

TABGHA

Synthèse de la journée d'échanges du 12 mars 2020

Restaurer l'autre

« Alimentation et Précarité : comment revisiter nos lieux et nos pratiques de restauration, en respectant la santé alimentaire, la lutte contre le gaspillage, le pouvoir d'agir et la convivialité ? »



Introduction

L'alimentation, l'accès à la nourriture, sont des réalités essentielles du bien-être et du développement personnel. Quand les conditions de vie précaire mettent en péril ce point essentiel de l'équilibre de vie, c'est tout le socle de la société qui est en danger. Réfléchir ensemble sur le lien entre l'Alimentation et la Précarité est d'abord une prise de conscience d'un problème sociétal. Tous les acteurs associatifs ou humanitaires savent bien que c'est une question incontournable. Mais la façon de poser une question est souvent une manière d'induire une réponse.

Le projet TABGHA initié dans le Var par l'UDV en partenariat avec le Codes est abordé sous l'angle de la solidarité, du bien vivre ensemble, et de la transformation des habitudes alimentaires. Il propose en effet de créer une synergie des bonnes pratiques qui favorisent à la fois le refus de la mal bouffe, la lutte contre le gaspillage, l'éducation à la santé alimentaire, la convivialité qui passe par la commensalité, le pouvoir d'agir des personnes en précarité, et la coopération inter-associative : c'est un projet qui relève à la fois de l'écologie et de l'équité sociale.

Son sigle est déjà signifiant : «Table Associative pour une Bonne Gestion Humanitaire de l'Alimentation.» Qui plus est ce nom évoque un lieu biblique particulier où aurait eu lieu la multiplication des pains pour nourrir une foule fatiguée et tenaillée par la faim!

Dans le Var TABGHA veut essayer d'initier une plateforme coopérative où se croiserait restaurant sociaux, cantines citoyennes, tables ouvertes paroissiales, groupe de ramasse alimentaire, banque alimentaire, épiceries solidaires, jardins partagés, groupement d'achats familiaux, ateliers d'éducation à la santé, cours de cuisine, initiatives solidaires les plus diverses dans le champ de l'alimentation ...etc. Cette plateforme voudrait créer un espace de débat et de formation permanente pour « restaurer l'autre » c'est à dire se mettre ensemble, avec les intéressés eux même, à la table du bien-être et du bien vivre ensemble. Dans beaucoup de civilisations la nourriture est comme une langue maternelle et l'alimentation un système codé qui intègre mémoire, soin des relations, ouverture à l'autre, sens du partage, échelle des valeurs. TABGHA a bien conscience de tous ces enjeux interculturels, à l'heure de la mondialisation : elle n'en demeure pas moins un projet d'économie sociale et solidaire qui honore les principes des projets de développement « penser globalement mais agir localement ». Mettons-nous ensemble à table et tirons les rallonges si nécessaire.

Gilles Rebeche



Les participants et objectif de la journée

À l'occasion de la journée d'échange TABGHA qui s'est tenue le 12 Mars 2020, de nombreuses associations ont pu se réunir afin d'aborder les enjeux d'une réflexion partagée au sujet de l'aide alimentaire sur la Métropole TPM.

