est de 31 % (Flandre) à 38 % (Bruxelles et Wallonie). Pour un enfant en bas âge, il est de 29 % (Flandre) à 32 % (Wallonie), pour un enfant qui fréquente l'école primaire, de 43 % (Flandre) à 46 % (Bruxelles et Wallonie) et, pour les enfants âgés de 12 à 17 ans, de 60 % (Flandre) à 61 % (Wallonie). Dans toutes les régions, lorsqu'une garde d'enfants payante est nécessaire, les économies d'échelle sont plus limitées pour les enfants, et ces pourcentages augmentent (en particulier pour les jeunes enfants).

Enfin, la comparaison entre les ménages avec un seul enfant et ceux avec plusieurs enfants donne des informations sur le « moindre coût » des enfants supplémentaires. Si l'on ne tient pas compte des frais de loyer, il apparaît qu'un deuxième, troisième ou quatrième enfant ne coûte guère moins cher que le premier (voir figure 11.5). Le coût supplémentaire pour chaque enfant d'âge préscolaire supplémentaire est inférieur de 2 % à 4 % à celui du premier enfant, et celui de chaque adolescent supplémentaire est inférieur de 5 % à 6 % au surcoût d'un adolescent. Le nombre d'enfants partageant une chambre a également une forte incidence sur les frais de loyer. Dans les budgets de référence théoriques, les enfants partagent une chambre à deux. Cela limite donc les frais de loyer supplémentaires lors du passage d'un à deux enfants, ou de trois à quatre enfants.

***Figure 11.5** – Coût minimal nécessaire pour les enfants en fonction de leur rang au sein du ménage, tel que dérivé des budgets de référence pour les ménages louant un logement sur le marché privé en Flandre, montants mensuels en mai 2024*



Note : pour le calcul des frais de logement des ménages qui louent leur logement sur le marché privé, la taille du logement est déterminée en fonction du nombre de chambres à coucher : une pour le(s) parent(s) et une pour deux enfants au maximum. Si l'un des deux enfants est âgé de 12 ans ou plus, deux chambres séparées sont nécessaires. Pour les familles plus nombreuses (à partir de trois enfants) : deux enfants par chambre (voir chapitre 6).

11.3 Utilisation des budgets de référence dans l'aide sociale

Il existe un besoin urgent d'instruments bien étayés permettant d'objectiver les besoins financiers et les capacités financières des personnes qui sollicitent une aide. Les budgets de référence constituent un instrument approprié à cet effet. Ils contribuent à garantir que tous les citoyens soient traités de manière égale et que l'aide corresponde autant que possible aux besoins (minimaux) réels des personnes. C'est le cas, par exemple,

lors de l'octroi d'une aide financière (complémentaire) par le CPAS, lors de la détermination des frais de subsistance et de la capacité de remboursement des dettes dans le cadre de l'aide au désendettement, et lors de l'octroi d'une aide matérielle, par exemple, aux étudiants par les services aux étudiants. Bien que les budgets de référence soient déjà pleinement utilisés dans ces domaines, ils pourraient également être utilisés de manière plus large dans d'autres domaines lorsqu'une évaluation de la capacité financière ou des besoins est nécessaire, ou lorsqu'une éducation financière est dispensée.

À ces fins, les budgets de référence ne peuvent généralement pas être utilisés tels qu'ils ont été présentés ci-dessus. Comme indiqué dans le chapitre 2, les budgets de référence ne sont pas adaptés à chaque situation individuelle et aux besoins de chaque citoyen. Ils sont établis pour des ménages types prédéfinis présentant des caractéristiques démographiques spécifiques (telles que la taille et la composition du ménage) et dans l'hypothèse de conditions socio-économiques favorables (telles que l'accès à un logement de qualité et aux services publics) et d'une bonne santé. Ils expriment ainsi le minimum financier nécessaire pour permettre la participation à la société. Dans la réalité, cependant, ces conditions sont loin d'être toujours remplies, surtout pour les ménages en situation de vulnérabilité ou de pauvreté. Dans certaines circonstances, les ménages ont besoin d'un revenu moins élevé (p. ex. lorsqu'ils peuvent trouver un logement de qualité à moindre coût), mais, dans de nombreux cas, ils ont besoin d'un revenu plus élevé. C'est pourquoi le Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier a développé une série d'outils permettant d'adapter les budgets de référence et de les utiliser dans la pratique sociale[26].

