



La gazette des Nouvelles Solidarités Alimentaires pour la Démocratie

Béatrice Maurines, Albane Berneuil-Fouiller, Lucas Sanhueza

► To cite this version:

Béatrice Maurines, Albane Berneuil-Fouiller, Lucas Sanhueza. La gazette des Nouvelles Solidarités Alimentaires pour la Démocratie. 2023. hal-04732578

HAL Id: hal-04732578

<https://hal.science/hal-04732578v1>

Submitted on 11 Oct 2024

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



HAL Authorization



La gazette des Nouvelles Solidarités Alimentaires pour la Démocratie

- Quartier des Brosses
à Villeurbanne -



Cette recherche donne suite au projet FILAP (Filière Alimentaire de Proximité), mené entre 2019-2021 dont les idées ont germé à Vaulx-en-Velin. Elle est financée par la Fondation de France et la Fondation Carasso, avec la participation de la Fondation Isara (2023-2024).

[illegible]

— université
— lumière
— LYON 2

 Centre
Mog Weber

Fondation
de
France

Nous remercions chaleureusement tous les participants et participantes des ateliers « Nouvelles Solidarités Alimentaires pour la Démocratie » pour le quartier des Brosses à Villeurbanne :

Les habitants et habitantes : Catherine, Isabelle, Josiane, Ilham, Bénédicte, Mireille, Petra, Zineb, Faiez, André, Colette, Farida, Khadija.

Les structures qui ont accueilli et accompagné les ateliers : La Maison Sociale Cyprian-Les-Brosses, La Maison de Quartier des Brosses à Villeurbanne ;

Les intervenants et intervenantes associatifs :

- Association 3D/Au four et au Moulin : Khadija Perut
- Ireps : Amélie Chaperon
- Légum'au logis : Camille Crini, Marine Unanué et Marilou Bournay
- Passe-jardins : Paola Baril
- Récup&Gamelles : Lucas Bodet
- Secours Catholique : Violaine Martin
- VRAC Lyon Métropole et Territoires à VivreS Grand Lyon : Léa Thévenot, Gabrielle de Dianous



La recherche-action

Nouvelles Solidarités Alimentaires pour la Démocratie

L'objectif : Contribuer à l'accès de groupes sociaux défavorisés à une alimentation saine et durable, en expérimentant une nouvelle forme de lien entre agriculture et alimentation dans les quartiers populaires. Ce projet situé dans le quartier des Brosses à Villeurbanne fait suite à une recherche-action entreprise sur Vaulx-en-Velin : le projet FILAP (Filière Alimentaire de Proximité), et part d'un constat général partagé à la fois par les habitants et habitantes, les acteurs et actrices publics et les associations : les Quartiers en Politique de la Ville sont peu dotés de lieux d'approvisionnement alimentaires, ceux-ci offrent une alimentation de faible qualité, peu diversifiée, nutritionnellement insatisfaisante et elle ne correspond pas nécessairement à leurs goûts ou à leurs cultures alimentaires. On s'intéresse alors ici à réparer ces injustices alimentaires :

Comment faire pour que tous et toutes puissent consommer des aliments pour un bien manger individuel et collectif tout en respectant la terre nourricière, les producteurs et les consommateurs ?

Comment la mobilisation conjointe des acteurs (habitant.es, élus, associations, producteurs) peut-elle permettre la mise en œuvre de projets alimentaires viables pour les quartiers populaires ?

Pour cela, la recherche-action mobilise à la fois des habitants et habitantes et des structures associatives de l'action sociale, de la sensibilisation et de l'accessibilité à une alimentation de qualité et durable.

Déroulement de la recherche-action

1- Le projet a démarré au printemps 2022 via la réalisation d'un double diagnostic territorial : Un premier effectué par Albane Berneuil Fouiller, en stage à la mairie de Villeurbanne pendant 6 mois, auprès des habitants et habitantes à faibles revenus du quartier pour renseigner leurs pratiques, attentes et besoins alimentaires. Un second mené par Béatrice Maurines sur les associations a permis de repérer les actions locales existantes, de saisir leurs difficultés à travailler « sur » et « avec » les publics précaires et à créer une dynamique de changement collective.

2- De l'hiver 2022 à l'automne 2023, le projet NSAD a engagé un travail de mobilisation citoyenne sur les questions d'alimentation en favorisant la rencontre entre habitants et habitantes et associations du territoire pour réfléchir sur la mise en œuvre d'un projet co-porté pour le quartier. Cette recherche collaborative vise l'acquisition de nouvelles connaissances pour tous et toutes et la découverte d'expérimentations dans la Métropole qui marchent, véritables sources d'inspiration pour réfléchir à ce qui pourrait advenir avec la mobilisation citoyenne pour la démocratie alimentaire dans le quartier.

Qu'est-ce que la Démocratie alimentaire ?

La démocratie alimentaire interroge la manière dont le système alimentaire - production, transformation, distribution, consommation - répond ou non à des enjeux de justice sociale et environnementale. Elle est la revendication des citoyens et de collectifs d'acteurs à reprendre le pouvoir sur la façon d'accéder à l'alimentation, en la reconnectant à une agriculture de qualité. Elle prend acte de la capacité individuelle et collective à redéfinir les contours de ce système et à dépasser l'opposition classique entre mondes urbain et rural et à associer une pluralité d'acteurs (élus, techniciens, associations, paysans, consommateurs) pour la faire advenir (Maurines, 2019).