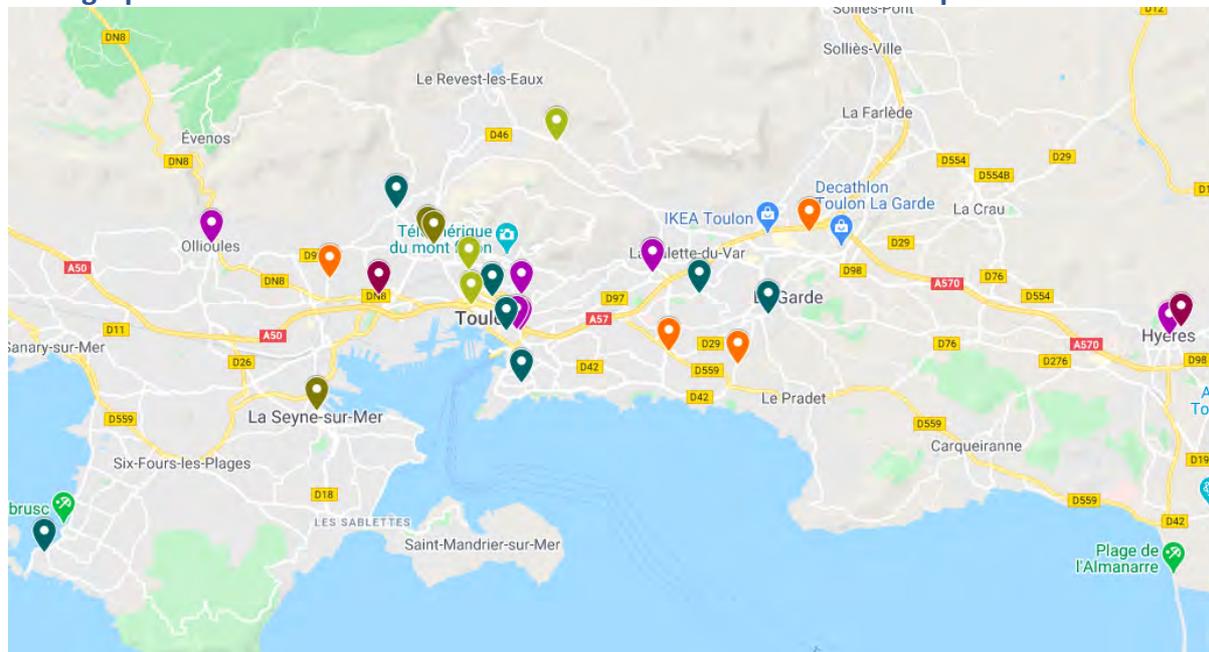
Plus de soixante personnes représentant près de 23 associations ont répondu présent parmi lesquels : *Les Amis de Jéricho-UDV et le bus de Nuit, Maisons Bethléem-UDV, Promosoins-UDV, Famille de France et Famille et Tendresse, Apprentis d'Auteuil (MECS La Valbourdine), Fratelli-UDV, L'économe, Archaos, Table ouverte paroissiale de la Valette, Accueil de jour en Chemin, Logivar-UDV, Banque Alimentaire du Var, Maison de Georges, Les Amis de la Coop sur Mer, Moissons Nouvelles (CHRS), Amitiés cité-UDV, AVAF, le Lien 83, Bébés et Famille, Toulon Solidarité 83, Les Alchimistes, le Conseil Départemental du Var.*

L'objectif de cette journée était de mettre en place la rencontre de ces acteurs, afin qu'ils puissent échanger sur leurs pratiques, leurs expériences : lutter contre la précarité alimentaire rends nécessaire et efficace la création d'un maillage associatif.

Il a été mis en avant que « Restaurer l'autre » n'était pas seulement une question de nourriture mais bien de relation sociale. A ce titre, la création d'un tissu social entre association rend crédible et est un appui pour soutenir la création (ou le renforcement) du lien social avec les personnes isolées au sein de leurs lieux d'accueil.

1/ Restitution du travail accompli par l'équipe TABGHA

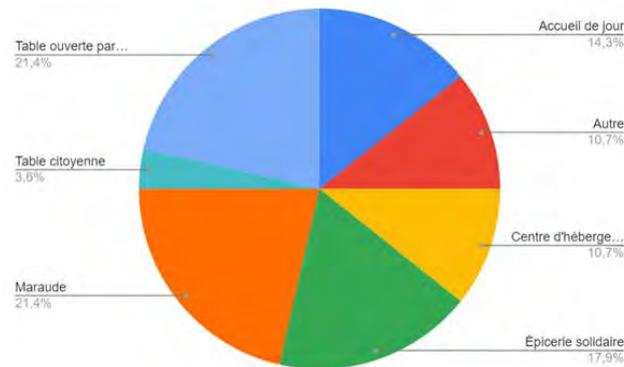
Cartographie interactive des acteurs de l'aide alimentaire de la Métropole