Ces outils se caractérisent par le fait que les travailleurs sociaux peuvent tenir compte des dépenses exceptionnelles ou des économies réalisées dans une situation concrète. Il s'agit notamment des frais de logement, qui peuvent varier considérablement, des frais de garde d'enfants, des dépenses élevées de soins de santé en cas de maladie ou d'invalidité ou, selon les circonstances, de la nécessité de disposer d'une voiture privée pour se déplacer. Ces outils permettent de dresser un inventaire détaillé des dépenses indispensables des ménages et d'adapter les budgets de référence à la situation individuelle. Il est important à cet égard que ces instruments partent du droit à une vie digne et des connaissances les plus récentes en la matière. Le but n'est donc pas de retirer certains éléments des budgets de référence sur la base d'une intuition. Les éléments repris sont en effet illustratifs et ne visent pas à refléter exactement les préférences individuelles. Lorsque certains éléments sont supprimés, d'autres doivent être ajoutés afin de garantir un montant total similaire. Sinon, le risque est de perpétuer le contexte de vie insuffisant actuel. Le budget total reste en effet essentiel pour une participation à part entière à la société.

26 https://thomasmore.be/nl/expertisecentrum-budget-en-financieel-welzijn/producten.

Nous tenons à souligner une nouvelle fois le caractère minimal des budgets de référence. Toute une série de dépenses qui vont souvent de soi pour les ménages de la classe moyenne ne sont pas prévues dans les budgets de référence (p. ex. des vacances à l'étranger ou des vacances de plus d'une semaine, une fête d'anniversaire à l'extérieur, un budget pour acheter régulièrement du café à emporter ou des sandwiches et des croissants chaque semaine, un budget pour un animal de compagnie ou l'achat de vêtements de marque, ou la participation à des activités extrascolaires et à des sorties scolaires). En outre, il est supposé que tous les biens figurant dans les budgets de référence ont été achetés récemment et peuvent donc encore durer longtemps. Les budgets de référence permettent tout juste de mettre de côté suffisamment d'argent pour réparer ou remplacer les anciens biens après leur amortissement[27]. Cela signifie qu'ils ne sont pas non plus suffisamment élevés pour faire face à d'autres imprévus. Pensez par exemple aux frais occasionnés par un accident (de la circulation) ou par des dommages causés par les enfants qui ne sont pas remboursables par l'assurance, au coût d'une facture dentaire élevée, au coût d'un déménagement ou au paiement d'une garantie locative. Pour ces dépenses, un soutien financier supplémentaire peut donc s'avérer nécessaire, surtout s'il n'y a pas d'autre patrimoine. Enfin, les budgets de référence ne comprennent pas non plus les ressources destinées à l'épargne pour la pension, la maladie ou l'achat de mobilier et d'autres biens nécessaires lorsqu'une personne quitte le ménage pour vivre de manière indépendante (p. ex. lorsqu'un enfant quitte le foyer familial ou en cas de divorce).

Dans la pratique du travail social, les budgets de référence ne servent pas seulement à mesurer l'insuffisance des revenus, mais aussi à identifier les domaines dans lesquels les ménages pourraient sous-consommer (p. ex. le chauffage) ou être confrontés à des coûts très élevés (p. ex. en ne bénéficiant pas de réductions pour les transports publics). En d'autres termes, ces outils peuvent non seulement aider à déterminer le revenu dont les ménages ont besoin, mais aussi mettre en évidence différentes formes de privation et révéler des possibilités de réduire certaines dépenses, par exemple, lorsque les ménages ne bénéficient pas de certaines réductions ou de certains tarifs sociaux. Les travailleurs sociaux sont ainsi encouragés à utiliser tout l'arsenal politique à leur disposition pour aider les personnes en difficulté, tant en matière de revenus que de dépenses des ménages.

Lors de l'utilisation de ces outils, il est essentiel que les budgets de référence n'aient pas pour fonction de servir de norme comportementale ou de boussole morale pour dicter aux gens comment dépenser leur budget. Ils ont pour but d'aider à fournir une assistance, et non de porter un jugement. Leur force réside dans le fait qu'ils mettent en

27 Un budget limité est prévu pour remplacer ou réparer un appareil ou un objet devenu défectueux plus rapidement que prévu.

évidence les dépenses nécessaires, et non dans le fait qu'ils imposent un mode de vie. Toutefois, si les ménages dépensent moins dans certains postes en raison d'un besoin supplémentaire dans un autre domaine pertinent pour la participation sociale (p. ex. des dépenses en soins de santé supplémentaires liées à une maladie ou à un handicap), le budget de référence doit être ajusté afin de tenir compte de ces coûts supplémentaires.