Elle s'incarne dans des réponses de la vie ordinaire des citoyens et repose sur l'articulation systémique du système alimentaire, de la fonction de l'alimentation qui n'est pas seulement biologique mais aussi sociale (être ensemble et se reconnaître dans une égale « citoyenneté alimentaire »), identitaire (liée à l'appartenance à une famille, une culture, une communauté, etc.) et hédonique (Paturel et Ndiaye, 2020).



Sommaire

Des ateliers de mobilisation habitante et associative pour une alimentation de qualité

Atelier 1 - Comment mieux manger dans le quartier des Brosses ? (page 6-7)

Rendre compte du diagnostic territorial, présenter la poursuite de la recherche-action aux habitants et habitantes et aux associations et organiser les ateliers.

Atelier 2 - Qu'est-ce que la qualité alimentaire ? (page 8-9)

Travailler à la compréhension/acceptation des différences (culturelles/sociales/économiques) des pratiques et représentations alimentaires
Avec l'IREPS (Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé)

Atelier 3 - Constater les difficultés alimentaires pour les dépasser (page 10-11)

Qu'est-ce que se « nourrir » pour les habitants et habitantes : développer une approche réflexive sur les pratiques alimentaires.

Avec la présentation du Secours Catholique de l' « Atelier Cuisinons ensemble » et de la démarche « Territoires à Vivre(s) » à St-Fons et Lyon 8ème.

Atelier 4 - Faire ses courses quand on vit aux Brosses. Comment faisait-on par le passé, que voulons-nous aujourd'hui ? (page 12-17)

Identifier les endroits où l'on s'approvisionne -dans et hors du quartier- pour mettre en lumière les besoins du territoire.

Atelier 5 - La démocratie alimentaire en action, acte 1 : enquête exclusive, la filière alimentaire à la loupe (page 18-19)

Quel chemin parcourent les produits avant d'atterrir dans notre assiette ? Qu'est-ce qu'un circuit-court?

Comment sont définis les prix des produits ?

Avec Légum'au logis

Atelier 6 - La démocratie alimentaire en action, acte 2 : un jardin nourricier au fil des saisons (page 20-21)

Enquête avec le Passe-Jardins : de la graine à l'assiette au jardin social de l'Envol à Vénissieux

Atelier 7 - La démocratie alimentaire en action, acte 3 : la Maison Engagée et Solidaire de l'Alimentation, Lyon 8ème (page 22-23)

Rencontre-déjeuner avec des acteurs du projet de la MESA (Récup&Gamelles et Vrac)

Atelier 8 - La démocratie alimentaire en action, acte 4 : Au Four et au Moulin, un projet d'épicerie sociale et solidaire aux Brosses (page 24-25)

Avec la porteuse de projet et future coordinatrice du lieu.

Et retour sur les ateliers et pistes à suivre : des étapes franchies mais à systématiser pour une dynamique participative élargie. (page 26)



Atelier 1 : Comment mieux manger dans le quartier des Brosses ?

Pour ce premier atelier il était question de se rencontrer autour de la restitution du diagnostic effectué dans le quartier afin de démarrer le cycle d'ateliers. Il a réuni à la Maison Sociale plusieurs habitants et habitantes, les responsables du Territoires zéro chômeur de Longue Durée et de la Maison de quartier des Brosses ainsi que les représentantes de six associations qui œuvrent déjà dans le quartier *Légum' au logis*, *les 3D* ou dans la métropole lyonnaise *Vrac*, *Territoires A VivreS*, *le Secours Catholique* et *le Passe-Jardins*.

Le quartier des Brosses, situé à la périphérie Est de Villeurbanne représente 5% de la population villeurbannaise soit 7 099 habitants et habitantes. Concentrant des difficultés socioéconomiques plus élevées que dans le reste de la ville : une part importante de familles monoparentales, un taux de chômage à 22% et un taux de pauvreté à 33%, « Les Brosses » est un Quartier Prioritaire de la Politique de la Ville. Cette politique instaurée à la fin des années 1970 consiste dans un ensemble d'actions visant à réduire les inégalités et améliorer les conditions de vie dans les quartiers dits défavorisés.



Associé à ces constats socioéconomiques, les quartiers comme les Brosses ont, en comparaison à d'autres, un paysage alimentaire qui rend difficile l'accès à une alimentation de qualité et durable (cf. encadré : **Paysage alimentaire**). Les ménages à faible revenus du quartier des Brosses rencontrent ainsi de multiples obstacles pour s'alimenter.

