



*Guide des initiatives
en Nouvelle Aquitaine*

AGIR POUR UNE ALIMENTATION SAINNE, DIGNE ET DURABLE

+ Partager et dupliquer
des solutions concrètes
pour une alimentation de
qualité pour toutes et tous

► Préface

« un livre de
«recettes» à lire
avec curiosité et
gourmandise »

Le mot de la stratégie de lutte contre la pauvreté - Isabelle Grimault

Commissaire à la lutte contre la pauvreté en Nouvelle-Aquitaine

L'accès à l'alimentation a été l'un des sujets les plus importants de la gestion sociale de la crise sanitaire. Les financements publics ont été largement présents avec un appui financier et matériel inégalé. Plus de 4 millions d'euros ont été versés en Nouvelle-Aquitaine pour la seule aide alimentaire sans compter les apports du secteur de l'environnement et de l'agriculture.

Les associations ont accentué et adapté leurs interventions auprès des personnes en difficulté. L'approvisionnement de proximité, la diversité et de la qualité des produits, l'équilibre alimentaire, l'agriculture durable et des démarches innovantes sont devenues eux aussi des éléments structurant pour promouvoir l'accès à une alimentation solidaire qui impacte toute la chaîne alimentaire.

L'État conduit une réflexion nationale avec l'ensemble des acteurs.

La région, les départements, les communes comme toutes les entreprises de l'agroalimentaire ou de la restauration sont impliqués dans ces nouveaux enjeux.

Toutes les associations œuvrant dans le champ des solidarités sont elles aussi très présentes dans cette réflexion.

Le guide que vous avez entre les mains est une maille de ce tissu complexe en évolution. C'est aussi un livre de « recettes » que je vous invite à lire avec curiosité et gourmandise.



GOUVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

**Délégation interministérielle
à la prévention et
à la lutte contre la pauvreté**



Fédération
des acteurs de
la solidarité

NOUVELLE-AQUITAINE

► Préface

« permettre à toutes et tous de pouvoir bénéficier de 3 repas par jour, [...] garantir une alimentation de qualité »

Le mot de la Fédération des Acteurs de la Solidarité - **Marine Malberg**

Chargée de mission Hébergement, Droits des Femmes, Femmes Victimes de Violences, Prostitution, Précarité Alimentaire

La Fédération des Acteurs de la Solidarité a fait le constat de l'augmentation de personnes en situation de précarité alimentaire en France.

La crise sanitaire et économique que nous avons traversée, a eu un impact sur l'augmentation de la demande d'aide alimentaire, avec l'arrivée de nouveaux publics victimes de la perte d'emploi et de la baisse des revenus d'activité, s'ajoutant aux bénéficiaires déjà existants.

Parmi ces nouveaux publics, nous retrouvons de nombreuses familles monoparentales, des retraités ou encore des étudiants. Dans son constat, la Fédération a fait remonter les difficultés des structures d'hébergements à accéder à une alimentation de qualité, que cela soit en nombre de repas servis, en denrées ou en accès à de l'équipement de cuisine.

L'enjeu aujourd'hui est de permettre à toutes et tous de pouvoir bénéficier de trois repas par jour garantissant une bonne qualité nutritive et de sécuriser, consolider et améliorer les dispositifs d'approvisionnement alimentaire.

Au regard de la diversité des dispositifs d'hébergement et d'accompagnement proposés par les adhérents et nos partenaires, les enjeux d'accès à une alimentation de qualité sont multiples et appellent à diversifier les réponses et à les adapter en fonction des situations de vie, des besoins de chacun et chacune et à répondre aux enjeux nutritionnels.

Face à ce constat, La Fédération des Acteurs de la Solidarité souhaite pouvoir être en capacité de :

- prévenir la précarité alimentaire en tenant compte des réalités de chaque public ;
- travailler à mutualiser les informations quant à l'accès et aux besoins des personnes bénéficiaires ;
- intégrer la dignité, l'autonomie des personnes, la qualité nutritionnelle de l'alimentation et les enjeux de durabilité du système ;
- mettre en place des dispositifs d'aide alimentaire de proximité en prenant en compte la santé, les envies et besoins des personnes et les productions locales pour favoriser le circuit court.

Il y a nécessité de soutenir et d'accompagner des projets d'aide alimentaire priorisant la qualité, la santé, les choix et la dignité des personnes bénéficiaires de ses services. Mais aussi encourager les productions respectant les principes de développement durable et encourageant l'insertion par l'activité économique.



► Sommaire

Préface..... 2

Isabelle Grimault..... 2

Marine Malberg 3

Pourquoi un guide ? 5

Production..... 6

initiative n°1 - AROZOAAR..... 8

initiative n°2 - Le Bocal Local..... 9

Transformation 10

initiative n°3 - Les râteleurs..... 10

initiative n°4 - MIAM..... 11

initiative n°5 - La Cantine..... 12

initiative n°6 - Ateliers cuisines interculturelles au CADA 13

Distribution..... 14

initiative n°7 - Cabas Solidaire 16

initiative n°8 - Local Attitude 17

initiative n°9 - Epicerie Le Local 17

initiative n°10 - VRAC bordeaux 18

initiative n°11 - Chaînon Manquant 19

Consommation 20

initiative n°12 - Caralim..... 20

initiative n°13 - Au fil des Séounes et Ardie 47 21

initiative n°14 - e-Graine..... 22

initiative n°15 - Permanences d'accès aux soins et à la santé (PASS)..... 23

initiative n°16 - CHRS Clair Foyer..... 24

Pour aller plus loin 26

L'association Let's food 26

Les Essaimeurs..... 26

Caralim 26

CREPAQ..... 27

Remerciements 27

► Pourquoi un guide ?

« Les gens ne meurent pas de faim, c'est plutôt la qualité de ce qui est disponible qui pose problème »

Frédéric DENHEZ et Alexis JENNI, auteurs *Ensemble pour mieux se nourrir*
d'Acte Sud, Prix Mange, Livre 2021 « Mange, Livre »

AROZOAR
Où l'on trouve
l'insertion par la maraîchage biologique

C'est quoi ?
Avec une volonté de maraîchage sous forme d'Atelier Châtelier d'Insertion (ACI) qui accompagne les personnes vers l'insertion en milieu du travail à travers l'activité de maraîchage nous accompagnons les personnes dans leur parcours, depuis l'accès à la parcelle, jusqu'à la vente.

Comment ?
Le projet AROZOAR propose un accompagnement autour de la production, de la distribution et de la consommation de produits biologiques.

Comment vous en saisir ?
S'inscrire dans un atelier de maraîchage et bénéficier de l'accompagnement et d'une aide technique dans les différents aspects de l'accompagnement.

Contact
Association 'Jardin de Cocotte'
10 rue de la République - 75011 Paris
Tel : 01 35 37 14 97
Email : contact.arozoar@gmail.com

Agir contre la précarité alimentaire - Production

Pour faciliter la lecture, nous n'avons pas choisi d'utiliser l'écriture inclusive. Mais ces initiatives sont autant portées par des hommes et des femmes.

L'alimentation est majoritairement perçue à travers sa fonction biologique et nutritionnelle mais elle est très peu appréhendée de manière systémique avec ses fonctions sociales, culturelles et hédonistes qui sont toutes aussi importantes pour appréhender la précarité alimentaire.

L'alimentation est l'une des sources de précarité les plus invisibles qui illustre bien souvent une forme de précarité économique et sociale plus générale. La précarité alimentaire est bien souvent comblée dans l'urgence par l'aide alimentaire et est nécessaire pour répondre aux besoins immédiats. Ce sont des produits accessibles pour tous mais qui présentent de nombreuses limites en terme de qualité diététique qui peuvent poser des problèmes d'obésité ou de diabète très présents dans les classes populaires, et de dignité pour les personnes.

Le guide est divisé en 4 parties :

- Production
- Transformation
- Distribution
- Consommation

Des solutions alternatives sont créées par les acteurs des territoires. C'est ce que ce guide vient mettre en valeur. Chaque étape, de la production à la consommation, du jardin à l'assiette, sont représentées.

Le guide s'adresse à tous les professionnels de l'accompagnement social venant de l'hébergement, la santé, ou encore l'insertion.

Le lecteur doit comprendre les objectifs et le fonctionnement de chaque initiative afin d'y trouver une réponse, une inspiration, un exemple qui lui permettra de passer à l'action en reproduisant celle-ci ou d'y trouver des renseignements pour accompagner les personnes dans leur globalité en donnant accès à un des droits fondamentaux qu'est l'alimentation.