11.4 Les budgets de référence comme indicateur politique : une comparaison avec le seuil de pauvreté européen

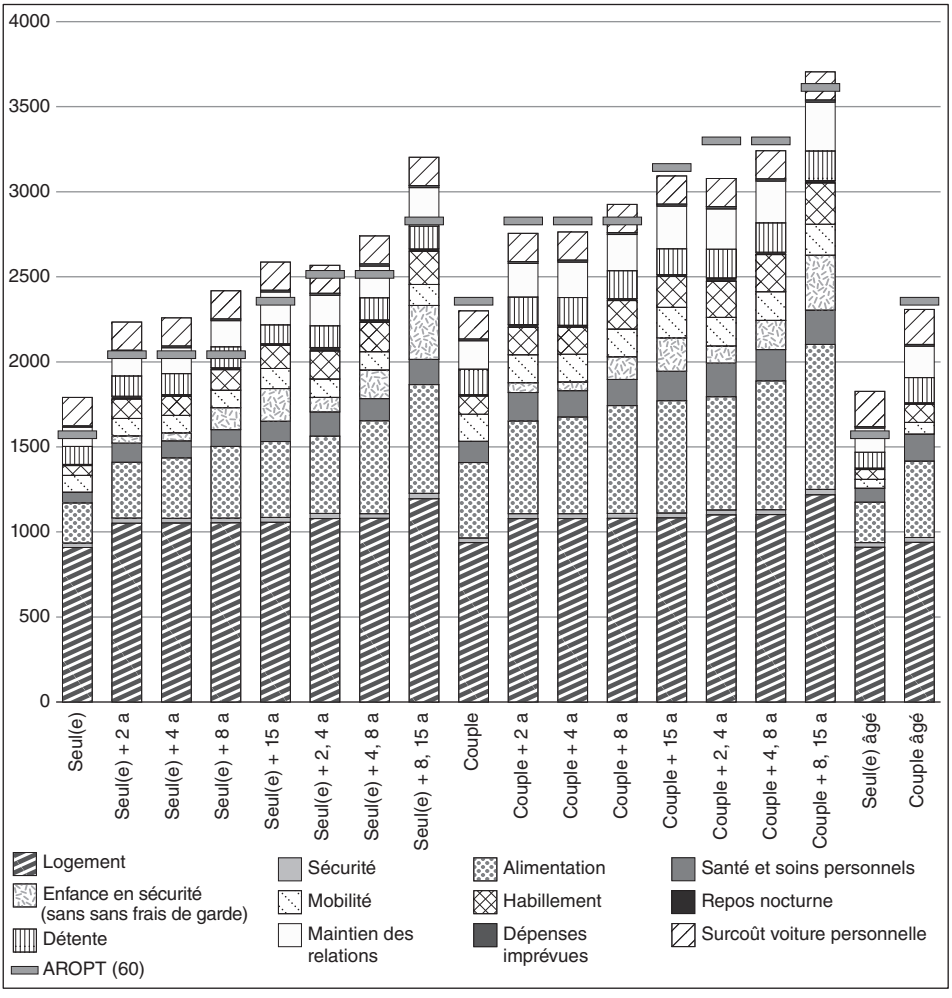
Bien que les budgets de référence soient principalement établis dans le but d'aider les personnes en situation de précarité financière, ils constituent également un instrument important pour la recherche et le suivi des politiques. Dans le dernier paragraphe de ce chapitre, nous examinerons donc plus en détail l'utilisation des budgets de référence pour élaborer des indicateurs de performance. Il existe de nombreuses possibilités à cet égard, telles qu'un indicateur alternatif de l'inflation et la mesure de l'accessibilité financière de biens et services essentiels spécifiques. Dans cette section, nous nous limiterons toutefois à ce que les budgets de référence peuvent nous apprendre sur l'indicateur de risque de pauvreté, l'indicateur le plus utilisé dans la politique européenne en matière de pauvreté. Cet indicateur permet de suivre l'évolution de la pauvreté et d'évaluer l'adéquation des prestations sociales. Les budgets de référence se prêtent parfaitement à la contextualisation de cette utilisation de l'indicateur de risque de pauvreté. Il existe en effet un lien étroit entre les deux, tant au niveau conceptuel (les conditions d'une pleine participation à la société sont étroitement liées au niveau de vie minimal acceptable qui détermine si une personne vit ou non dans la pauvreté) qu'au niveau de la mise en œuvre pratique : les deux concernent le revenu minimal dont les personnes ont besoin.

Le taux de risque de pauvreté en Europe (AROP) indique, pour chaque État membre, la part de la population dont le revenu est inférieur à 60 % du revenu net médian équivalent des ménages (le seuil de risque de pauvreté). Le revenu équivalent des ménages correspond au revenu total disponible du ménage divisé par la taille équivalente de celui-ci. Cela permet de comparer le niveau de vie de ménages de composition différente. L'indicateur utilise les facteurs d'équivalence de l'échelle OCDE adaptée. Le premier adulte d'un ménage se voit attribuer une pondération de 1, les membres supplémentaires du ménage âgés de 14 ans ou plus se voient attribuer une pondération de 0,5 et les enfants de moins de 14 ans une pondération de 0,3. Le revenu équivalent médian est déterminé en classant tous les ménages en fonction de leurs revenus ; la valeur centrale est la médiane. Le seuil de pauvreté pour une personne seule est fixé à 60 % de cette médiane

et, pour les autres compositions du ménage, il est multiplié par la somme des facteurs d'équivalence appropriés.