Deux types de barrières en sont principalement la cause :

- 1) *Une barrière matérielle*. Elle se décline en deux aspects : géographique d'abord avec une faible densité commerciale, un éloignement des commerces de produits de qualité et l'inadéquation aux habitudes et besoins alimentaires ; économique ensuite, de faibles revenus impliquant d'adopter des stratégies d'approvisionnement très contraintes (nécessité de recourir à l'aide alimentaire, d'effectuer un travail de comparaison des prix, de ne pas avoir accès aux produits de qualité désirés, ...).
- 2) *Une barrière symbolique*. Elle est liée aux représentations et habitudes alimentaires que chaque personne a acquises au cours de sa vie et qui sont différentes en fonction de sa position sociale et de sa culture alimentaire. Ces représentations qui sont plus ou moins en adéquation avec les principes de l'alimentation de qualité et durable (approvisionnement en produits biologiques, locaux, en circuit-court, réduisant la consommation de viande, ...) favorisent ou non l'adoption de pratiques alimentaires qui vont dans ce sens. (cf. encadré : **la qualité alimentaire vue par la sociologie**)

Mais si le quartier des Brosses concentre des difficultés autour de l'alimentation il n'est pas exempt de *ressources individuelles et collectives* pour les réduire. Des acteurs associatifs et publics et des collectifs habitants impliqués ont ainsi créé des espaces de rencontres et de réflexions autour de l'alimentation pour améliorer l'accessibilité alimentaire dans le quartier (ateliers de cuisine, jardins partagés, ...)

Cet état des lieux de l'alimentation exposé par Albane a été le support aux échanges de points de vue sur l'alimentation dans le quartier par les personnes présentes : désertification commerciale, inadéquation des commerces restants aux besoins alimentaires, etc.

« Le constat est le même pour tout le monde, c'est à dire qu'on n'a pas ce qu'il faut dans le quartier quoi. »

« Comment on lie les revenus des gens et l'alimentation de qualité ? Celle-ci a souvent un coût et les agriculteurs en bio ils veulent avoir un revenu correct »

Face aux constats faits par le collectif, Béatrice a présenté le travail du monde associatif et de la recherche autour des questions d'accessibilité à une alimentation de qualité dans le cadre d'une démocratisation de l'alimentation dans la Métropole lyonnaise. Ce qui a également suscité des échanges.

« Je trouve que c'est intéressant cette mise en lien des différents acteurs du quartier pour vraiment qu'on ait une politique commune d'alimentation parce que c'est à plusieurs qu'on peut vraiment faire bouger les choses et sensibiliser. »

Les associations présentes ont pu illustrer et compléter ces propos à travers la présentation de leurs démarches dans la Métropole et dans le quartier des Brosses.

« C'est important de relire l'histoire du quartier sur la question alimentaire et d'en faire une force et pas une opposition. Au Secours Catholique quand on a des réflexions sur la démocratie, de comment on fait ensemble une meilleure alimentation pour tous, on l'aborde dans sa complexité ethnique, environnementale, et budgétaire. »

La présentation de ces actions a suscité **plusieurs envies** qui ont orienté la suite des ateliers NSAD : **visiter des expérimentations associatives** qui marchent, **discuter autour des différences** d'habitudes alimentaires de chacun et chacune, etc.



Atelier 2 : La qualité alimentaire : qu'est-ce que c'est ?

Quand on parle d'accès à une alimentation de « qualité » il est d'abord nécessaire de définir ce que chaque personne entend par « qualité alimentaire » cette définition pouvant diverger.

A partir de photographies d'aliments, chaque personne est invitée à partager ce que représente pour elle la « bonne » et « mauvaise » qualité des aliments et à donner les raisons de son choix. Toutes les personnes ont partagé leurs connaissances des enjeux de l'alimentation pour la santé et les aliments à privilégier ou à éviter selon les recommandations nutritionnelles en vigueur.



« J'ai choisi cette photo [pour représenter la qualité] parce qu'il y a des fruits et légumes. Je pense que c'est ce qu'il faut favoriser pour une bonne alimentation je suppose, des légumes de saison surtout. »

S'il y a des divergences sur la consommation de viande et de produits surgelés, ou sur l'intérêt de l'alimentation biologique, le collectif s'accorde sur la définition d'une qualité idéale qui serait une alimentation locale, de saison, qui peut être biologique, équilibrée et variée, qui évite le sucre, les produits transformés, le suremballage plastique et le gaspillage, qui réduit la consommation de viande et privilégie les fruits et légumes.

Si les échanges sur les représentations sont nécessaires, il semble important de revenir sur l'identification de la qualité nutritionnelle des produits alimentaires.

En effet, le collectif a partagé ses difficultés à s'y retrouver dans l'achat des produits alimentaires afin d'atteindre la qualité idéale.

C'est écrit tellement petit sur les étiquettes, j'ai du mal à lire et si j'ai le malheur d'avoir oublié mes lunettes c'est impossible. Et puis je manque de temps aussi, quand on va faire les courses c'est rapide.

Tout n'est pas mauvais dans le bio et tout n'est pas bon dans le bio non plus, mais est ce qu'on nous enfume pas en nous disant que c'est du bio et qu'en fait ça n'en est pas ? Comment on peut être sûre que c'est réellement du bio ?

Pour que ce soit plus simple, le collectif estime qu'il serait nécessaire d'avoir des outils de comparaison ou des labels plus clairs et simples à lire pour s'y retrouver. Mais il ne faut pas oublier que le plaisir alimentaire est aussi important et la qualité idéale ne peut pas toujours être respectée : il faut savoir se faire plaisir !