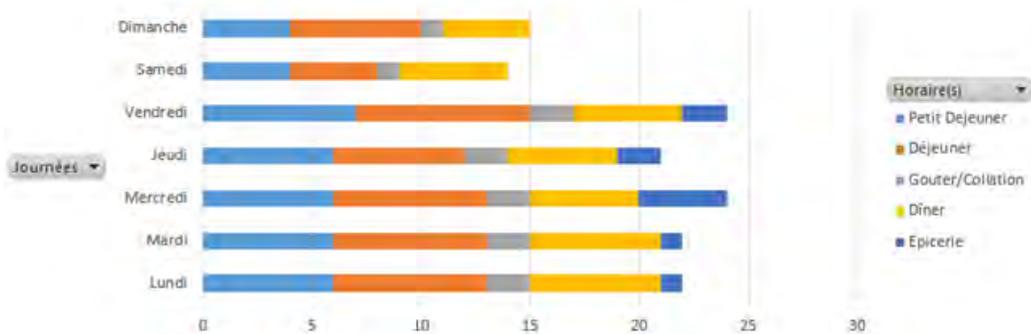
Consultation sur le lien suivant : <https://cutt.ly/ZtFVOWz>

Résultats de l'enquête associée à l'état des lieux

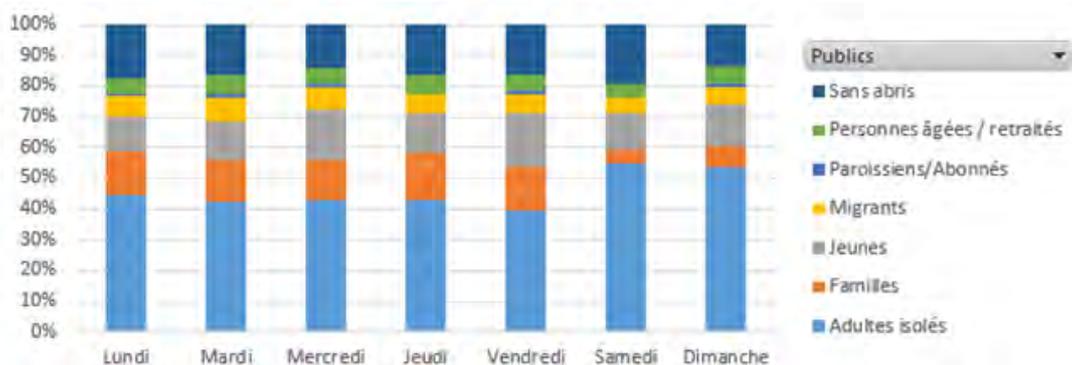
Nous avons récolté 28 réponses au questionnaire (soit 28 projets, parfois portés par la même structure). Les données qui suivent ont été déclarées par les associations lorsque nous les avons contactées. Nous avons retraité quelques-unes dans le but de les harmoniser et de, malgré tout, pouvoir classer et typer les projets.



Sur ces 28 questionnaires, les acteurs du solidaire interrogés sont divers comme le montre ce graphique (épiceries, centre d'hébergement, maraude, table ouverte, accueil de jour...). Tous ont, cependant, un point commun : ils "restaurent"



Les propositions sont assez fluctuantes dans la semaine. En termes de nombre de structures ouvertes ou proposant quelque chose le week-end, nous sommes très limités avec moins de 15 projets, ce qui réduit la couverture géographique.

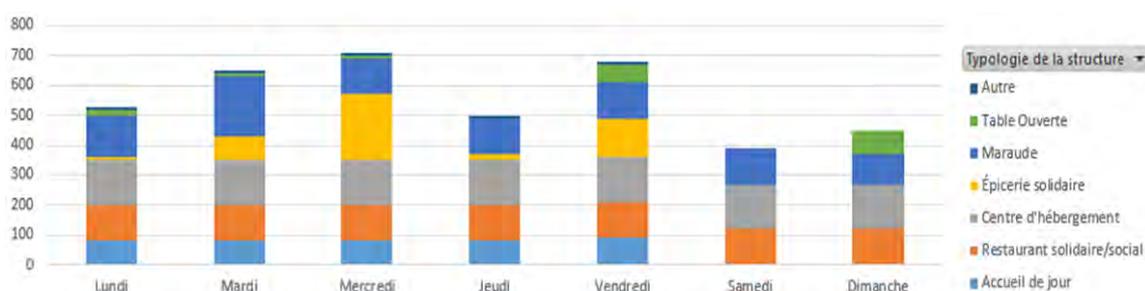


Les associations interrogées nous ont donné leur jour d'ouverture, leur fréquence et le nombre de personnes servies, nous pouvons donc en déduire des données annuelles comme

le montre le tableau qui suit, avec actuellement 144000 portions repas servies pour un potentiel annoncé par les mêmes structures de plus de 190 000. Soit un potentiel de 48 000 portions supplémentaires annuelle (+33%).