Les initiatives présentées ne visent pas l'exhaustivité et ne maillent pas tout le territoire régional. Elles proposent des exemples de pratiques mises en œuvre localement qui peuvent venir compléter l'offre de l'aide alimentaire en venant travailler sur le long terme.

Notre souhait est de faire de ce guide un support d'inspiration, d'essaimage et plus largement d'informations.



► Production

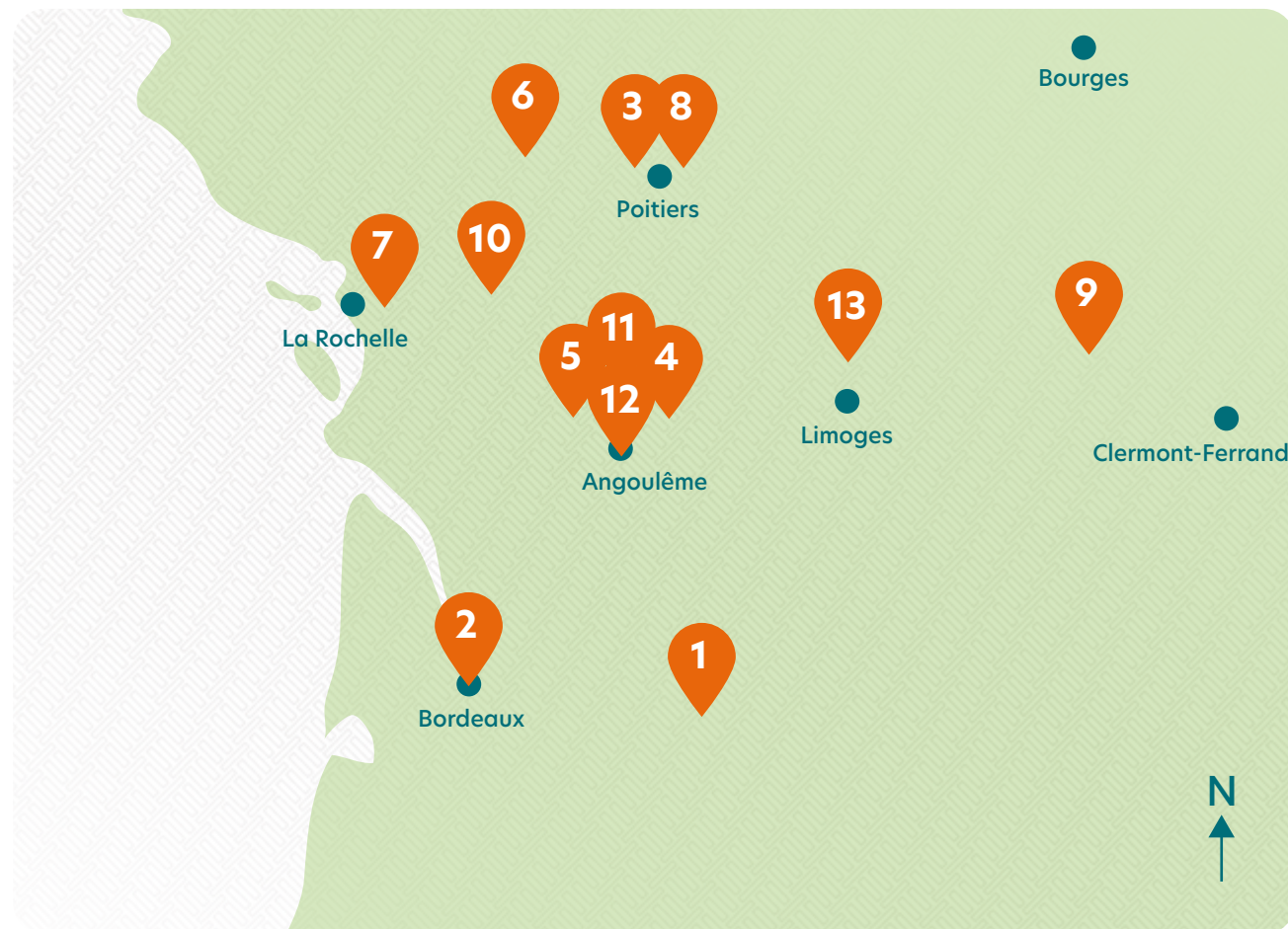
Le secteur agricole a un rôle essentiel dans la lutte contre la précarité alimentaire. Cependant, les produits frais ne sont pas toujours des aliments coutumiers des personnes accueillies accompagnées. L'activité agricole peut pourtant amener des personnes vers l'emploi à travers les Structures d'Insertion par l'Activité Economique (SIAE) comme présenté ci-après.

L'agriculture représente l'échelle territoriale et de proximité pouvant donner accès à une alimentation de qualité à travers des actions comme la distribution de paniers solidaires.

De nombreuses initiatives et dynamiques territoriales de coopération montrent qu'il est possible de rendre l'alimentation de qualité accessible à tous, en luttant, par la même occasion contre le gaspillage alimentaire.

En milieu urbain, les jardins collectifs/ partagés se développent pour permettre à tous de retrouver le rapport à la terre et agir à la production de sa propre nourriture.

Maraîchage biologique de la région sous forme de chantier d'insertion¹



- | | |
|---------------------------------------|---|
| 1 Les saveurs du Bois du Roc | 8 Jard'Insolite (cocagne) |
| 2 La p'tit ferme | 9 Jardins de Saintary |
| 3 ADECL | 10 Jardins d'Aujac |
| 4 Les restos du cœur de la Charente | 11 Jardin de cocagne de Hiersac |
| 5 Centre socioculturel du Barbezilien | 12 Maia et Charente Croix-Rouge insertion |
| 6 Parenthèse au jardin | 13 Jardin de cocagne du Limousin |
| 7 Arozoaar (cocagne) | |

¹Références :
 - INAE "Annuaire des structures" <https://www.inae-nouvelleaquitaine.org/annuaire-structure>
 - Jardins de cocagne : <https://www.territoires-cocagne.fr/>

Kézako ?

Les Jardins de Cocagne

Les Jardins sont des exploitations maraîchères biologiques à vocation d'insertion sociale et professionnelle (sous forme d'ACI) qui produisent puis vendent leurs productions. Ils fonctionnent selon 4 grands principes :

- ▶ Lutter contre les exclusions et la précarité
- ▶ Produire des fruits et légumes dans le respect du cahier des charges de l'agriculture biologique
- ▶ Commercialiser la production localement, en priorité auprès d'un réseau d'adhérents-consommateurs
- ▶ Intégrer le secteur professionnel agricole local

D'autres activités viennent, selon les opportunités locales, se greffer à l'activité principale : animation d'un jardin pédagogique, éducation à l'environnement, création de conserves, chantiers environnement, traiteur, etc.

Le Réseau Cocagne rassemble les 110 Jardins de Cocagne et structures associées partout en France. Le réseau a également mis en place des Paniers Solidaires (Cf l'initiative Arzozaar en Nouvelle Aquitaine p.8)



AROZOAR

📍 Le Thou (17)

L'insertion par le maraîchage biologique

C'est quoi ?

Arozoar est un maraîchage sous forme d'Atelier Chantier d'Insertion (ACI) qui accompagne les personnes vers l'intégration en milieu du travail à travers l'activité de maraîchage mais également vers l'insertion dans d'autres activités (aide à la personne, bricolage, couture).

Le jardin réalise des paniers solidaires à partir de la production du maraîchage. Ces paniers permettent à des personnes avec de faibles revenus d'avoir accès à un panier de fruits et légumes frais et bio à 1/3 du prix initial.

Comment ?

Le panier solidaire bénéficie d'un tri financement :

- ▶ le réseau Cocagne pour un tiers,
- ▶ la commune pour un tiers (ou autre),
- ▶ le dernier tiers est à la charge du consommateur

Pour avoir accès à ces paniers, les personnes doivent adhérer au Jardin.

En fonction du revenu, la commune, qui s'occupe des adhésions pour les habitants, accepte des personnes dont le revenu est supérieur à celui de l'accès à l'aide alimentaire. Pour compléter cette initiative, le jardin Arozoar propose un accompagnement autour d'ateliers cuisine, de sensibilisations au bien-être alimentaire, d'ateliers jardinage...

Les distributions des paniers solidaires se passe au Jardin, en même temps que celles de tous les paniers légumes. Les produits abîmés sont vendus avec réduction et donnés à des associations locales.

Le réseau Cocagne permet à Arozoar de bénéficier d'un accompagnement et d'une aide technique dans les différents postes de l'équipe accompagnatrice.