Amélie de l'association IREPS (Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé) est donc intervenue tout au long de l'atelier pour donner des clefs de lectures pour identifier les informations nutritionnelles importantes sur les emballages et les comprendre. Voici quelques-uns de ses conseils :



- * Utiliser le Nutriscore pour comparer des produits ultra-transformés (deux paquets de cookies). Il ne sert pas pour les produits bruts comme la matière grasse ou le fromage qui seront toujours mal notés.
- * Lire la liste des ingrédients d'un produit transformé, privilégier une liste d'ingrédients la plus courte possible, avec des noms d'ingrédients que l'on comprend et connaît.
- * Faire attention à distinguer les logos de marketing alimentaire des labels certifiés qui respectent un cahier des charges précis et sont soumis à des contrôles.

Les différents labels donnent la certitude que le produit :

- est issu de l'agriculture biologique : AB, EuroFeuille, Nature et Progrès, Déméter, ...
- est issu d'un savoir-faire artisanal : Appellation d'origine protégée, Appellation d'origine contrôlée, Label Rouge, ...
- est produit éthiquement : Producteurs Paysans, FairTrade Max Haavelar, Fair for Life, ...

La qualité alimentaire vue par la sociologie

La définition de la qualité alimentaire évolue au cours du temps et elle n'est pas identique pour tous et toutes. Si de 1945 à 1980 les critères utilisés pour juger de la qualité d'un produit alimentaire étaient principalement : la sécurité alimentaire (ne pas tomber malade), un goût plaisant, un apport nutritionnel suffisant et la praticité d'utilisation du produit. Dès 1980, à la suite des controverses et des critiques de l'agro-industrie, la qualité d'un produit est jugée avec plus de critères : la protection de l'environnement et de la biodiversité, le bien-être animal, la solidarité avec les producteurs et la transparence sur l'origine et la composition des produits (Birlouez, 2019).

Ces critères de qualité ne sont cependant pas partagés par tout le monde ni considérés dans le même ordre de priorité en raison du contexte social, culturel et économique de chaque personne. Pour certaines personnes ce sera la fraîcheur du produit, son goût, et surtout la cuisine faite maison qui représenteront la qualité alimentaire. Ces critères mobilisent les sens (vue, goût, odorat) pour juger de la qualité qui sera principalement gustative (bon goût) et sanitaire (ne pas tomber malade), et qui ne se réfèrent donc pas à des labellisations éthiques, biologiques ou sur la provenance géographique des produits. Cela implique par exemple d'acheter sa viande au marché où elle sera jugée fraîche et saine plutôt qu'au supermarché, mais pas forcément de rechercher un label biologique ou une information sur les modalités d'élevage (Berneuil-Fouiller, 2022).



Atelier 3 : Constater les difficultés alimentaires pour les dépasser

Cet atelier est basé sur la lecture de témoignages marquants d'habitants et habitantes du quartier sur différentes thématiques liées aux contraintes alimentaires.

Il existe une diversité de contraintes que l'on peut rencontrer pour se nourrir, soi et sa famille, au cours de sa vie. Quatre questions thématiques invitent le collectif à partager ses expériences.

1. Faites-vous la cuisine ? Est-ce que c'est difficile de toujours cuisiner ?

Moi je trouve que quand on travaille c'est plus compliqué de faire à manger parce qu'on a fait notre journée et après le soir, on a envie un peu de se reposer. Quand on est à la retraite c'est plus simple on a plus le temps et plus d'enfants à charge.

Quand on aime la cuisine, qu'on a baigné dedans enfant, c'est vrai que c'est un plaisir, mais ce n'est pas la peine que je me tape tout le boulot aussi : le rangement, laver la vaisselle... il faut que les enfants participent.

2. Que pensez-vous de l'aide alimentaire ? Si tout était possible que souhaiteriez-vous en matière d'aide alimentaire ?

Je trouve que c'est plus du gâchis que de l'aide. Si on ne donne pas accès à une bonne hygiène alimentaire alors moi je n'appelle pas ça de l'aide.

Ce qui est inadmissible aujourd'hui c'est qu'il y a des gens qui ne puissent pas se nourrir donc heureusement qu'il y a de l'aide alimentaire. Mais ça reste absolument anormal, que des gens soient obligés d'y aller.

3. Est-ce qu'il vous est déjà arrivé de vous sentir contraint d'acheter des aliments pour faire plaisir à vos enfants ?

Quand je faisais les courses pour la semaine je n'emmenais pas mes enfants, pour pas qu'ils disent « je veux ça » à tout bout de champ.

Ce week-end j'ai eu mes petits-enfants et en arrivant pour le petit déjeuner ils m'ont dit : « Ah mamie, tu n'as pas acheté du Nutella et des céréales ? » Alors j'ai dit : « Ben non, je n'y avais pas forcément pensé ». Et bah dans le quart d'heure, ma fille était partie faire des courses et elle est revenue avec du Nutella et des céréales.

4. Est-ce que vous avez déjà été contraint de changer certaines de vos habitudes alimentaires après avoir changé de lieu d'habitation ? Que pensez-vous de vos nouvelles habitudes ?