	Quantité annuelle repas
Nb de repas servis par an	144 000
Nb de repas potentiels annoncés	192 000
Différence	48 000
<i>Nb de pers. nourries par jour par assoc. en plus</i>	<i>6,40</i>

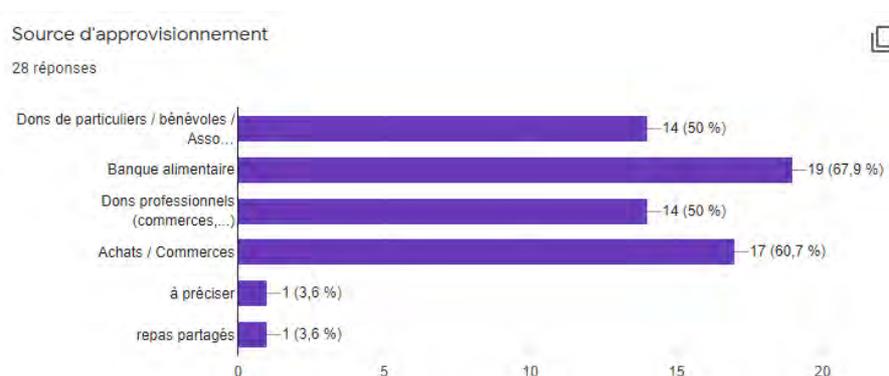
Concernant les structures ouvertes le week-end, le graphique suivant montre bien que le nombre de repas servis diminue le week-end (moyenne durant la semaine de 600 repas/jour à 400 le week-end). Les structures ouvertes étant les centres d'hébergement (qui pourrait proposer les repas aux extérieurs...), les restaurants solidaires, les maraudes et les tables ouvertes.



Parmi les associations interrogées 30% d'entre elles n'ont pas de lieu de stockage.

Globalement, les associations s'approvisionnent auprès de plusieurs sources : la Banque Alimentaire du Var en tête ; l'achat dans le commerce est une forte possibilité également. Viennent ensuite les dons de particuliers ou de professionnels.

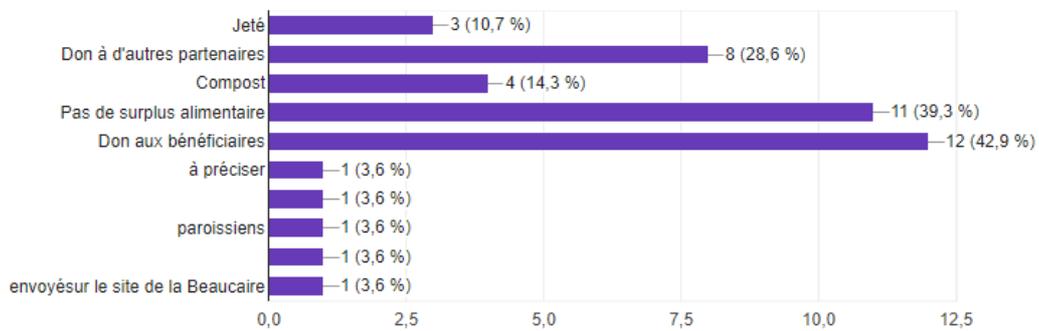
Le stockage du frais et du froid dans des frigidaires et congélateurs concerne la quasi-totalité des acteurs interrogés toutefois certains projets plus petits en envergure (mais pas en solidarité !) n'ont pas de stockage en température basse ou le font chez leurs bénévoles.



A noter que le surplus est jeté de manière très rare. Ce genre de projet est plus porté sur la redistribution aux bénéficiaires ou à d'autres partenaires ; l'issue du compost a la place de la poubelle est à tester à nouveau. Enfin 11 structures annoncent ne pas avoir de surplus (peu à manger ou gestion exemplaire ?).