La figure 11.6 compare les budgets de référence pour différents ménages types qui louent un logement de qualité dans la Région bruxelloise avec le seuil de risque de pauvreté pour l'année 2024. Les barres colorées représentent les différentes catégories de dépenses dans le budget de référence, tandis que les lignes horizontales jaunes indiquent le niveau du seuil de pauvreté européen. Les budgets de référence indiquent le coût d'un niveau de vie minimal pour l'année en cours, le seuil européen étant basé sur les revenus de l'année précédente. Afin de pouvoir comparer ces deux seuils, nous indexons le seuil européen jusqu'en 2024 à l'aide de l'indice santé.

***Figure 11.6** – Budgets de référence pour les ménages en bonne santé louant un logement privé de qualité à Bruxelles par rapport au seuil de risque de pauvreté, montants mensuels 2024*



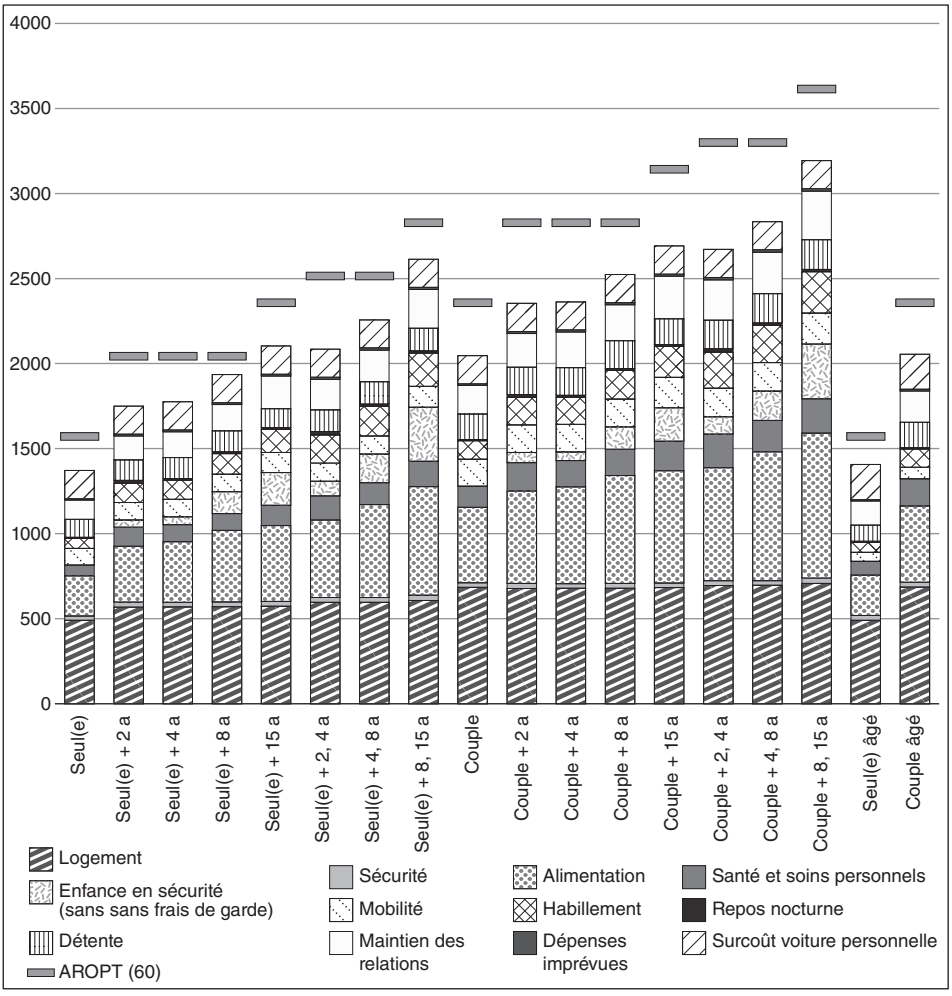
Il ressort de cette figure, premièrement, que, si l'on se base sur le loyer médian sur le marché locatif privé à Bruxelles, les budgets de référence pour une série de ménages types sont assez proches du seuil de risque de pauvreté. Lorsque les coûts du logement sont moins élevés, comme dans le cas de la propriété sans dette ou de la location sur le marché locatif social, le seuil de risque de pauvreté est nettement plus élevé que les budgets de référence. Cela montre que (i) lorsqu'on mesure l'adéquation des revenus (minimaux), il est très important de tenir compte de la situation en matière de logement et que (ii) l'indicateur de risque de pauvreté sous-estime le risque de pauvreté des locataires privés par rapport à celui des personnes qui louent un logement social ou disposent d'une habitation en pleine propriété.