Comment vous en saisir ?

S'associer avec un jardin de cocagne et contribuer au financement tripartite afin de bénéficier des paniers solidaires pour leurs résidents.

« Le Panier Cocagne, c'est essentiel, parce que l'aide alimentaire, ça dépanne, mais ce sont des pâtes, des conserves, il n'y a pas de légumes. »



Contact



Arozoar- Jardin de Cocagne
Lieu-dit Le Mont d'Or - 17290 Le Thou
Tél. : 06 35 37 14 79
E-mail : contact.arozoaar@gmail.com

« On le sait, un arbre fruitier produit généralement plus que ce que son propriétaire pourra consommer : alors pourquoi ne pas le partager ? »



Contact



B.P. 8
33 360 LATRESNE
Tél. : 06 95 27 75 64
E-mail : lebocallocal@free.fr
<https://www.lebocallocal.fr>



Le Bocal Local

📍 Latresne (33)

L'insertion sociale au service du développement durable et de la capacité alimentaire des territoires

C'est quoi ?

Un Atelier Chantier d'Insertion dont l'objectif est de favoriser la capacité alimentaire des territoires, en permettant aux personnes éloignées de l'emploi de retrouver une activité professionnelle et un lien social.

Ses activités :

- ▶ **Glanage solidaire** : récolte des surplus de production des potagers des particuliers et des professionnels
- ▶ **Potaginage®** : conception, mise en place et animation d'espaces potagers
- ▶ **T.R.A.C.E. (Tremplin vers une Régie Agricole Communale Evolutive)** : dispositif sur mesure pour accompagner les collectivités sur l'approvisionnement maraîcher de leur restauration collective
- ▶ **Nursery de Plants Maraîchers Bio** : pépinière de productions de plants de légumes et petits fruitiers à destination des producteurs bio
- ▶ **Maraîchage solidaire** : Production maraîchère à destination des épiceries solidaires et de l'aide alimentaire

Pourquoi s'en saisir ?

- ▶ Si vous avez besoins de fruits et légumes.
- ▶ Si vous avez besoin de créer un espace d'autoproduction sur votre structure.
- ▶ Si vous souhaitez orienter des personnes accueillies accompagnées vers les métiers proposés (maraîchage, Potaginage® et glanage).

► Transformation

Lorsque les produits frais sont accessibles au public, les structures font face à une autre problématique : cuisiner.

Certains fruits ou légumes sont laissés de côté par les personnes ne sachant pas les cuisiner.

Des ateliers cuisine sont proposés par de nombreuses structures afin de partager des recettes pour faciliter la transformation des produits frais, cuisiner à moindre coût et partager sa culture autour d'un moment convivial.

Quelques uns sont présentés ici.

initiative n°3

« Chacun doit reprendre la maîtrise de sa nourriture, celle de tous les jours, bonne, pas chère, simple et rapide. Cuisiner, jardiner, consommer par choix raisonné, c'est créer sa propre souveraineté pour soi et ses proches »

Contact



90 rue Waldeck Rousseau,
33220 Sainte-Foy-la-Grande
Tél. : 06 52 37 43 62
E-mail : rateleurs@gmail.com
www.lesrateleurs.org



Les râteleurs

📍 Sainte-Foy-la-Grande et le Pays-Foyen (33)

Mise à disposition de services et d'activités pour une meilleure souveraineté alimentaire

C'est quoi ?

Une association qui promeut la souveraineté alimentaire des territoires du Pays Foyen en développant des activités pédagogiques et d'éducation populaire à l'alimentation durable.

L'objectif est d'apporter des clés de lecture et de savoir via la pratique d'une alimentation saine, nutritive et accessible à tous en ciblant particulièrement les personnes en situation de vulnérabilité. Cela passe par la création d'une maison des services à l'alimentation durable irradiant sur le territoire et en créant un atelier chantier d'insertion.

Jardiner, bouger, cuisiner, redonner du goût à la table, c'est retrouver de nouveaux moyens de résistance et d'avoir le droit de choisir et d'assurer une meilleure santé.

Ses activités :

- **Ateliers de cuisine** de rue pour inviter les gens à se rencontrer, partager et à échanger autour de l'alimentation pour ensuite partager les repas.
- **Organisme de formation** sur le « bien vivre alimentaire » avec les fondateurs des cuisines nourricières et des formations d'introduction à la permaculture et d'autoproduction alimentaire.
- **Utilisation des cuisines collectives** lorsqu'elles sont sous utilisées. Organisation d'ateliers avec les habitants afin d'apprendre les fondamentaux nutritifs. Les cuisines disponibles sont réparties sur le territoire ce qui permet d'être plus proche des publics, de s'appuyer sur les habitants, les producteurs et les collectivités ainsi que d'optimiser les coûts de fonctionnement des équipements publics. L'utilisation de ces cuisines dépend d'une convention avec la région, le département et l'établissement.

Pourquoi et comment s'en saisir ?

- Cette méthode d'animation permet d'aller vers des personnes éloignées de ces questions, de tisser des liens étroits avec les habitants et pérenniser leur engagement.
- L'utilisation des espaces de restauration collective permet d'optimiser des équipements à des moments de l'année où les établissements sont fermés (vacances scolaires, week-end, été) afin que les habitants et le public vulnérable les utilisent pendant les périodes où les productions légumières et fruitières sont les plus importantes.

« Privé quelqu'un de s'alimenter correctement, c'est le priver de sa dignité, le priver d'être humain et de vivre »



Contacts

58 rue Joséphine 33300 Bordeaux
Tél : 05 56 39 46 72



Clément Duport

Animateur culinaire, chargé de la MIAM
E-mail : duport@csbn.org

Estelle Tsalavoutas

Coordinatrice Pole insertion & solidarité / Pole MIAM
E-mail : salavoutas@csbn.org



MIAM

📍 Bordeaux Nord (33)

Maison Interculturelle de l'Alimentation et des Mangeurs : une alimentation saine pour tous et toutes.

C'est quoi ?

La Maison Interculturelle de l'Alimentation et des Mangeurs (MIAM) a été créée par le centre sociale et familiale de Bordeaux Nord (CSBN) en 2017 afin d'être un lieu ressource d'informations, de formations, d'échanges, de pratiques, d'expérimentations et de mutualisations autour de l'alimentation durable.

Ses activités :

4 axes autonomes et complémentaires constituent le socle de la MIAM :

- ▶ **Expérimentation et éducation aux pratiques alimentaires durables** : valoriser, transformer des produits frais, expérimenter différents modes de cuisson, réalisation et partage de goûter, de repas, ateliers de jardinage ...sorties producteurs, cafés débat ...
- ▶ **Participation, solidarité et partage** : mise en place d'un groupement d'achat, des ventes directes de producteurs, vente de paniers de légumes...Mise en place de paniers solidaires avec l'objectif d'accompagner les habitants à faire évoluer leurs comportements alimentaires et développer le lien consommateurs / producteurs.
- ▶ **Laboratoire de transformation alimentaire partagé** : permettre aux adhérents du centre social de transformer des légumes de saison issus de producteurs locaux. Le but ? Compléter les paniers solidaires destinés aux publics les plus fragilisés et donner la possibilité à chacun de s'impliquer en participant aux sessions de transformation. L'espace est aussi mutualisé sous forme de location.
- ▶ **Essaimage du concept** : Le CSBN propose une vision globale de l'alimentation et accompagne un engagement en faveur de l'autonomie des individus et de l'agir collectif. L'idée est de capitaliser les connaissances, les outils, les pratiques afin de les partager avec d'autres.

Pourquoi s'en saisir ?

- ▶ Pour dynamiser la vie de quartier dans laquelle votre structure s'inscrit et être en lien avec les acteurs sociaux et culturels alentours.
- ▶ Pour provoquer des rencontres autour de l'alimentation, mettre en commun des idées, des envies afin de faire émerger des projets et des actions.
- ▶ Pour faire profiter les personnes accueillies et accompagnées de l'ensemble de ces activités.

La Cantine

Nexon (87)

Cuisine partagée et participative

C'est quoi ?

La Cantine est une initiative de démocratie alimentaire mise en place par l'association Ouvre Boîte (OVB) autour de la transformation alimentaire saine et locale.

Le principe majeur est de construire des usages et des intérêts partagés entre particuliers, associations, institutions et professionnels pour que « nourrir et se nourrir » soit une façon d'habiter ensemble le territoire et de le faire vivre.