Surplus alimentaire ?

28 réponses



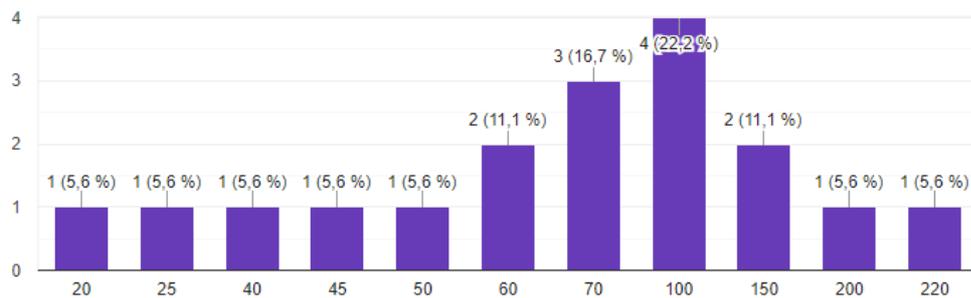
Sur les associations interrogées, 17 annoncent une cuisine de type familial alors que 7 se positionnent comme professionnelles.



Au niveau du service, 17 structures proposent des repas chauds, 11 des repas froids. 19 structures ont une salle. La distribution médiane étant des salles entre 60 et 150m². Enfin, 60% ont une cour extérieure.

Surface approximative (en m2)

18 réponses



En termes d'animation, 60% des structures interrogées disent ne pas faire d'animation particulières.

En conclusion, la campagne de questionnaires a permis de dresser un premier état des lieux. Mais il est nécessaire d'affiner les chiffres dans un second temps. A retenir, nous avons une moyenne de 500 repas par jour avec des acteurs diversifiés autour de la restauration solidaire et peu d'animation.

2/ Les trois ateliers

La matinée a été l'occasion d'échanges autour de trois ateliers :

- **Approvisionnement / Logistique**
- **Confection des repas / hygiène alimentaire,**
- **Animation**

Cette démarche a permis de mieux se connaître, de dégager de nombreuses problématiques et des éléments de réponses ont fait surface.

La nécessité d'une collaboration et d'une coordination dans l'aide alimentaire a fait l'unanimité.

La récente crise sanitaire du COVID-19 a démontré la nécessité et l'efficacité d'un tel dispositif de coordination dans l'élaboration de système d'urgence. Ceci afin d'optimiser et de rendre plus efficace l'aide alimentaire.

En début d'après-midi les remontées des 3 groupes ont été fait en séance plénière. L'intégralité de ces remontées se trouve en annexe.

3/ Un repas convivial pour se restaurer avec les autres

Au vu du thème de la journée, il était difficile de ne pas déjeuner et de se restaurer ensemble. Le repas a été préparé par la cuisine de l'accueil de jour des Amis de Jéricho.

Retour en images plus qu'en mots.

4/ Une table ronde avec 6 experts

Six experts étaient présents :

- **Julie Hermet** fondatrice de « l'Économe », association qui a pour objectif de lutter contre le gaspillage alimentaire. Ils récoltent les fruits et légumes en surplus chez les producteurs et maraichers afin d'en redonner une partie à des associations et l'autre partie est revalorisé en conserve. Cette association comprends aujourd'hui une vingtaine de partenaires.
- **Anne-Sophie DAVOINE** fondatrice des Alchimistes, association qui collecte et valorise les déchets organiques en circuit court en milieu urbain. Ils utilisent un vélo parcourant la ville ainsi qu'un composteur électromécanique prêt du port de Toulon.
- **Martine HERGAT**, Vice-présidente de la Banque Alimentaire du Var qui est en charge des associations, des collectes et de l'insertion.
- **Giovanni Andreini**, ancien responsable de la restauration à Jéricho. Il était chargé de réformer les procédures et « process ».
- **Dr Laurence Palier**, directrice du CODES 83, co-organisateur de la journée
- **Gilles Rebeche**, diacre du diocèse Fréjus-Toulon, sociologue et chef de projet du groupe TABGHA

Il a été proposé un temps d'échange avec l'assemblée durant l'après-midi permettant de revenir sur les ateliers de la matinée et de nourrir la réflexion. Les experts ont pu réagir et donner leurs avis sur les sujets traités. Ils ont aussi répondu aux questions.

