

FICHE ACTION ACCÈS DIGNE À L'ALIMENTATION

N°8 : LES REPAS PARTAGÉS

Projets d'accès digne à l'alimentation de qualité : notre cadre de référence

Les critères de l'accès digne à l'alimentation de qualité

Les projets visant un accès digne à l'alimentation recourent au Secours Catholique une large réalité d'actions. Leurs points communs ? Ils se jouent autour de la même prise en compte de cinq critères, définis depuis 2015 - détaillés dans [ce document](#) (en cours de mise à jour). Affinés en 2017, ils ont été mis à jour à partir de l'évolution du positionnement. Ils servent aujourd'hui de boussole pour les projets au sein du réseau sur le sujet. Ils permettent localement d'engager un dialogue en vue de faire évoluer nos actions existantes. Ainsi, les projets d'accès digne à l'alimentation :

1. proposent des conditions dignes : un accueil convivial et chaleureux, le libre choix de son alimentation saine et équilibrée, le respect des cultures et habitudes alimentaires
2. sont ouverts à toutes et tous, pour éviter toute stigmatisation
3. sont collectifs et participatifs : l'implication possible de toutes et tous depuis l'élaboration jusqu'au fonctionnement du projet
4. sont ancrés dans un territoire : en partenariat avec les acteurs du territoire, ils contribuent à la vie locale et au dynamisme du territoire.
5. sont respectueux d'une alimentation durable : produits de bonne qualité nutritionnelle et gustative, modes de production durables, juste rémunération des producteurs et productrices.

Les " incontournables " de l'accès digne : Toujours garder en tête l'animation et inclusion des personnes, mener des visites apprenantes pour s'inspirer de projets similaires, se questionner autour du sens que l'on veut donner à ces projets (rupture de l'isolement, dynamique collective, appropriation collective du sujet etc.).

La [communauté accès digne](#) à l'alimentation (sur Isidor) vous fournit un ensemble de documents pour creuser ces thématiques. **Une première fiche-action destinée à vous guider dans les étapes de conduite d'un projet alimentaire est [disponible ici](#).**

Définition et fonctionnement

Un repas partagé est un **moment de convivialité qui réunit des personnes volontaires pour partager un repas cuisiné ensemble** ou non, dans une ambiance chaleureuse. La première étape de cuisine peut être tournante (par exemple avec un binôme de cuisiniers qui change chaque semaine). Les aliments peuvent être, selon le modèle choisi, amenés par les personnes, issus du glanage, de dons, ou bien achetés par le SCCF.

Concrètement : cela veut dire que l'on déjeune ensemble, par exemple une fois par semaine, sur inscription ou non, contribution financière ou sous une autre forme (parfois en cuisinant à quelques-uns avant)..

Ces moments sont souvent très appréciés en ce qu'ils permettent de profiter ensemble d'un **moment convivial autour de l'alimentation** et d'évoquer d'autres sujets : partage des préoccupations, initiation d'autres projets... Plus généralement, les repas partagés permettent de lutter contre l'isolement, partager les savoirs de chacun et chacune.





Les avantages de l'action

- **Mise en valeur et partage des aptitudes de tout le monde.** L'équipe de [la Roulotte des délices](#) note une reprise de l'estime, de la confiance en soi, qui va avec le **développement de compétences et savoir-faire** culinaires.
- Les ingrédients peuvent être apportés par les participants (cf la "soupe aux cailloux", chacun amène un élément de son choix), la vaisselle fournie, les locaux prêtés. Donc bien souvent, **ces projets bénéficient donc d'une facilité de mise en œuvre** pour une action collective et valorisante avec un faible coût financier.
- **Intérêt d' un large public** : ces repas plaisent aux enfants comme aux parents.
- Ces repas sont autant d'occasions de **d'amorcer un accompagnement et aller vers l'accès au droit, mais également un outil d'éducation populaire pour réfléchir ensemble au choix collectif qu'est notre alimentation.**

Pour qui ?

Les groupements d'achats peuvent être particulièrement intéressants s'ils sont portés par et avec des habitants dans des quartiers dépourvus de transports en commun et/ou d'offre alimentaire satisfaisante à proximité. Par ailleurs, cette forme de mise en commun des achats est assez souple pour s'adapter aux différents contextes (ville, campagne, quartier, villages proches...). La taille des foyers n'est pas une contrainte, puisque chacun commande ce qu'il ou elle souhaite consommer. De façon générale, il faut un minimum de revenus pour participer à un groupement d'achat, pour acheter les produits, même si les coûts sont réduits. Le SCCF peut aider à soutenir un collectif et/ou contribuer financièrement pour prendre en charge une partie des achats.

Les points de vigilance

- Il faut respecter [les règles de sécurité et d'hygiène](#) liées aux activités alimentaires : respect de la chaîne du froid, hygiène rigoureuse, désinfection du matériel, respect des règles de conservation des produits.
- En terme **d'inclusion des personnes**, veiller à ce que les convictions et croyances de chacun soient respectées. Pour cela, rien de tel que la discussion, pour entendre les points de vue et dessiner des pistes collectivement à partir de cela. Par exemple : proposer une alternative végétarienne, les menus non carnés permettant de couvrir un large spectre des spécificités alimentaires. (A noter que **les consommations d'alcool** pendant le repas ne sont pas autorisées)..
- Un **besoin de régularité** : définir avec les personnes le bon moment, le bon rythme pour elles, définir les modalités de participation (possibilité de ne pas participer à toutes les rencontres etc), à la fois pour que l'action fonctionne de façon stable et pour les personnes puissent se saisir réellement du projet.
- S'il est tentant d'ouvrir les projets d'accès digne au plus grand nombre de personnes possible, attention toutefois à **ne pas perdre le sens des projets à force de logistique**, qui fait passer au second plan la capacité de relations et de transformation sociale autour du projet. Parfois il peut être plus bénéfique, pour le maintien du sens et des charges de dupliquer un projet plutôt que de l'élargir.





Les bons conseils

- **Co-rédiger une charte** pour le bon déroulé de l'action.. Celle-ci peut être révisée régulièrement avec les personnes
- **Attribuer des rôles tournants** si vous souhaitez éviter que les gens ne s'approprient telle ou telle fonction au sein de l'équipe
- **Se mettre en lien avec un jardin partagé** pour s'approvisionner en légumes de saison.

Comment en faire un levier de transformation sociale avec les personnes ?

La participation de toutes et tous est un objectif accessible dans le cadre des repas partagés. Plusieurs contributions sont possibles :

- comme à la Marmite du Partage, où chacun peut amener un élément tel que du temps, de la bonne humeur, de l'écoute, un aliment pour cuisiner, une histoire, une chanson...
- Chacun peut également venir avec des propositions de recettes, thèmes de repas...

Pour que chacun s'approprie l'action : prévoir des temps de bilan, des moments de réflexion commune sur l'action
Pour que tout le monde trouve sa place : il est essentiel de pouvoir identifier les espaces d'engagement (quel poste, quelles missions disponibles), les rôles et responsabilités associées.

ILS SE SONT LANCES...

- La marmite du partage, du SCCF de Drôme Ardèche, propose de partager un repas cuisiné ensemble deux samedis par mois.
- Collectif 4C, un tiers lieux autour de la cuisine en milieu urbain (hors SCCF)

Outils pratiques

Pages hygiène du guide pratique de l'aide alimentaire

Quelques ressources

Céline Lepeltier "L'empowerment dans les "ateliers cuisine" : entre enjeux et pratique"
<https://www.cairn.info/revue-vie-sociale-2011-3-page-51.htm>