Moi ce qui a fait changer ma façon de m'alimenter, c'est le fait que le marché du quartier disparaisse.

Moi je suis originaire du Maroc et il y a des habitudes qui ont changé quand je suis arrivée en France. Par exemple, quand on voulait acheter de la viande, c'était chez le fermier d'à côté donc on connaissait la provenance. Là on va dans les supermarchés ou chez les bouchers mais on n'a pas cette fraîcheur et cette certitude d'origine, ça me manque.



« Cuisinons ensemble » du Secours Catholique et Territoires à VivreS Grand Lyon – présentent au collectif leurs projets pour remédier à ces contraintes et à la précarité alimentaire qui en découle.



Nous au Secours Catholique depuis quelques années on dénonce le fonctionnement du système de l'aide alimentaire. Au Secours Catholique sur le Rhône on a donc développé les « chèques services » pour que les personnes puissent acheter dans les supermarchés plutôt que de ne recevoir que des colis alimentaires. Mais cela reste insatisfaisant, alors on a mis en place des actions collectives appelées « Cuisinons Ensemble » dans laquelle on propose aux personnes qui font l'expérience de la pauvreté de venir cuisiner et de se questionner ensemble sur l'alimentation dans le territoire où on vit et les solutions pour l'améliorer. A partir des discussions, on monte ensemble un projet « La Marmite des habitants dans tous ces états », un document vidéo où l'on parle de démocratie alimentaire.

Violaine

C'est aussi ce qu'on fait avec Territoires à Vivre(s) Grand Lyon qui est un projet de cinq structures apparu au moment du Covid. Il réunit le Secours Catholique, VRAC, l'Union Nationale des Groupements des Epicerie Sociale et Solidaires, le Civam et les jardins de Cocagne qui se sont associés en se disant : face aux limites de l'aide alimentaire, on veut trouver d'autres façons de faire pour favoriser un accès digne à une alimentation de qualité pour toutes et tous. Nous défendons un droit à l'alimentation durable qui prend en compte les dimensions sociale, culturelle, de santé et de plaisir de l'alimentation. Pour y parvenir, il faut que les prix soient accessibles et qu'il y ait une offre alimentaire de qualité dans tous les bassins de vie. Mais il faut aussi garantir aux producteurs et productrices des conditions de travail dignes et préserver l'environnement.

Léa



La précarité alimentaire

Une personne est en situation de précarité alimentaire lorsque son alimentation est **quantitativement et qualitativement inadéquate**, c'est-à-dire qu'elle ne répond ni à ses besoins nutritionnels, ni à ses préférences alimentaires.

Depuis les années 1980, la lutte contre la précarité alimentaire est majoritairement menée par les associations caritatives sous forme d' **aide alimentaire gratuite**. D'abord pensée comme une réponse à une situation d'urgence en contexte de crise économique, l'aide alimentaire a fini par s'institutionnaliser face à un nombre croissant de personnes (étudiant.es, mères célibataires, retraité.es, ...) vivant la précarité alimentaire : de 2,6 millions de personnes en 2006 à **7,9 millions pendant et après la crise du covid-19** (Bonzi, 2023).

Les personnes en situation de précarité alimentaire n'ont souvent pas d'autre solution que le recours à l'aide alimentaire proposant des colis ou repas gratuits ce qui entraîne **stigmatisation, culpabilité et exclusion**. Elles sont également plus sujettes aux **problèmes de malnutrition et de santé** à cause d'une alimentation peu variée et ultra-transformée qui ne correspond pas à leurs envies et besoins alimentaires.

Atelier 4 : Faire ses courses quand on vit aux Brosses

Après avoir travaillé sur les pratiques et représentations alimentaires, nous échangeons sur les pratiques d'approvisionnement en rapport avec le paysage alimentaire du quartier (cf. encadré : paysage alimentaire).

Cet atelier porte sur l'identification, sur des cartes, des lieux d'approvisionnement pour l'achat des ingrédients d'une **recette** que les participants et participantes aiment cuisiner. Les cartes de la métropole (carte 1) et celle du quartier (carte 2) visent à comprendre les critères de choix de ces lieux.

Qu'est-ce que le Paysage Alimentaire ?

Les paysages alimentaires rassemblent les **lieux géographiques** qui permettent l'approvisionnement alimentaire des habitants et habitantes d'un territoire donné : marchés, restaurants, petits commerces de proximité, points de vente, hyper et supermarchés. Les liens qu'ils et elles entretiennent avec leur paysage alimentaire sont de nature multidimensionnelle. Ces habitants et habitantes, ne cherchent pas exclusivement la praticité ou la proximité des commerces alimentaires. Ils et elles valorisent des **dimensions environnementales, économiques, sociales et culturelles** dans leurs choix. Les politiques d'aménagement de l'espace devraient en tenir compte.





Où fait-on ses courses ?

Faire mes courses pour une de mes recettes préférées



La carte ci-dessus synthétise tous les lieux d'approvisionnement mentionnés par le collectif pour acheter les ingrédients nécessaires à la réalisation de leur **recette**. On peut déjà remarquer qu'aucune personne n'achète ses ingrédients dans le **quartier des Brosses**.