L'après-midi a été l'occasion de revenir sur les échanges de la matinée et d'aborder de nombreuses initiatives présentes sur tout le territoire parmi lesquels :

- « **Re-food** » est un organisme qui a vu le jour en 2011 au Portugal intitulé est 100% géré par des bénévoles et indépendants. Sa mission est d'éliminer le gaspillage alimentaire et de mettre un terme à la faim, en impliquant l'ensemble de la communauté pour une cause commune. L'excédent de nourriture provenant des partenaires d'approvisionnement est collecté et stocké dans des conteneurs, et acheminé vers les centres d'opérations de restauration où il est divisé en portions, qui sont distribuées aux personnes de la communauté.
<http://www.refood.lu/fr/rfeu/speciaal/accueil/> ou : <https://www.re-food.org/en> (site original)
- « **Les petites Cantines** » à Lyon a pour objectif de réunir des personnes pour cuisiner et de manger ensemble. La cuisine qui se fait durant la matinée et le repas sont autant d'occasions pour échanger, découvrir des talents, rire, partager, mettre en pratique cette fraternité qui nous unit. C'est aussi ça restaurer l'autre.
<https://www.youtube.com/watch?v=bH0qJ9YrYZk>
- « **Le Recho** » expérience lancée dans le Nord de la France qui vise à restaurer l'autre « "Cuisinons ensemble pour restaurer le monde !" Le RECHO est un projet solidaire mené par des cuisinières professionnelles, qui a pour but de créer du lien et développer le vivre-ensemble par la cuisine. A travers le langage universel, dynamique et inclusif de la cuisine, le RECHO entend rapprocher les populations accueillies et accueillantes afin de restaurer nos sociétés contemporaines. ».
<https://www.lerecho.org/>

Conclusion

Cette première rencontre TABGHA a été l'occasion de rencontres et d'échanges. Le thème de cette journée « Restaurer l'autre » illustre bien les sujets abordés et permet d'entrevoir de nombreuses perspectives : coordination de l'aide alimentaire pour les personnes en précarité, accent mis sur la santé et le bien-être des personnes accueillies, développement du lien social, de la fraternité et du partage ... Les discussions étaient riches et exhaustives si bien qu'il a été difficile d'arrêter les ateliers de la matinée !

Cette journée a mis en exergue le besoin de dialoguer, de se rencontrer afin de faire route ensemble et de ne pas rester « confiné ». Aussi, Gilles Rebeche a-t-il appelé chacun à aller rencontrer sur place les diverses associations. Chaque personne, chaque association a besoin de l'autre, de son expertise et ce projet ne pourra se construire que dans une intelligence collective. Cela passe nécessairement par une écoute bienveillante des besoins des personnes en précarité qui seront intégrés dans la réflexion.

En effet, il est nécessaire d'associer les personnes accueillies à cette démarche afin de développer leur pouvoir d'agir. Cela leur permettra aussi d'exprimer leurs besoins, de proposer aussi des idées innovantes puisque les premiers sur le terrain ce sont eux... D'où le besoin de faire partir la réflexion de leur expérience, leurs idées, leurs ressentis. Ces

perspectives rendront nécessaire l'organisation d'un groupe de travail spécifique avec une méthodologie et des temps de travail adaptés. D'ailleurs, la prochaine rencontre TABGHA se fera avec eux !

Enfin, parmi les perspectives se dessine la création d'un outil numérique : une plateforme permettant la coordination (échanges de contacts, de nourritures, d'informations, de formations, ...).

Nous n'avons pu interroger un grand nombre d'initiatives du territoire de MTPM, mais pour connaître l'ensemble des initiatives viendra avec le temps. Même si vous n'avez pas assisté à cette journée, n'hésitez pas à nous contacter afin de prendre part à cette initiative.

Vous êtes membres d'une épicerie solidaire, d'une maraude, d'une table ouverte, d'un restaurant social, ... ?

Rejoignez l'aventure TABGHA !