Son activité

La Cantine prend forme dans un lieu : animations autour de l'alimentation, tablées ouvertes (restaurant) et conserverie végétale s'approvisionnant en circuits courts et en surplus-invendus locaux et/ou bio. Le lieu suit une démarche solidaire en rendant accessible le restaurant à prix libre et conscient (prix des denrées et coût de revient affichés) donnant la possibilité à chacun de payer en fonction de ses moyens.

Des ateliers participatifs proposés aux bénévoles : en cuisine partagée on repart avec les recettes pour pouvoir les refaire et en transformations collectives les bocaux réalisés sont distribués entre les participants, la cuisine partagée et les épiceries sociales et solidaires alentours. Le but est l'échange de savoirs et de pratiques afin de valoriser les connaissances de chacun et favoriser la mixité des publics pour que les personnes du territoire se rencontrent.

Pourquoi et comment s'en saisir ?

- ▶ Se saisir de l'alimentation comme médiation positive associée au plaisir de manger et au droit alimentaire. La cuisine participative est un lieu de partage qui permet de valoriser les connaissances des participants et de travailler sur l'estime de soi.
- ▶ Créer une action participative à l'échelle d'une structure, en se saisissant de la posture d'animation pour permettre aux participants de retrouver une capacité d'agir.

L'association Ouvre Boîtes propose de s'inscrire aux ateliers de cuisine participative afin d'observer leur fonctionnement.

« Comment nourrir et se nourrir localement peut-il être un moyen d'habiter ensemble le territoire et le faire vivre ? »



Contact

Natacha Margotteau

Tél. : 06 56 81 23 82

E-mail : assoouvreboites@gmail.com / 

www.ouvre-boites.org

« Quand on voit que parfois certaines personnes ne mangent que des conserves et n'ont pas un frigo bien rempli, on se pose des questions »



Contact

104 avenue Georges Clemenceau - 40100 DAX
Tél : 05 58 07 19 41
E-mail : cada.dax@groupe-sos.org



Ateliers cuisines interculturelles au CADA

Grand Dax (40)

Nos recettes du monde

C'est quoi ?

Le CADA (Centre d'Accueil des Demandeurs d'Asile) Grand Dax accueille et héberge des demandeurs d'asile en attente d'une décision de leur demande d'obtention d'une protection internationale. Ce CADA fait partie du Groupe SOS Solidarités.

Les ateliers cuisines ont été proposés suite au constat réalisé par les accompagnateurs sociaux lors des visites que certaines personnes avaient de mauvaises habitudes alimentaires. Ces ateliers se déroulent à la Maison Rêve-elle-toi (maison à vocation de tiers lieu avec cuisine équipée) financée par le CADA via l'État et les associations d'aide alimentaire du secteur.

Son activité

Les ateliers cuisine

L'objectif est de permettre aux personnes isolées qui ne savent pas cuisiner, ou bien des personnes qui ne connaissent pas tous les légumes distribués, de réaliser des recettes équilibrées et de s'approprier ces aliments.

Les partenaires de l'aide alimentaire fournissent au CADA les colis remis aux bénéficiaires lors des distributions hebdomadaires (compléter par le CADA si besoin). L'atelier cuisine est animé par un membre de l'équipe du CADA et un pair-aidant cuisine afin d'apprendre à réaliser facilement des recettes avec ces produits. Un livre de recettes et de courtes vidéos sont en cours de construction pour une mise en ligne sur You tube afin que les résidents puissent les reproduire.

Le projet « Nos recettes du monde »

Chaque mois est également réalisé un atelier « recettes du monde » afin qu'un résident du CADA présente une recette de son pays d'origine aux habitants du quartier. Les partenaires de l'aide alimentaire sont sollicités et un colis est remis afin de réaliser cette action. Si besoin, le CADA complète, notamment pour les épices.

Un recueil de recette sera réalisé à la fin de l'action.

Pourquoi s'en saisir ?

- ▶ Pour profiter de moments d'échanges qui permettent de partager la culture de chacun à travers la cuisine et de créer du lien social.
- ▶ Pour aider les personnes qui ont des difficultés alimentaires d'avoir des informations sur la diététique et la composition des assiettes en respectant un faible budget.



► Distribution

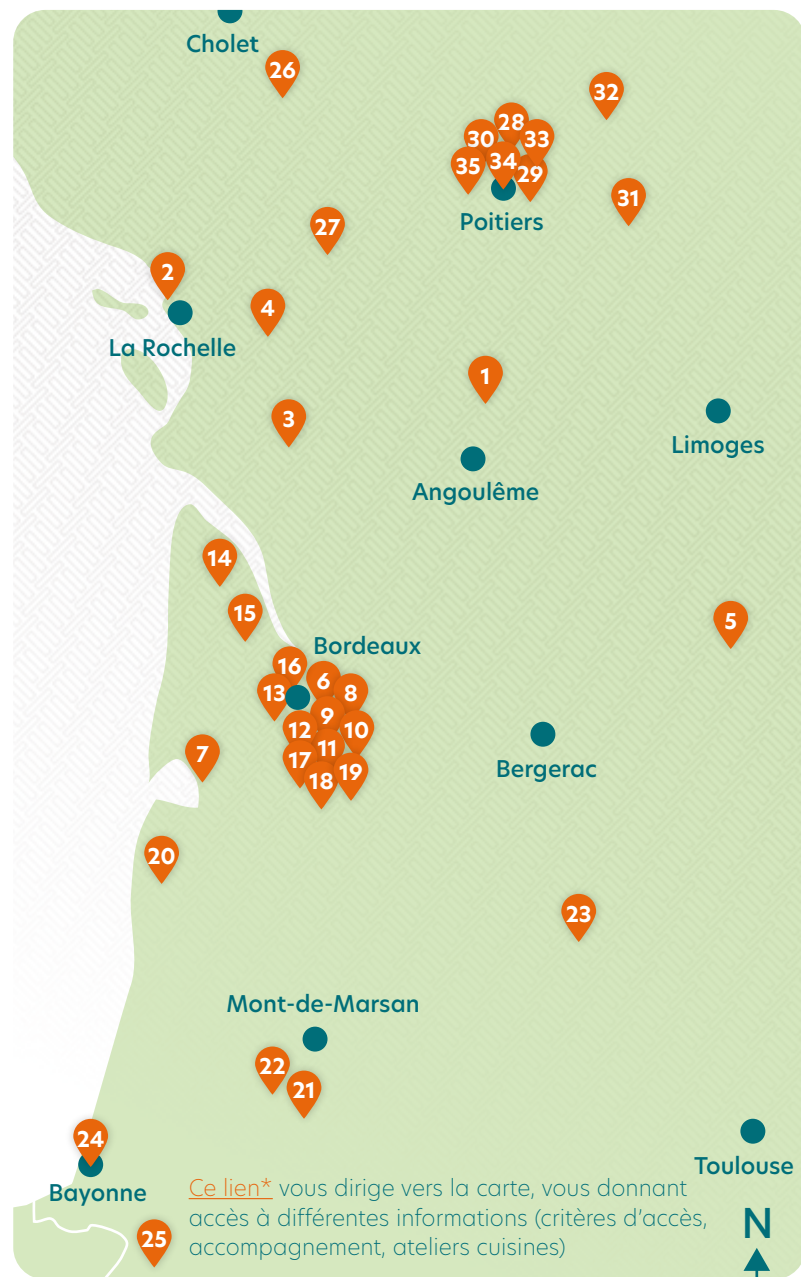
La majorité des distributions sont réalisés par l'aide alimentaire. Cependant ces lieux peuvent être très stigmatisant pour les personnes devant s'y rendre car c'est un endroit associé « aux pauvres ».

L'enjeu est de respecter leur dignité. Pour cela, un cadre de confiance doit être mis en place. La confiance est facilitée lorsque les personnes sont directement impliquées dans des actions telles que les ateliers présentés dans le chapitre «Transformation» ou directement dans le fonctionnement des lieux de distribution.

D'autres lieux de distribution sont accessibles a des prix solidaires. Les initiatives présentées ci-dessous s'adressent à des publics à faible revenus et n'ayant pas accès à l'aide alimentaire et ces initiatives favorisent également la mixité sociale entre les publics

Des Epicerie sociales et solidaires sont présentes dans toute la région Nouvelle Aquitaine. Plusieurs réseaux les fédèrent au niveau régional : ANDES et UGESS.