Bien que les budgets de référence pour les locataires du marché locatif privé à Bruxelles soient assez proches du seuil de risque de pauvreté, cela n'est pas vrai pour tous les ménages types. Le budget de référence pour les personnes seules (avec ou sans enfant) est presque toujours supérieur au seuil européen de risque de pauvreté. La différence est la plus marquée chez les familles monoparentales avec un enfant dans l'enseignement primaire. Chez les couples, c'est l'inverse : le seuil de risque de pauvreté est généralement supérieur au budget de référence (surtout lorsqu'une voiture n'est pas nécessaire). Pour les personnes âgées, le budget de référence pour une personne seule est légèrement supérieur au seuil de risque de pauvreté, mais il est légèrement inférieur pour un couple.

Au niveau des ménages également, la comparaison montre que le seuil de risque de pauvreté sous-estime ou surestime certains besoins. Ainsi, l'échelle d'équivalence de l'OCDE sous-estime le coût des enfants, en particulier ceux âgés de 6 à 13 ans, car ils sont toujours considérés comme des « jeunes enfants » avec un facteur de seulement 0,3. Les budgets de référence montrent en revanche que le coût des enfants augmente avec l'âge. À l'inverse, l'échelle de l'OCDE surestime le coût d'un adulte supplémentaire dans les ménages ayant des coûts fixes élevés — tels que le loyer sur le marché privé —, car elle ne tient pas suffisamment compte des économies d'échelle. Cela explique pourquoi le seuil de risque de pauvreté dépasse souvent le budget de référence chez les couples (avec ou sans enfant).

Lorsque les familles peuvent accéder au marché locatif social, leur budget de référence diminue considérablement, car les coûts du logement y sont moins élevés que sur le marché privé. Le seuil de risque de pauvreté, en revanche, reste inchangé, car il ne tient pas compte de la situation de logement des ménages. Il en résulte que le seuil de risque de pauvreté pour ces ménages est souvent supérieur au budget de référence, comme l'illustre la figure 11.7.

Figure 11.7 – Budgets de référence pour les ménages en bonne santé vivant dans un logement social à Bruxelles par rapport au seuil de risque de pauvreté, montants mensuels 2024



Cette comparaison permet de tirer une conclusion importante : un même seuil de risque de pauvreté représente un niveau de vie différent selon le contexte dans lequel vit un ménage. Il est donc important de continuer à miser sur le développement et l'utilisation accrue d'indicateurs politiques basés sur les budgets de référence. Nous récapitulons ci-après les points forts des budgets de référence.

Tant dans le domaine de l'aide sociale que dans leur utilisation comme indicateur politique, les budgets de référence montrent très concrètement les choix auxquels les ménages sont confrontés lorsque leurs revenus sont insuffisants. Cet ouvrage donne un aperçu détaillé des dépenses essentielles parmi lesquelles il faut choisir lorsque les revenus sont insuffisants, et nous justifions en détail le contenu de chaque panier. Ces

explications montrent clairement pourquoi nous considérons certains revenus comme insuffisants sur la base des budgets de référence. De par leur justification systématique, les budgets de référence peuvent contribuer à une politique sociale fondée autant que possible sur la recherche scientifique et permettre aux décideurs politiques et aux travailleurs sociaux de faire des choix sur la base de critères objectifs.