On peut ensuite voir que : les personnes se rendent dans plusieurs **supermarchés de Villeurbanne et de Bron** ; d'autres personnes vont aux **marchés de Bron et de Vaulx-en-Velin** ; alors que d'autres encore se rendent en **magasin biologique** et une seule personne s'approvisionne auprès d'une **association en circuits courts**.

La Soupe de courgette de Khadija : Courgette, Persil, Coriandre, Céleri, Epinard, Oignon, Ail, Huile d'olive

[Je vais au marché de Bron pour acheter mes légumes, ça me fait marcher, ça me fait sortir du quartier]. Et puis il y a la conversation, il y a la disponibilité. On papote un peu quoi parce qu'on se connaît depuis des années [avec les commerçants]

La Pâte à crêpes de Catherine : Œuf, Farine, Lait, Sel

Les œufs en général je les achète pas parce que j'ai une fille qui habite à la campagne et qui m'en amène de la ferme. Et je n'achète pas les fruits non plus pour faire mes confitures. Je les ramasse chez des personnes que je connais et qui ne veulent pas les ramasser ou dans la famille.

Les Tomates farcies et riz au four d'Isabelle : Tomate, Viande de veau haché, Chaire à saucisse, Riz, œuf, Thym, Persil, Ail, Oignon

Mes courses je les fais sur Internet pour deux semaines et je me fais livrer parce que je me déplace très difficilement. La livraison est gratuite et les livreurs sont charmants.

Les Tomates à la provençales d'André : Tomate, Œuf, Ail, Persil, Huile d'olive

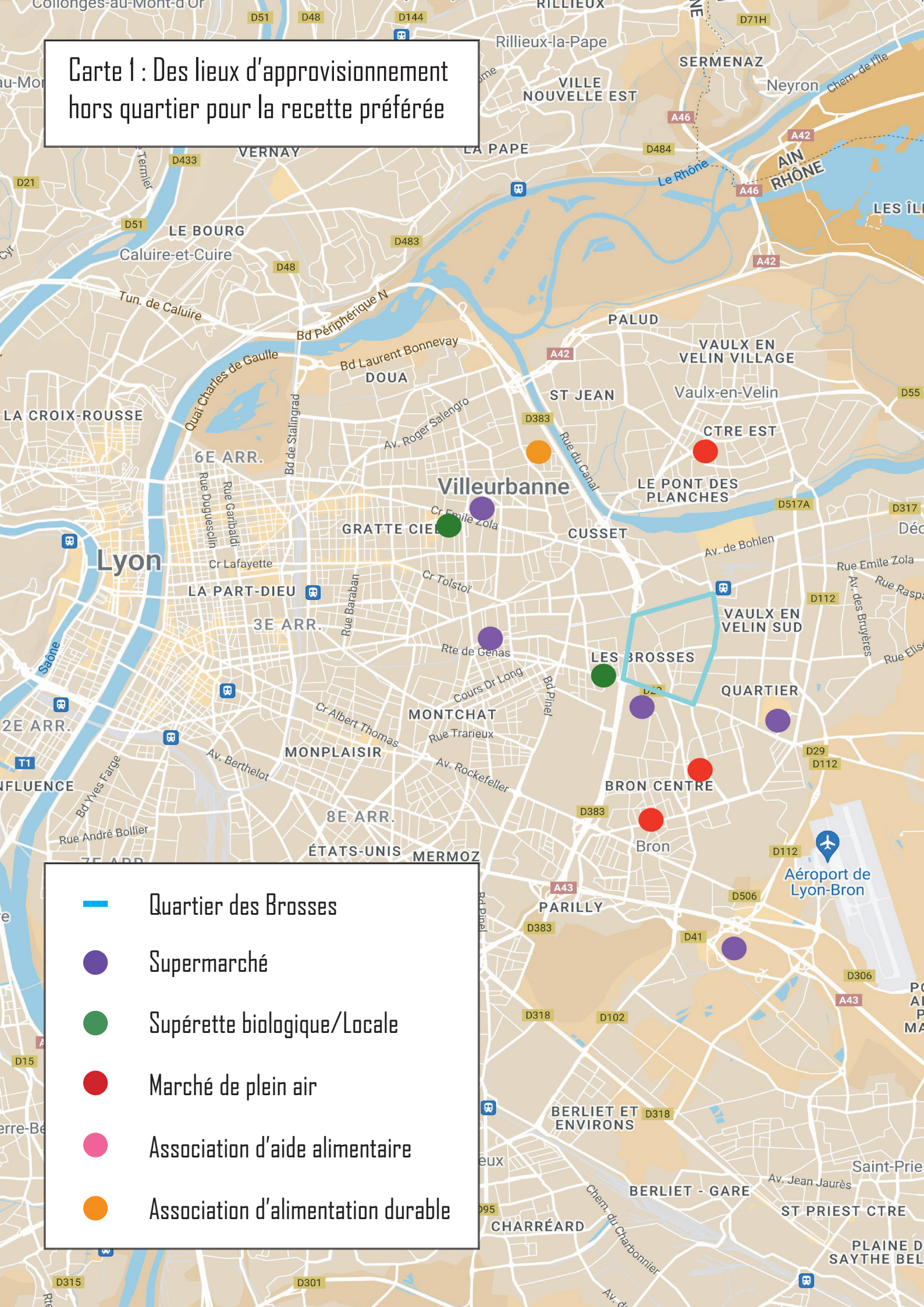
Maintenant je suis à 95 % à vélo. Il y avait une époque où je faisais des grosses courses au même endroit et je prenais la voiture. Maintenant je jongle avec la Vie Claire, Légum'au logis et le supermarché et avec le vélo j'achète ce que je veux en flux tendus, comme ça, ça étale la somme d'argent que j'utilise dans le temps.