Épiceries sociales et solidaires (réseau ANDES)



- 1 E.I.D.E.R.
- 2 L'Epi Solidaire
- 3 Episol Maison des Consom'Acteurs
- 4 Au panier partagé
- 5 Epicerie Sociale
- 6 Le Comptoir
- 7 Le P'tit Magasin
- 8 Le marché solidaire
- 9 Le Panier des 4 Saisons
- 10 L'Épicerie
- 11 Epicerie Sociale et Solidaire
- 12 La Bous-Sol'
- 13 Le P'Tit Plus
- 14 ENVOLS
- 15 Au p'tit plus
- 16 Oasi's
- 17 Comptoir d'aliénor
- 18 Le relais Talençais
- 19 Epicerie Solidaire Ensemble
- 20 La Pigne de Pain
- 21 Epi'Sol
- 22 L'Epi de Chalosse
- 23 Solid'Drive
- 24 Epicerie Sociale d'Anglet
- 25 ZAREA
- 26 Point de Mire
- 27 Marché des familles
- 28 En Toutes Saisons
- 29 La Main Tendue
- 30 Le Panier Garni
- 31 MJC Claude Nougaro
- 32 Croque La Vie
- 33 Episs'Campus
- 34 Le Trait d'Union
- 35 Les 4 saisons

Kézako ?

Différence entre une épicerie sociale et une épicerie solidaire¹

Les épiceries présentées ci-contre sont des épiceries solidaires et non sociales. Cette différence d'appellation signifie que le commerce ne vit pas seulement des ramasses et des subsides mais s'appuie également sur la consommation de sa clientèle « solidaire ». L'autre partie de sa clientèle est composée de publics orientés par les structures sociales (CCAS, MDSI, CAF) et accompagnés, sur place, par un travailleur social/ animateur socioculturelle. Ce public bénéficiera de réductions sur son panier de courses.

La dimension de mixité sociale est donc ici importante pour ne pas différencier les personnes avec des plus ou moins de revenus. « Il n'existe pas de nourriture destiné au pauvre ».

Tous les clients pourront s'investir dans l'association pour la faire vivre, et devenir ainsi des « consommateurs-ac-teurs ».

Et qu'est-ce que l'épicerie participative ?

Les épiceries participatives sont encore différentes. Elles sont créées et gérées par leurs adhérents et fournissent uniquement des produits locaux et de qualité à des prix réduits car les produits sont achetés en gros, sans marge ajoutée. Ce sont des épiceries de proximité permettant de dynamiser un village (ou un quartier) et d'y retisser des liens sociaux grâce à l'implantation d'un espace d'approvisionnement et de convivialité.

Chaque adhérent est à la fois gérant, consommateur et responsable de l'épicerie en donnant 3h par mois.

La création, le développement et le fonctionnement des épiceries participatives peuvent être facilités par une plateforme informatique qui sert à la fois de boutique en ligne et d'outil de gestion pour les membres des épiceries :

Mon EPI : <https://www.monepi.fr/>

¹selon Local Attitude

²<https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1VcM3YFcuflHAT6-CsUKizHqu7KQH6Zj2&usp=sharing>



Cabas Solidaire

📍 Niort (79)
Epicerie solidaire conviviale

C'est quoi ?

Le Cabas Solidaire a été créé par l'association Soli'Niort à l'initiative du Secours Catholique, de l'association L'Escale et du CCAS de Niort souhaitant proposer une nouvelle forme d'aide alimentaire, plus respectueuse de la dignité des personnes, de leur anonymat et de leurs choix.

Cette épicerie repose donc sur le principe de solidarité entre les clients qui permet de financer les réductions selon les revenus de chacun.

La gestion de l'épicerie s'appuie sur 4 valeurs :

- ▶ **Tarifification solidaire** : pour que chacun puisse faire ses courses comme tout le monde, des réductions sont appliquées selon les revenus (après étude du dossier par un travailleur social (-40% et -60%).
- ▶ **Offre locale et diversifiée** : soutient d'une consommation responsable et inclusive en favorisant les produits issus des circuits courts, de saisons et biologiques, tout en proposant des produits classiques de consommation courante. L'épicerie ne se fournit pas auprès des ramasses de la banque alimentaire.
- ▶ **Un lieu de vie et d'accueil** permettant d'échanger et se rencontrer à travers différents temps sur l'alimentation et la santé, l'estime de soi, le zéro déchet, accueillant les œuvres d'artistes locaux, d'ateliers dégustation de produits vendus.
- ▶ **Gouvernance participative** permettant aux clients de devenir des « consomm'acteurs » impliqués dans le fonctionnement de l'épicerie. Le but est de créer une réelle dynamique de participation voire de co-décision avec les clients.

Les difficultés : trouver un modèle économique stable qui soit moins généreux pour que l'épicerie soit durable et puisse développer un autofinancement.

Les financements : subventions des pouvoirs publics, fondations (AG2R La Mondiale, Cognac-Jay et Carasso) et volonté de développer une campagne de financement participative et de démarcher des partenaires privés.

Pourquoi reproduire ce modèle ?

L'isolement et le sentiment de dévalorisation sont également des conséquences de la précarité. Afin de combattre cela, l'épicerie peut être élargie à un véritable lieu de vie et adopté le modèle de mixité des clients pour respecter l'anonymat et la dignité des personnes avec des réductions.

Le modèle de l'épicerie solidaire est le modèle de la mixité sociale. Elle évite la stigmatisation et peut être mise en place dans n'importe quel lieu de distribution en ouvrant l'accès à tous et pas seulement aux personnes à faible revenu.

« Dans l'inclusion et le respect des choix de tout le monde. Il y a tout type de produits en magasin, il n'y a pas que du bio et du vrac mais on sélectionne des produits en accord avec nos valeurs environnementales et écologiques »



Contact

52 rue Sainte-Catherine,
79000 Niort
Tél. : 05 16 18 23 26
E-mail : soliniort@gmail.com
www.soliniort.fr/nous-contacter



« Permettre aux personnes d'avoir accès à un commerce qui ressemble à n'importe quel commerce »

ESS

Toutes les associations appartiennent à l'Économie Sociale et Solidaire et partagent les mêmes valeurs :

- ▶ **L'intérêt collectif et la solidarité :** améliorer le cadre de vie des habitants et restaurer les liens sociaux.
- ▶ **L'utilité sociale :** favoriser l'insertion sociale et professionnelle
- ▶ **La responsabilité et la démocratie :** favoriser la participation de tous et toutes dans la gestion de leur cadre de vie.

Local Attitude

📍 Bordeaux Grand-Lac (33)

C'est une épicerie solidaire, participative et mixte. L'association Local Attitude souhaite développer le pouvoir d'agir des habitants. Son objectif est de :

- ▶ favoriser l'accès à une alimentation saine et de qualité à des prix raisonnables pour les habitants des quartiers de Bordeaux Nord ;
- ▶ proposer un espace non stigmatisant permettant la mixité sociale, culturelle et générationnelle en s'inscrivant dans une démarche d'éducation populaire. En effet, l'épicerie intègre les personnes dans le fonctionnement de l'épicerie permettant à certains d'aller vers l'insertion sociale et professionnelle

Local attitude suit les principes suivants : accès à des produits sains et de qualité ; ouvert à tous ; participation active des consommateurs au fonctionnement de l'épicerie et à l'ensemble des autres activités ; possibilité de bénéficier de réductions sur son panier d'achat en fonction du temps donné pour le fonctionnement, permettant aux adhérents d'agir sur leur pouvoir d'achat ; temps d'animation collective autour de l'alimentation et sensibilisation aux pratiques écocitoyennes.

Contact

localattitude33@gmail.com / 05 57 19 28 36 /
5 rue Etienne Huyard, 33000 Bordeaux

Épicerie Le Local

📍 Angoulême Grand Garenne (16)

Le projet Consommer Autrement regroupe l'Épicerie solidaire et mixte : « Le Local », un jardin solidaire et des ateliers situés dans le quartier prioritaire de la ville (QPV) de Basseau Grande Garenne à Angoulême. Ce projet est porté par L'Association Régie Urbaine (puis par ESS'aimons en 2022) qui est dans une démarche « éco-responsable »

L'épicerie favorise l'accès à des produits alimentaires et de première nécessité aux familles orientées sur critères sociaux. La majorité des produits sont fournis par la Banque Alimentaire mais il est également proposé des produits de maraîchers locaux, biologiques et en vrac et des produits « zéro déchets » créés par un atelier et chantier d'insertion d'ARU. La volonté est d'aller de plus en plus vers des produits de producteurs locaux en créant des partenariats avec le monde agricole (chantier d'insertion, lycées agricole, chambre de l'agriculture départementale) tout s'adaptant aux

consommations de chaque individu. Les produits éco-responsables et la programmation d'ateliers avec des associations reconnues permettent de rendre le quartier plus attractif.