En tant qu'indicateur politique pour contextualiser l'indicateur de risque de pauvreté ou en tant que critère de référence pour évaluer l'adéquation des revenus (minimaux), les budgets de référence sont basés sur une mesure empirique du coût des dépenses essentielles, plutôt que sur une déduction statistique fondée sur le revenu médian. Cela renforce leur validité en tant qu'indicateur politique. Compte tenu de la manière dont ils sont établis, les budgets de référence tiennent compte des différences importantes en matière de coûts (de logement) entre les différentes situations familiales, qui sont ignorées par l'indicateur de risque de pauvreté, et fournissent ainsi un point de référence plus réaliste pour les ménages dont la composition varie en fonction du nombre et de l'âge des membres. Ils offrent également la possibilité de mieux prendre en compte d'autres variations des besoins, notamment en matière de garde d'enfants, de mobilité et de santé. Ainsi, les budgets de référence montrent les cas dans lesquels le seuil de risque de pauvreté présente une image erronée de l'adéquation relative des différents ménages types, et les groupes pour lesquels le taux de risque de pauvreté est susceptible d'être sous-estimé. Un autre atout important des budgets de référence est qu'ils permettent d'analyser les raisons pour lesquelles l'adéquation des revenus (minimaux) évolue : ils permettent en effet de distinguer les changements intervenus du côté des revenus de ceux intervenus du côté des dépenses. La politique agit en effet sur ces deux aspects. Ainsi, la politique de mobilité ou les décisions relatives aux tickets modérateurs ou aux suppléments des spécialistes ne sont pas sans incidence sur l'adéquation des prestations, tout comme la décision d'exiger, par exemple, que chaque élève de l'enseignement secondaire dispose d'un ordinateur portable ou d'un Chromebook. La mesure de la pauvreté sur la base des budgets de référence permettrait également d'évaluer l'impact de l'extension ou de la réduction du logement social sur la pauvreté. Contrairement à l'indicateur de risque de pauvreté, les budgets de référence sont également sensibles à d'autres hausses de prix, telles que l'évolution des prix de l'énergie. Contrairement au seuil de risque de pauvreté, qui évolue chaque année avec un an de retard par rapport au revenu médian, les budgets de référence sont indexés deux fois par an sur la base des hausses de prix et révisés tous les cinq ans en fonction des développements sociétaux. En outre, les budgets de référence n'évoluent pas de manière uniforme pour tous les ménages : une augmentation des coûts fixes tels que l'énergie ou le loyer touche plus durement les petits ménages que les grands, alors que le taux de risque de pauvreté augmente dans les mêmes proportions pour tout le monde. C'est là aussi que réside la valeur ajoutée des budgets de référence : ils mettent en évidence des différences qui restent cachées dans les indicateurs génériques.

11.5 Conclusion

Les budgets de référence indiquent le minimum dont les personnes ont besoin pour vivre dans la dignité et participer pleinement à la vie en société. Ils fixent le seuil minimal de revenu dont les personnes doivent disposer à cette fin. Lorsqu'ils sont utilisés dans des situations concrètes d'aide sociale, ils doivent être adaptés aux conditions de vie et à la situation familiale du demandeur. Afin de faciliter ce processus, nous avons développé différents outils. Ceux-ci permettent non seulement de déterminer si un revenu est insuffisant, mais aussi d'identifier les dépenses qu'un ménage pourrait éventuellement réduire et les domaines auxquels il pourrait éventuellement consacrer davantage d'argent. Lors de l'utilisation de ces outils, il est important de toujours garder à l'esprit le caractère minimal des budgets de référence et de ne pas les utiliser comme un cadre normatif qui détermine la manière dont les personnes doivent dépenser leurs revenus. Le contenu concret des paniers est en effet illustratif.

L'analyse ci-dessus montre clairement que les budgets de référence ne sont pas seulement utiles pour garantir une aide sociale de qualité, mais qu'ils constituent également un complément précieux aux indicateurs de pauvreté existants, tels que le seuil européen de risque de pauvreté. Alors que l'indicateur de risque de pauvreté se base sur un seuil de revenu relatif, les budgets de référence s'appuient sur des besoins concrets et des conditions minimales pour pouvoir participer pleinement à la société. Ils recensent les dépenses réellement nécessaires dans différentes situations familiales, régions et différents cadres de vie, et mettent en évidence de manière tangible les choix difficiles que doivent faire quotidiennement les personnes à faibles revenus.

La répartition du budget total montre que certains postes de dépenses, tels le logement et l'alimentation, pèsent particulièrement lourd, le logement étant le poste le plus important et le plus déterminant. Dans le même temps, les économies d'échelle permettent aux familles nombreuses de dépenser relativement moins en frais fixes par personne. Les dépenses totales augmentent toutefois considérablement avec chaque membre supplémentaire de la famille. Les budgets de référence montrent également comment le coût des enfants augmente à mesure qu'ils grandissent et mettent clairement en évidence les différences entre les dépenses nécessaires selon les types de ménages. Ils offrent ainsi un cadre de référence concret pour estimer le coût supplémentaire d'un enfant ou d'un partenaire.

Comme les budgets de référence tiennent compte à la fois des revenus et des dépenses des ménages, ils peuvent être utilisés comme un outil d'analyse fondé et comme un instrument politique. Ils offrent un point de référence fiable pour évaluer l'adéquation des prestations sociales, contrôler l'accessibilité financière des biens et services essentiels,

et analyser les effets des mesures politiques sur le budget des ménages, y compris dans des scénarios où différents domaines politiques s'influencent mutuellement.