Participez à la dynamique

Participez au groupe WhatsApp afin d'optimiser la gestion des denrées et le gaspillage des surplus alimentaires :

tabgha.udv@gmail.com - 04.94.24.45.90



ANNEXES : Retour des 3 ateliers

1/ Ateliers Approvisionnement

Approvisionnement, organisation des déplacements, logistique, coordination, autant de mots reliés à cette thématique. Quels sont les problèmes rencontrés par les associations ? Y-a-t-il des solutions déjà existantes ?

Comment valoriser au mieux nos denrées alimentaires ?

Réduire en amont le gaspillage :

- Travailler en amont les quantités / besoins
Utilisation de « Proxidon » par exemple
Créer une plateforme commune
Mieux évaluer le nb de repas
- Donner aux accueillis ou échanger entre associations, travailler les relations avec les cuisines centrales du territoire.
- Transformer : cf expertise de l'Économiste
Créer ou multiplier les ateliers de cuisine pour redistribuer

Valoriser ce qui reste :

- In situ : création d'un compost, mise en place de poulailler et/ou de lombricomposteur.
- Sous-traiter : par exemple aux Alchimistes qui collectent et valorisent en compost tous les déchets organiques (épluchures, marc de café, viande, poisson, reste d'assiette, coquilles, ...)

Problématique quantités et stocks ?

Stockage : Comment stocker en attente de quantité suffisante ?

Problème des petites structures : Lieu de stock mutualisé ?

Produits en plus :

Redistribution au public : *Doggy-bag* et vente anti-gaspi

Gestion de chaque entité, identification préalable de besoins, contacts directs et instauration de règles

Redistribution à d'autres associations qui en auraient besoin.

Manque de produits :

Solliciter des enseignes pour donner des produits frais et pas seulement des produits proches de la péremption.

Mise en lien avec d'autres structures associatives qui auraient en surplus

Piste à creuser

Il a donc été mis en avant la nécessité d'un lien avec les autres structures via une plateforme d'échange ou de mise en lien avec la limite de « Internet ne règle pas tout ». Par ailleurs, en

renforçant une offre adaptée aux besoins auprès de la banque alimentaire, cela faciliterait la gestion des quantités et des stocks.

Comment bien gérer les quantités adéquates ?

Étape 1 : Connaître les règles

Étape 2 : Proposer base de données qui répertorie les règles et leur application

Étape 3 : Former les équipes de bénévoles aux règles HACCP (idée de mutualiser 1 journée de formation pour toutes les associations)

Étape 4 : Rechercher les financements pour investir dans l'outillage de contrôle des chaînes de froid

Étape 5 : réfléchir à la gestion des alertes envoyées massivement pour le retrait de certains produits

Étape 6 : Analyser les lieux de stockage actuels et leur respect des normes / besoin d'espace plus grand

Étape 7 : Répertorier les moyens existants (camion réfrigéré / congélateurs / frigo) en vue de mutualiser

Étape 8 : Idée de créer un fichier de gestion des stocks avec un responsable de stocks

2/ Ateliers Confection

La confection des repas est reliée à de nombreuses problématiques : santé, respect des normes d'hygiène, manger équilibré, manger varié, faire des repas adaptés ...

Comment respecter les normes d'hygiène alimentaire dans chaque étape de la confection ?

Problématique liée au respect de la chaîne du froid l'été notamment

- Connaître les formations : HACCP, TASA
- Sensibiliser l'ensemble des acteurs
- Entretien des locaux et du matériel
- Repas témoins

Exemple de solution pour respecter l'hygiène en maraudes : fabriquer les plats en cuisine pro (ex : Jéricho) et les distribuer sous vide.

Comment adapter la confection des repas en fonction des différents critères (culture, pathologie, etc...) ?

- Faire avec (ensemble)
- Budgétisation
- Organisation
- Rester simple
- Proposer aux personnes le choix des menus

Problématique de la coordination des propositions alimentaires

- Se connaître par la rencontre, les échanges, le partage
- Plus de partenariat
- Coordonner
- Savoir comment solliciter et fonctionner ensemble = Communication
- Avoir une structure centrale = Outil informatique, gestion des stocks

Comment faire pour que les personnes mangent mieux ?