La force du projet provient de la multitude de partenariats et d'acteurs rassemblés autour de l'épicerie, du jardin et des activités proposées qui permettent de redynamiser le quartier et le territoire.

Contact

Isabelle Chasson
Chargée de projet et responsable de l'épicerie sociale
6 rue Charles-de-Foucauld, 16000 Angoulême
Email : isabelle.chasson@aru-angouleme.fr
Tél. : 05 45 62 29 68



VRAC bordeaux

📍 Métropole bordelaise (33)

Groupement d'achat de produits alimentaires de qualité pour distribuer dans les quartiers prioritaires de la ville.

C'est quoi ?

VRAC est un groupement d'achat qui distribue dans les quartiers prioritaires de la ville de la métropole bordelaise des produits de qualité à des prix compétitifs. Le projet de l'association est orienté vers l'accès du plus grand nombre à des produits issus de l'agriculture paysanne/biologique/équitable à des prix bas, grâce à la réduction des coûts intermédiaires (circuits-courts) et superflus (limitation des emballages) et grâce à l'achat en grande quantité. Les produits sont vendus à prix coûtant, le facteur prix étant primordial pour leur public aux revenus modestes.

L'objectif est aussi d'ouvrir les habitants de ces quartiers à une autre façon de consommer et de s'alimenter en proposant un autre rapport à la santé et à l'image de soi. L'association repose sur le collectif et les dynamiques des habitants pour faire face à la précarité et celle-ci contribue à améliorer l'image des quartiers. Ces distributions permettent également de mélanger les habitants des différents quartiers et d'avoir une mixité sociale pour éviter la stigmatisation.

Comment ça fonctionne ?

- ▶ Une distribution de produits est organisée une fois par mois dans chaque quartier prioritaire de la ville. Beaucoup des produits proposés sont vendus en vrac. Les adhérents sont invités à venir avec leurs contenants et à se servir eux même.
- ▶ Les commandes se font en amont de la distribution, sur cagette.net. S'il n'est pas possible pour eux de passer par l'ordinateur, ils peuvent passer par les centres sociaux des quartiers ou bien appeler directement l'association.

En tant que groupement d'achat, VRAC fournit également les épiceries sociales et solidaires qui souhaitent proposer d'autres types de produits qui ne sont pas issus de la grande distribution.

VRAC travaille avec E-graine afin de faire des ateliers de sensibilisation pour changer les pratiques alimentaires.

Difficulté : limités sur l'offre car les prix restent encore assez élevés par rapport à des prix chez Lidl mais 80% moins cher que Biocoop pour des produits similaires.

Comment et pourquoi vous en saisir ?

Le modèle du groupement d'achat. VRAC volontairement ne s'appuie pas sur les ramasses de la grande distribution pour ne pas participer au modèle de surproduction. Les charges de fonctionnement sont amorties par des aides publiques, bailleurs sociaux, fondations...

Tuto image inscription et commande VRAC (<https://bordeaux.vrac-asso.org/wp-content/uploads/sites/4/2021/03/Tuto-image-inscription-et-commande-VRAC.pdf>)

« Ce n'est pas un modèle accessible à la grande précarité mais le modèle du groupement d'achat est inspirant car tout le monde peut le faire en trouvant les partenaires ».



Contact

Tél. : 06 71 34 97 21

E-mail : coordination-bm@vrac-asso.org

<https://bordeaux.vrac-asso.org>

« L'idée c'est de faire le lien entre ceux qui ont trop et ceux qui ont besoin, en complémentarité des acteurs de l'aide alimentaire [...] En redistribuant au compte-goutte, en fonction des besoins, nous ne déplaçons pas le gaspillage alimentaire »



Contact



Alizé Ducours

Coordinatrice de l'antenne Nouvelle Aquitaine
Tél. : 06 79 06 17 31
E-mail : bordeaux@lechainon-manquant.fr
www.lechainon-manquant.fr



Chaînon Manquant

📍 Métropole bordelaise (33)

Intermédiaire entre la restauration collective et les centres d'hébergements

C'est quoi ?

Association bordelaise qui propose la redistribution express des surplus alimentaires frais, rapidement périssables, des professionnels - en particulier de la restauration collective ou événementielle - aux plus démunis via un réseau d'associations partenaires à proximité.

Sa mission répond de façon locale et réactive au double enjeu de lutte contre le gaspillage alimentaire et de solidarité.

Le Chaînon Manquant connaît bien les besoins des partenaires et fait son maximum pour y répondre le plus justement possible.

Son activité

Grace à un camion réfrigéré, le chaînon manquant permet :

- ▶ **aux professionnels de la restauration collective et de l'évènementiel** d'avoir une solution pour donner les surplus, même en étant prévenus tardivement sur la quantité et la typologie des dons ;
- ▶ **aux acteurs sociaux** qui ont du mal à acheminer ces produits frais d'être livrés directement. Cela permet aux bénéficiaires d'avoir accès à une alimentation plus qualitative avec des produits frais et variés, et aux acteurs sociaux de déployer leurs efforts sur d'autres missions. Les dons alimentaires sont livrés à tous types d'acteurs sociaux : centres d'hébergement, distributions solidaires, accueils de jour, épiceries sociales, restaurants sociaux...

Comment vous en saisir ?

Contactez Alizé Ducours pour :

- ▶ des besoins alimentaires (associations)
- ▶ des dons alimentaires (professionnels)
- ▶ du soutien financier (public ou privé)
- ▶ un retour d'expérience



► Consommation

initiative n°12

La dernière étape de la chaîne alimentaire est la consommation. La fédération des diabétiques révélait une corrélation entre la faible consommation de certains groupes d'aliments notamment les fruits et les légumes et le développement des pathologies liées à la nutrition : diabète, obésité, hypertension.

Pour pouvoir changer ses habitudes il faut d'abord savoir comment les changer. Des ateliers de sensibilisation dans les structures sont présentés ici.

L'objectif est de donner les connaissances aux personnes afin de tendre vers leur autonomie.

« Le consommateur tiraillé entre plaisir et santé, sélectionne les produits qu'il achète en fonction d'une correspondance entre l'image qu'il a de lui-même et l'image des produits en question »

Contact

Catherine ARRIUDARRE

Diététicienne Nutritionniste Psychopraticienne
en Sophrologie Existentielle
Coordinatrice Projets, Nutrition, Estime de Soi et
Image corporelle

Tél. : 06 83 44 63 96

E-mail : caralim.asso@gmail.com

www.caralim.com



Caralim

(Centre Aquitaine de Réduction ALimentaire)

📍 Ex Aquitaine

Formation et ateliers autour de l'estime de soi et de son alimentation

C'est quoi ?

L'association CARALIM conçoit et anime des programmes d'intervention dans le domaine de la promotion de la santé par la nutrition autour de 3 axes :

- la nutrition et les inégalités sociales de santé,
- l'éducation alimentaire des jeunes et la nutrition,
- l'image corporelle et l'estime de soi.

Ses activités :

Le programme « Pour Un Autre Regard », s'intéresse aux pratiques alimentaires comme marqueur des inégalités sociales de santé et a pour vocation d'inscrire l'estime de soi au cœur des projets nutrition.

Les objectifs :

- **Renforcer l'estime de soi des publics bénéficiaires**, à partir de la question du regard que les personnes portent sur elles-mêmes et le monde qui les entoure afin d'améliorer leur accompagnement.
- **Outils des professionnels** pour mieux appréhender le rôle de l'estime de soi dans le rapport que possède un individu avec son corps et son alimentation.

CARALIM s'appuie sur l'approche corporelle comme axe principal de renforcement de l'estime de soi et du développement d'une image corporelle satisfaisante pour atteindre ces objectifs.

Pourquoi et comment s'en saisir ?

Le rôle de l'estime de soi dans le rapport qu'entretient un individu avec son corps, son alimentation et sa santé est primordiale.

CARALIM propose une formation à destination des professionnels accompagnant les personnes en situation de vulnérabilité et d'insécurité alimentaire.

Programme et description de la formation dans « aller plus loin » (p.26)

Durée de la formation : 3 jours, 15 personnes maximum :

- Durant la formation, les professionnels pourront renforcer leurs connaissances sur la construction de l'estime de soi et expérimenter les outils du programme « Pour Un Autre Regard ».
- Les acteurs du réseau CARALIM accompagnent sur des séances en coanimation ou animent l'intégralité du programme auprès des publics bénéficiaires (8 séances d'1h30).