En période d'incertitude croissante, comme cela a été récemment mis en évidence par la crise du Covid-19 et la crise énergétique, il est plus important que jamais de fonder les politiques sociales et l'aide sociale non pas sur des intuitions, mais sur des critères bien étayés. À cet égard, il est important non seulement de mesurer la pauvreté, mais aussi de la comprendre. Les budgets de référence offrent cette possibilité. Ils traduisent des limites de revenus abstraites en besoins concrets et identifiables, soutenant ainsi une politique sociale mieux adaptée aux conditions de vie des ménages.

Références

Humbeeck, E. (2009). Budgetbeheer bij armen. Onderzoek naar het gebruik van zelfcontroletechnieken (thèse de master non publiée). Katholieke Universiteit Leuven.

Thaler, R. H. (1999). Mental accounting matters. *Journal of Behavioral Decision Making*, 2, 183-206.

Van Kalmthout, R., & Verhue, D. (2012). Publieksmonitor Wijzer in geldzaken : Meting najaar 2012 [Rapport]. *Wijzer in geldzaken*. https://www.wijzeringeldzaken.nl/bibliotheek-/media/pdf/rapportage-publieksmonitor-wijzer-in-geldzaken-najaar-2012.pdf

ANNEXE 1: EXPERTS CONSULTÉS

Experts	Organisation
Barthe Batsalle Helène	Observatoire de la Santé du Hainaut
Berger Nicolas	Sciensano
Berghmans Min	SAM
Bernard Nicolas	Professeur, CePri, UCLouvain Saint-Louis Bruxelles
Boeckx Hilde	Thomas More, Voedings- en dieetkunde
Bouckaert Nicolas	Federaal Kenniscentrum voor Gezondheidszorg – Centre Fédéral d' Expertise des soins de santé
Castetbon Katia	Université Libre de Bruxelles, Ecole de Santé publique
Christophe Teirlinck	Netwerk tegen Armoede
Claes Nathalie	Office de la Naissance et de l'Enfance
Cognaux Annick	Office de la Naissance et de l'Enfance
De Graeve Diana	Universiteit Antwerpen, Herman Deleeck Centrum voor Sociaal Beleid
De Guchtenaere Ann	Belgische academie voor pediatrie, Universitair Ziekenhuis Gent
De Mesmaeker Véronique	Union Wallonne des Agences Immobilières Sociales
Decorte Elodie	SAM
Delbeke Bart	Centre For Research on environmental and social change, Universiteit Antwerpen
Delwaide Marc	Agence pour une Vie de Qualité
Demaiffe François	Office de la Naissance et de l'Enfance
Demarest Stefaan	Sciensano
Di Calogero Tania	Observatoire de la Santé du Hainaut
Dieu Anne-Marie	Observatoire de l'Enfance, de la Jeunesse et de l'Aide à la Jeunesse
Driezen Ariadne	Ambrassade
Franco Ana	Société du Logement de la Région de Bruxelles-Capitale – Brusselse Gewestelijke Huisvestingsmaatschappij
Frateur Marc	Agence pour une Vie de Qualité
Geubel Sophie	Sociéte Wallonne du Logement
Goemaere Stefan	SAAMO
Gratoir Sébastien	Le Forum, Bruxelles contre les inégalités
Grauwels Kathleen	Thomas More, departement vroedkunde
Gryffroy Annelies	vzw Samenwerken aan Kinderopvang in Brussel

Guio Anne-Catherine	Luxembourg Institute of Socio-Economic Research
Hanne Van Regemortel	Netwerk tegen Armoede
Havermans Nele	OE – KU Leuven
Henderick Annelies	Beroepsvereniging ziekenhuis Sociaal Werkers, Universitair Ziekenhuis Gent
Heylen Kristof	Hoger Insituut voor de Arbeid (KU Leuven), Steunpunt Wonen
Heylen Leen	Thomas More, Zorg en Welzijn
Humblet Perrine	Université Libre de Bruxelles
Huygels Xander	Thomas More, Expertisecentrum Energie
Ignace Glorieux	Vrije Universiteit Brussel, Brussels Institute for Social and Population Studies
Janssen Griet	Thomas More, Expertisecentrum Energie
Katty Creytens	Belgisch Netwerk tegen Armoede – Belgian Anti Poverty Network
Leen Heylen	Thomas More, Expertisecentrum Zorg en Welzijn – onderzoeksgroep Mobilab & Care
Leen Smets	SAAMO
Libon Laurence	Fédération des AIS
Luyten Rosa	Vlaam Instituut Gezond Leven
Macart Françoise	Groupement Belge des Pédiatres de langue Française
Mahy Cristine	Réseau Wallon de Lutte contre La Pauvreté
Maindiaux Véronique	Institut Paul Lambin
Marquebreucq Coline	Société du Logement de la Région de Bruxelles-Capitale – Brusselse Gewestelijke Huisvestingsmaatschappij
Mascart Francoise	Groupement Belge des Pédiatres de Langue Française
Meyer Sandrine	CEBRIG – ULB
Mullie Patrick	Vrije Universiteit Brussel, Hoge Gezondheidsraad – Vrije Universiteit Brussel, Conseil supérieur de la santé
Nackaerts Bieke	Bataljong
Nicaise Ides	Hoger Insituut voor de Arbeid (KU Leuven), Steunpunt Wonen
Nijlunsing Jasper	Thomas More, Expertisecentrum Onderwijs en Leren
Paquot Nicolas	Centre Hospitalier Universitaire de Liège
Peeters Marie	Thomas More, departement vroedkunde
Pirard Florence	Universté de Liège
Poelvoorde Greet	vzw Samenwerken aan Kinderopvang in Brussel
Roets Griet	Universiteit Gent, Department Sociaal werk en Sociale Pedagogiek
Scheerens Charlotte	Universiteit Gent
Sprangers Jurgen	Bataljong
Stremiz Rudy	Sociéte Wallonne du Logement