- Faire ensemble (avec)
- Ateliers / Animation à thèmes

Lors de ces échanges, un mot d'ordre est ressorti : faire simple et cela fonctionne bien !

3/ Ateliers Animation

D'après les résultats du questionnaire, près de 61% des structures ne proposent pas d'animations. Mais comment animer nos espaces ? Quels sont les problématiques associées ? Des solutions ? Des idées ?

Comment animer un atelier en fonction du lieu (épicerie / accueil de jour / maraude) ?

Epicerie

La technique des ateliers c'est pratique !

Atelier cuisine

Atelier santé / atelier à partir des aliments disponibles

Atelier d'échanges

Atelier thématique

Mise en place d'un potager

Accueil de jour

Atelier cuisine

Atelier santé

Atelier thématique

Maraude

Il est plus difficile de mettre en place de l'animation dans le cadre de maraudes.

La fidélisation des accueillis peut-être source de liens privilégiés, d'amitiés. De vrai lieu d'écoute et d'échanges.

Un des outils peut-être de parler de soi avant que l'accueilli parle de lui (par ex. sur leur culture culinaire, ...)

Comment démarrer et mettre en place une démarche participative dans l'animation ?

- Impliquer les personnes / donner une place ou un rôle dans l'animation
- Implication des pairs (ex : Co-construire en amont avec un participant)

C'est par ce biais que la personne pourra se découvrir elle-même, que l'on pourra « découvrir l'autre ».

- Démarche d'inscription : Mettre en place des inscriptions pour ceux qui veulent participer ou organiser quelque chose.
- Repérer des personnes ressource à impliquer
- Faire en fonction des ressources de chacun

Comment valoriser la personne dans un atelier ?

- Favoriser l'expression
 - Participation de tous, selon les possibilités de chacun
 - Demander de l'aide / un service / rendre utile la personne
 - Repérer les personnes exclues ou en retrait dans le groupe pour aller vers elles en priorité
 - Repérer les compétences et les valoriser
 - Repérer leur culture culinaire et échanger avec eux dessus
 - Travailler les compétences psychosociales (ex : estime de soi, faire émerger le ressenti)
 - Observer les individus dans le groupe
- Dans tous les cas, l'écoute est primordiale.

Comment s'adapter à la temporalité ?

Pas de temporalité de rue (style maraude)

Disponibilité des aidants à « l'instant T »

Rythmer les événements « positifs »

Découper l'atelier en sous-ateliers pour permettre à celui ou celle qui arrive plus tard ou part avant d'adhérer quand même.

Connaître son public = adapter le moment de l'animation

Prévoir un déroulé chronologique de l'animation

Observer, comprendre réciproquement la temporalité de chacun

Quels sont les prérequis / compétences de l'animateur ?

Non jugement

Respect

Écoute, bienveillance

Interaction

Relation équitable

Posture

Construction d'un déroulé = méthodologie d'animation

Renvoyer la parole au groupe

Formation des animateurs / Mises en situation

Repérer les différentes personnalités dans le groupe

Envie

Motivation

En lien avec des professionnels (diet, CESF, ...) ou d'autres structures d'aide alimentaire

Comment accrocher / mobiliser / faire adhérer le public ?

Créer la surprise

La rencontre, qualité de l'accueil

Adhésion au cadre (présenter le cadre de la structure) : l'expliquer et le présenter

Faire participer au fonctionnement (réunion, rassemblement)

Communication : comment ? quels outils ?

Animations ponctuelles

RIRE et SOURIRE

Comment identifier les attentes du public ?

En observant

En échangeant dans les ateliers

Entre curieux de l'autre = pour mieux connaître

Prévoir le recueil des attentes / les outils (questionnaire, entretien, boîte à idées, échange informel, technique d'animation au début d'un atelier...)

Quelques idées pour aller plus loin :

- Les formations : TASA (Tous Acteurs de la Sécurité Alimentaire) et CASA (Comment Améliorer la Sécurité des Aliments ?) assurées par la Banque Alimentaire
- Idée de mise en place de procédures écrites et facilement appropriables par les bénévoles. (Normes, budget, matériel)
- Ateliers d'intelligence collective ?