« La première problématique était la part importante des dépenses alimentaires dans la maîtrise du budget, ainsi que des constats de troubles de la santé ... donc à travers ses ateliers on a voulu montrer que manger mieux en dépensant moins, c'est possible ! »

C'est quoi ?

L'Agence de Recherche et de Développement de l'Insertion par l'Économie en Lot et Garonne (ARDIE 47) a pour objet de favoriser la création, le développement et la consolidation de structures d'insertion par l'activité économique (SIAE) ainsi que l'émergence de projets collectifs. Ardie 47 accompagne les SIAE du département à la fois sur le volet de la professionnalisation des pratiques et celui de l'appui à l'accompagnement socio-professionnel des publics accompagnés afin de promouvoir l'inclusion auprès des entreprises et collectivités.

Comment ?

Le projet autour de l'alimentation s'est construit en partenariat avec l'association Au Fil de Séounes qui est une association d'éducation citoyenne à l'écologie du Lot et Garonne et avec le soutien financier de la DREAL NA. Les ateliers ont été co-construits afin d'atteindre deux objectifs :

- ▶ sensibiliser les salariés en insertion à la fois à l'impact de leur consommation sur leur santé et sur leur budget,
- ▶ élaborer un kit d'animation permettant d'outiller les équipes à l'animation en autonomie de ce cycle de 3 ateliers au sein de leurs structures (fiches pédagogiques des ateliers collectifs et des outils d'animation réalisés en situation réelle).



Au fil des Séounes et Ardie 47

📍 Lot et Garonne (47)

Animation d'ateliers dans les Structures d'Insertion par l'Activité Économique

Au fil de Séounes a animé un cycle de 3 ateliers avec un groupe de 8 salariés et un accompagnateur.

Les ateliers évoquent les thèmes de l'interculturalité, la saisonnalité des fruits et légumes, la maîtrise du budget, le rapport socio-psychologique à l'alimentation, des repères nutritionnels, des dates limites de consommation, du gaspillage alimentaires, du travail d'équipe en réalisant des repas et en faisant une sortie au marché avec un budget restreint lors de la dernière journée

Pourquoi et comment s'en saisir ?

Les structures volontaires ont les capacités d'animer les ateliers en autonomie. Ces ateliers ont permis une prise de conscience des différentes pratiques culinaires, de l'impact sur la santé de l'alimentation, et de l'intérêt à limiter les produits alimentaires industriels.

Ce cycle de 3 ateliers a également favorisé l'échange entre salariés en insertion et l'ouverture aux autres : partage de recettes entre collègues, discussion avec le maraîcher, invitation de voisins à partager un repas.

Ces temps sont également des moments privilégiés pour les accompagnateurs d'observer d'autres difficultés qui n'avaient pas été partagées par les personnes et des aptitudes qui n'avaient pas encore pu être repérées ou exprimées. C'est donc un outil complémentaire à l'accompagnement.

Contacts

Contactez Ardi pour plus de détail sur les ateliers

Caroline Ragazzi

Chargée de mission

Rue du Trech, 47000 AGEN

Tél. : 05.53.98.60.76

E-mail : appui-rh@ardie47.fr

www.ardie47.org



Association Au fil des Séounes

Pauline Olivier,

chargée de mission

452 route du Village - 47270 Saint-Romain-le-Noble

Tél. : 05.53.95.12.99

E-mails : info@aufildesseounes.fr

pauline.olivieri@aufildesseounes.fr

<https://aufildesseounes.jimdofree.com>



e-Graine

📍 Bordeaux – quartier prioritaire de la Benauge

Association d'éducation à la citoyenneté mondiale,
projet du Laboratoire d'Initiatives Alimentaires

C'est quoi ?

E-Graine est une association d'éducation populaire qui a pour objectif de faire de la et de développer l'esprit critique afin d'être moteur à la transformation sociale et politique. Elle rend accessible à tous les enjeux complexes de notre société par des actions d'éducation. e-graine s'engage au quotidien pour une société plus juste et solidaire.

Le projet du Laboratoire d'Initiatives Alimentaires (LIA) est le développement d'un lieu d'expérimentation et d'émancipation en faveur d'une démocratie alimentaire qui s'appuie sur 3 axes : impact social, coopération et durabilité.

Son objectif est double : agir contre la précarité alimentaire et favoriser une alimentation durable pour tous.

Comment ?

Par la mise en place d'une véritable démarche participative, l'équipe d'e-graine est allée à la rencontre de l'ensemble des parties prenantes : habitants, acteurs, professionnels du quartier et acteurs institutionnels pour imaginer l'offre du LIA et prendre part à son développement.

Pourquoi et comment se saisir du modèle du Laboratoire d'Initiatives Alimentaire ?

- ▶ Pour permettre aux habitants de participer aux réflexions et d'être intégré dans les décisions les concernant afin de porter leurs voix.
- ▶ Pour mettre en place une coopération entre les habitants et les acteurs du système alimentaire (producteurs, distributeurs, transformateurs)
- ▶ Venir aux réunions organisées dans le cadre de la construction du projet pour se saisir de la méthodologie participative.
- ▶ Pour identifier les objectifs et les actions à mettre en place ainsi que les publics touché et concerné.

« Décloisonner et redonner le pouvoir d'agir aux habitants du quartier pour participer au développement d'un projet durable, au service d'une démocratie alimentaire. »



Contact



5 rue de Tauzia - 33800 Bordeaux
Tel : 06 98 08 29 77
E-mail : gabrielle@e-grainena.org
www.e-graine.org



Permanences d'Accès aux Soins et à la Santé (PASS)

📍 Blaye (33)

Des ateliers cuisines menées par une diététicienne.

C'est quoi ?

Les permanences d'accès au soin de santé (PASS) sont des dispositifs de prise en charge médico-sociale pour les personnes en situation de précarité sociale. Elles permettent de faciliter l'accès au système de santé et de les accompagner dans les démarches nécessaires à la reconnaissance de leurs droits. La PASS de Blaye est implantée au sein du centre hospitalier de la haute Gironde.

Son activité

La PASS de Blaye dispose d'une diététicienne qui donne des consultations et qui organise des ateliers autour de l'alimentation (échanges de recettes, cuisine ensemble) accompagnée d'une assistante sociale.

L'objectif est de proposer aux personnes en situation de précarité une éducation alimentaire pratique et complète (redécouvrir les aliments, savoir réaliser des préparations de manière simple, ludique avec des budgets adaptés).

« Une diététicienne ça fait peur dans la tête des gens mais le fait de discuter lors des ateliers ça leurs permet de se rendre compte que c'est accessible pour eux aussi »

Ces ateliers sont également des temps permettant de sortir les gens de l'isolement et de refaire du lien. Les ateliers peuvent alors être un tremplin vers les consultations et l'accès aux soins.

Les ateliers se font à la demande des partenaires sociaux dans les cuisines de l'hôpital ou dans des lieux à l'extérieur pour avoir une meilleure accessibilité.

Comment s'en saisir ?

- Faire appel aux PASS de votre secteur pour organiser des ateliers si vous avez des cuisines à dispositions. Ces ateliers peuvent être une première entrée vers l'accès au soins. En effet, ces ateliers avec la PASS ont permis aux partenaires sociaux d'initier leurs propres ateliers

Contact



Céline Aubardier - diététicienne

97 rue de l'hôpital - 33394 Blaye CEDEX

Tél. : 05 57 33 45 80

E-mail : c.aubarbier@chblaye.fr



CHRS Clair Foyer

Agen (47)

Ateliers de sensibilisation à l'alimentation

C'est quoi ?

Le Centre d'Hébergement et de Réinsertion Sociale (CHRS) Clair Foyer assure l'accueil, le logement, l'accompagnement et l'insertion sociale des femmes avec ou sans enfants. Le centre est doté d'une cuisine collective dans laquelle les résidentes se relaient pour faire la cuisine pour le collectif.

La maîtresse de maison, avec la participation des résidentes, assure la gestion de l'activité cuisine. Il s'agit de l'approvisionnement, de l'élaboration de menus équilibrés, de la confection des repas ainsi que toute la partie hygiène et traçabilité.

Les repas sont supervisés par la maîtresse de maison dont les objectifs sont l'acquisition ou le partage de compétences entre les résidentes dans les différents domaines de la cuisine, la mobilisation dans le collectif et la connaissance des différentes cultures à travers les plats partagés.