Teppers Eveline	Hoger Insituut voor de Arbeid (KU Leuven), Steunpunt Wonen
Thys Pascale	Habitat et Participation
Van Besauw Saskia	Kraamvogel vzw
Van Damme Dirk	Center for Curriculum Redesign in Boston (MA, USA) + adviseur Ben Weyts
Van de Voorde Carine	Federaal Kenniscentrum voor de Gezondheidszorg – Centre Fédérale d 'expertise des soins de santé
Van den Bulck Nickey	Thomas More, Expertisecentrum Energie
Van Hollebeeke Dominique	Vlaamse overheid, Wonen in Vlaanderen
Van Nieuwenhuyzen Christele	Vlaamse overheid, Opgroeien
Vandenbroeck Michel	Universiteit Gent, Department Sociaal werk en Sociale Pedagogiek
Vandevijvere Stefanie	Sciensano
Vanneste Jean-Michel	Sociéte Wallonne du Logement
Verbeke Anke	Observatorium voor Gezondheid en Welzijn van Brussel – Observatoire de la Santé et du Social de Bruxelles-Capitale
Verhaeghe Christophe	Vlaamse overheid, Opgroeien
Vervoort Manuela	Vlaamse gewest, departement Financiën & Begroting
Walter Weyns	Universiteit Antwerpen, Departement sociologie

ANNEXE 2: CONTRIBUTEURS À CET OUVRAGE

Auteurs

Barte-Batsalle Helen est inspectrice générale de l'Observatoire de la Santé du Hainaut.

Calogero Tania est chercheuse à l'Observatoire de la Santé du Hainaut.

Cornelis Ilse est chercheuse au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Deferm Daan est chercheur au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Delanghe Heleen était chercheuse au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More jusqu'en août 2024.

Frederickx Marieke est chercheuse au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Goedemé Tim est directeur de recherche et coordinateur de la ligne de recherche sur la pauvreté au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Heylen Kristof est chercheur à l'HIVA – Institut de recherche sur le travail et la société de la KU Leuven (Onderzoeksinstituut voor Arbeid en Samenleving van de KU Leuven).

Huygels Xander est chercheur au Centre d'expertise Énergie de Thomas More.

Nisen Laurent est chercheur à la plateforme interfacultaire « Emancipation sociale, Santé des Populations, Réduction des Inégalités sociales dans des sociétés en transition (ESPRIst) » de l'Uliège.

Penne Tess est chercheuse au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Storms Bérénice est chercheuse et coordinatrice de la ligne de recherche sur les budgets de référence au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Teppers Eveline était chercheuse à l'HIVA – Institut de recherche sur le travail et la société de la KU Leuven (Onderzoeksinstituut voor Arbeid en Samenleving van de KU Leuven) jusqu'en octobre 2024.

Van Den Bulck Nickey est chercheur au Centre d'expertise Énergie de Thomas More.

Van Thielen Leen est chercheuse au Centre d'expertise Budget et Bien-être financier de Thomas More.

Autres collaborateurs à la révision (2024) des budgets de référence

Chiu Sin Mei est assistante administrative et chargée de communication au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Cockaert Quinten est ingénieur logiciel au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

De Busser Monique est assistante administrative au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Dingemans Martine est coordinatrice de la valorisation au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Exelmans Alexander est chercheur au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Linchet Stéphanie est chercheuse à la plateforme interfacultaire « Emancipation sociale, Santé des Populations, Réduction des Inégalités sociales dans des sociétés en transition (ESPRIst) » de l'Uliège.

Peeters Nele est responsable de l'innovation et coordinatrice de la ligne de recherche sur l'argent et le comportement au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.

Vrancken Kobe est ingénieur logiciel au Centre d'expertise sur le Budget et le Bien-être financier de Thomas More.