Le Couscous de Zineb : Viande, Courgette, Pois chiche, Navet, Tomate, Tomate concentrée, Semoule

Moi la viande, je l'achète au marché de Vaulx-en-Velin où j'allais avant de déménager aux Brosses. Je trouve que c'est plus frais au marché qu'à la boucherie. Je fais un tour du marché quand j'arrive, je cherche le moins cher et le plus frais.



Carte 1 : Des lieux d'approvisionnement hors quartier pour la recette préférée



Dans les commerces du quartier, quels sont ceux qui sont fréquentés ?

Sur cette deuxième carte qui recense tous les commerces du quartier des Brosses (en mai 2022), les lieux fréquentés de manière occasionnelle par le collectif sont représentés par une croix. Ceux n'ayant pas de croix ne sont utilisés par personne. Deux épiceries, deux boulangeries, un jardin familial, un supermarché, un Fast Food et Légum'au logis sont donc fréquentés par au moins une personne.



Quelques commentaires du collectif sur les commerces du quartier :

« Dans le temps, il y avait énormément de magasins dans le quartier. On avait à peu près de toutes les sortes de magasins alimentaires, droguerie, vêtements, tout ça. Sauf que ces commerces ont fermé les uns après les autres avec l'arrivée des grandes surfaces parce qu'elles avaient des prix plus compétitifs, alors les personnes ne vont dans les magasins de quartier plus que pour se dépanner. »

« Moi ça me gêne pas du tout hein, mais bon, on ne peut manger qu'halal, on ne peut pas trouver de charcuterie. »

« On n'a pas de boulangerie, ce sont des dépôts de pain. »

« On est passé d'un marché qui prenait toute la place de la Paix à cinq commerçants. »

« C'est vrai que le marché est petit, mais on a un super boucher qui est de qualité vraiment. »

« Le Food truck, pour la pause de midi, c'est un jeune très sympathique et qui fait tout maison. La viande est bonne et les frites je n'en n'ai jamais goûté d'aussi bonnes. »



Des Constats sur les modes d'approvisionnement

A partir de la carte de la Métropole, on se rend compte que le collectif s'approvisionne hors du quartier pour faire ses courses et ce principalement dans l'Est Lyonnais. Il fréquente principalement les grandes surfaces pour les produits secs que l'on peut stocker et les marchés pour les produits frais (viande, légumes).

Les critères de choix les plus mentionnés sont l'habitude (on a vécu à côté, par exemple) qui permet parfois d'avoir des relations commerciales agréables (geste commercial, conseils), la recherche des bas prix, la qualité perçue, la possibilité de s'y rendre à pied, à vélo, en transports en commun et de ne pas prendre la voiture.

Il ne faut pas oublier certaines manières de s'approvisionner moins fréquentes mais qui ont été mentionnées comme la livraison à domicile, l'import de produits de son pays d'origine, ou les échanges entre connaissances.

La carte du quartier des Brosses illustre la fréquentation des espaces d'approvisionnement du quartier dont aucun n'a pas été mentionné par le collectif pour composer leur recette. Les différents commerces aujourd'hui fréquentés dans le quartier le sont majoritairement très occasionnellement. Ces espaces ne sont pas mobilisés en raison de la qualité jugée mauvaise de leurs produits ou de leurs prix trop élevés. Ces facteurs expliquent également l'abandon de fréquentation du marché de la Place de la paix.



Atelier 5 : La démocratie alimentaire en action, acte I :

Enquête exclusive, la filière alimentaire à la loupe avec la Légum'au logis

Quelles sont les différences entre un circuit-court et un circuit long ? Comment s'organisent-ils de la production à la consommation ? C'est en menant l'enquête avec Légum'au logis sur le cas d'une carotte râpée perdue sur le chemin de notre assiette que nous avons répondu à ces questions.

L'itinéraire de la carotte :

La carotte pousse d'abord chez un **producteur**, puis subit une **phase de transformation**, pour être râpée.