Son activité

L'infirmière de la PASS d'Agen en binôme avec une diététicienne (mission d'éducation à la santé), a organisé deux ateliers de sensibilisation à l'alimentation pour les résidentes et les professionnels de la structure afin de :

- ▶ déconstruire les idées reçues,
- ▶ apporter des connaissances sur l'alimentation (lire des étiquettes, les dates de péremptions, anti-gaspillage, sécurité alimentaire, équilibre, culture et comportements, ..),
- ▶ composer des repas équilibrés au quotidien avec des budgets réduits.

Les ateliers proposent une approche globale de l'alimentation autour des repas en vie collective en passant par le jeu (jeu Quiz'Inn, réalisation de fiches Menu, la visualisation par le set de table (image ci-contre)

Pourquoi s' en saisir ?

- ▶ L'alimentation est une porte d'entrée vers l'accès aux soins et l'accompagnement des personnes puisque se nourrir concerne tout le monde. Le fait de mieux manger permet une meilleure santé globale. Le lien fait entre l'alimentation et la santé permet d'aller vers une autonomie des soins.
- ▶ Pour les publics étrangers, connaître des aliments et des recettes du pays permet de s'approprier la culture du pays et de s'insérer socialement.

« Tout le monde a besoin de manger tous les jours. C'est une thématique de santé sur laquelle on peut s'appuyer pour parler d'autre chose »



Contact



Christelle Suteau

Infirmière de la PASS d'Agen
 Pole santé Publique CH Agen-Nérac
 Tél. : 06 46 73 07 17
 E-mail : suteauc@ch-agen-nerac.fr



► Pour aller plus loin

D'autres référentiels ont été réalisés sur les structures réalisant des initiatives pour lutter contre la précarité alimentaire. Vous trouverez dans cette partie deux sites et un duagnoctique de territoire.

L'association Let's food

Let's food a recensé plusieurs initiatives en Nouvelle Aquitaine. Inscrivez vous sur leur plateforme pour vous faire référencer ou bien aller chercher des initiatives autour de chez vous sur lesquelles vous pouvez compter.

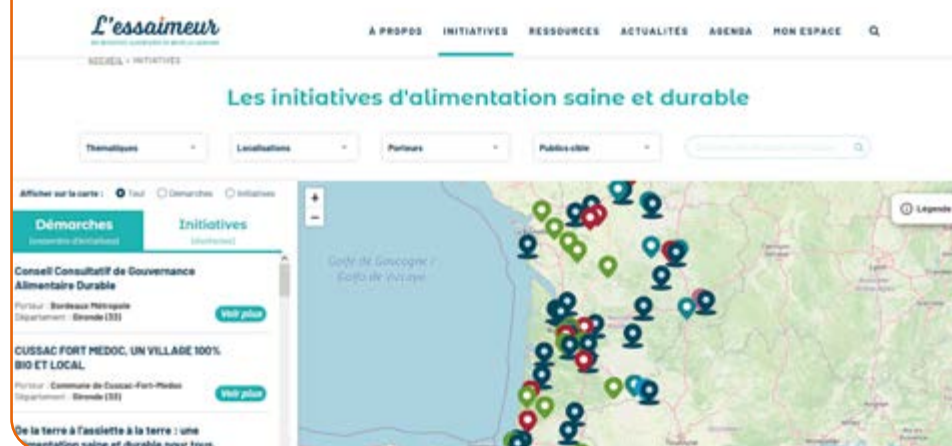
<https://letsfoodideas.com/fr/>



Les Essaimeurs

Cet outil web collaboratif est conçu comme un espace de valorisation des initiatives portées par les acteurs et actrices engagé.e.s en matière d'alimentation durable en Nouvelle-Aquitaine.

<https://l-essaimeur.fr/>



Caralim

La formation évoquée dans la présentation de Caralim est disponible [ici en pdf](#)

Avant de se lancer dans cette formation, Caralim a réalisé un état des lieux en 2018 sur les besoins concernant la mise en œuvre des actions en éducation ali-mentaire saine et durable sur le territoire en Nouvelle Aquitaine. [Disponible ici :](#)



CREPAQ

(Centre Ressource d'Ecologie Pédagogique d'Aquitaine)

Fabrique citoyenne de biens commun

Projet FRIGO ZÉRO GASPI®

FRIGO ZÉRO GASPI®, sont des équipements en libre-service, 24h sur 24 sur la voie publique, composés d'une armoire réfrigérée et d'un garde-manger, dans lesquels tout un chacun peut venir déposer et/ou prendre de la nourriture à sa convenance et selon ses besoins et ce, dans un strict respect des règles d'hygiène et de sécurité sanitaire des aliments.

Des partenaires relais locaux du CREPAQ sont chargés de la gestion au quotidien de l'équipement : contrôle des denrées et de la température, nettoyage, échanges avec les habitants.

Objectifs du projet

- ▶ Réduire le gaspillage alimentaire ;
- ▶ Créer du lien social et de la solidarité entre les habitants et acteurs d'un quartier
- ▶ Faciliter l'accès au don alimentaire pour les personnes en précarité par le respect de leur anonymat et le renforcement de leur dignité et de leur estime de soi. Elles ne sont pas bénéficiaires mais actrices de la démarche.



► Remerciements

Le guide a été réalisé par Maëlle le Saulnier, chargé de mission à la Fédération des Acteurs de la Solidarité en Nouvelle Aquitaine..

Toutes les initiatives présentées ont fait l'objet d'une rencontre et d'une interview sur la présentation de leurs activités, leurs objectifs, les publics cible

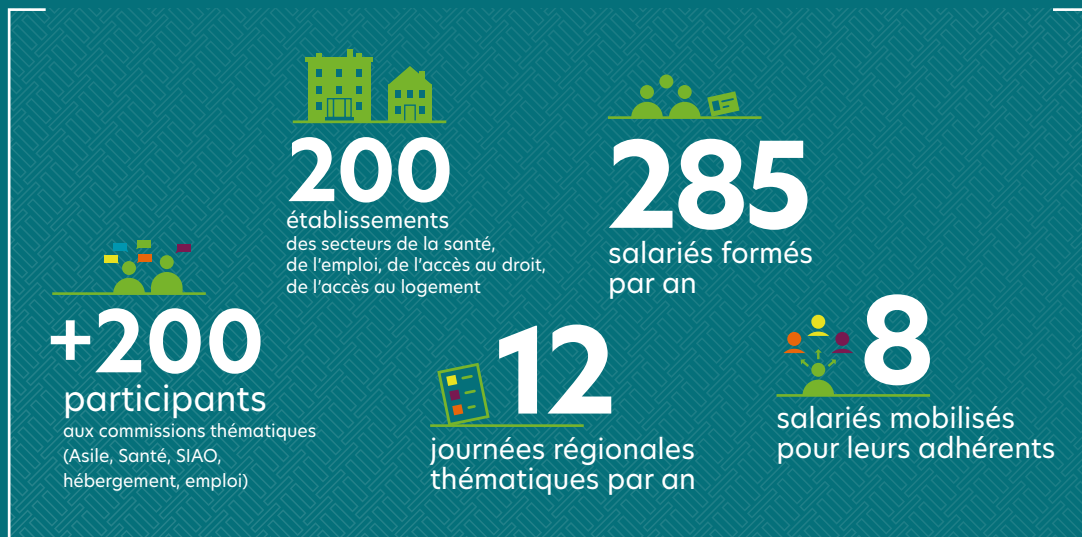
Nous tenons à remercier :

- ▶ La stratégie pauvreté représentée par Isabelle Grimault et la DREETS d'avoir soutenu financièrement ce projet de guide.
- ▶ Toutes les initiatives et toutes les personnes que j'ai interrogé, pour nos échanges très intéressants et de participer à apporter des solutions sur le territoire.
- ▶ Marie Grenet et Gemme communication pour la mise en page du guide.
- ▶ Les personnes accueillies accompagnées d'avoir donné leurs avis lors de la plénière sur l'alimentation du CRPA.





La Fédération des Acteurs de la Solidarité de Nouvelle-Aquitaine, en bref



La Fédération accompagne, représente et œuvre pour les personnes vulnérables au quotidien.



Notre newsletter

► Cliquez pour accéder à la newsletter de la FAS NA

Inscrivez-vous pour suivre :

notre veille juridique, l'actualité du secteur, le positionnement de la Fédé, les Appels à Projets, les offres d'emplois, nos projets régionaux, le calendrier des événements (1 à 3 mails par mois).



Fédération
des acteurs de
la solidarité

NOUVELLE-AQUITAINE

Tél.: 05 56 32 19 57
www.federationsolidarite.org