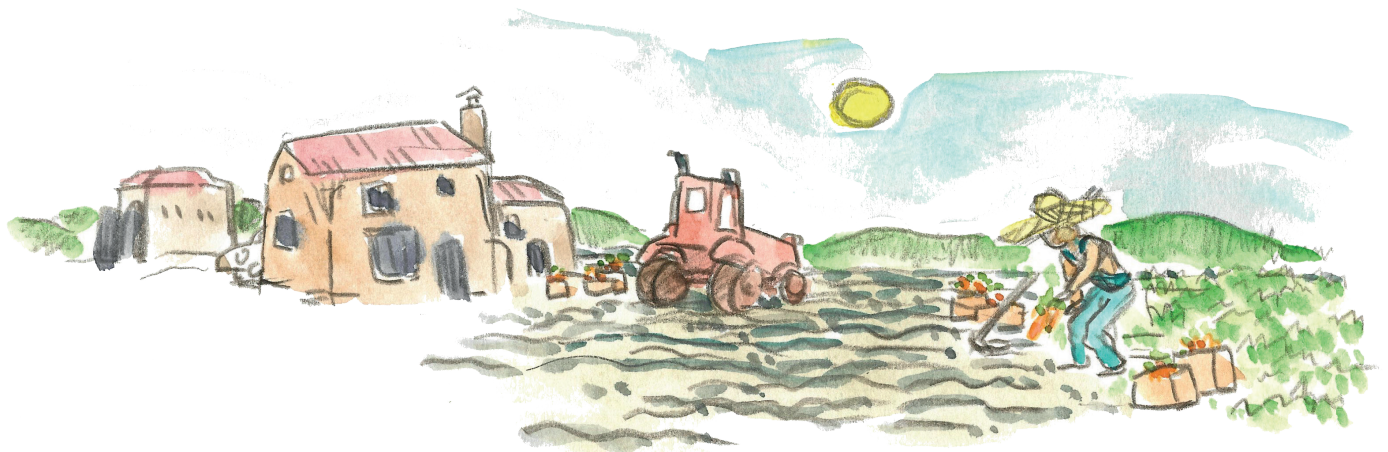
En **circuit court**, elle est transformée dans un **atelier à la ferme** ou dans des **outils collectifs** puis est vendue localement (cf. encadré : circuit-court).

En **circuit long**, son voyage dure plus longtemps. La carotte est achetée avec une multitude de ses consœurs au prix du marché, non négocié par le producteur. Elles sont toutes transformées dans des **usines** pour être **conditionnées** en sachet ou en barquette. Elles sont ensuite **transportées** pour un trajet plus ou moins long si elles sont destinées à être **exportées** dans des réseaux **régionaux, nationaux**. Dans tous les cas elles se retrouvent toutes dans des **centrales d'achat** (énormes marchés) où elles sont achetées puis revendues avec une plus-value. Elles sont ensuite prises en charge par des **grossistes** qui les distribuent à partir de **centres de logistique** qui fleurissent le long des autoroutes. Tous les produits sont stockés dans ces hangars. Elles finissent leur voyage quand nous les achetons ou les consommons dans **différents lieux** (restaurants, cantines, supermarchés, marchés, ...) auprès de professionnels qui prennent une marge supplémentaire.



« Toutes ces étapes on ne les voit pas et on les imagine pas forcément non plus. Le transport à toutes les étapes c'est un gros problème. »

« En fait, sur le prix de la carotte, tous les autres acteurs de la chaîne récupèrent plus que le producteur. C'est quand même malheureux parce que c'est lui qui fait vivre tout le monde. »



Qu'est-ce qu'un circuit court alimentaire ?

Un circuit court est un mode de production et de commercialisation des produits agricoles qui se déroule sur une distance géographique courte (moins de 80 km du lieu de production selon le décret de 2002) qui diffère selon les produits (produits de niche), et les choix réalisés par les acteurs des circuits courts.

Deux modes de commercialisation en circuits courts:

Vente directe :

- *Individuel* : foires, marchés, vente à la ferme, paniers
- *Collectif de producteurs et de consommateurs* avec engagement
- *Collectif de producteurs (associatif)* : foires, panier /stand collectif, point de vente collectif, marchés paysans

Vente Indirecte :

- *Collectif* : boutique en dépôt vente, groupement pour restauration, collectivités, intermédiaire associatif ou coopératif
- *Individuel* : internet, restaurateurs, commerces, cantines

Le modèle économique des circuits courts repose sur le pilier 2 de la Politique Agricole Commune à savoir des financements favorisant le développement rural et la transition écologique. Le second pilier est co-financé par des fonds de l'Union Européenne et des fonds régionaux ou nationaux. Les acteurs de l'économie sociale et solidaire accompagnent le processus de transformation et de commercialisation des circuits courts depuis les années 2010.

Légum'au logis

Ancrée depuis 2012 au cœur de deux quartiers Politique de la Ville de Villeurbanne, « les Buers » et « les Brosses », l'association est engagée pour la justice alimentaire et la justice sociale. Elle propose un système d'approvisionnement alternatif dans ces deux quartiers grâce à la vente de paniers de produits frais et locaux provenant du groupement de producteurs Croc' éthic.

Les paniers suivent un principe de double tarification :

- un tarif « solidaire », 20 % plus cher que le prix coûtant.
- un tarif « coup de pouce », 15 % moins cher que le prix coûtant.

Chaque semaine, les personnes se placent sur la tarification qui leur semble la plus adaptée en fonction de leurs revenus.

Aux Buers, la vente au détail de fruits, légumes, produits laitiers et œufs est également disponible en suivant le même principe de double tarification et l'association y porte un groupement d'achat VRAC.

Enfin, des actions de sensibilisation, des animations, ateliers et événements sur le thème de l'alimentation sont organisés toute l'année dans une ambiance conviviale, de partage, afin de mettre en lumière les connaissances de chacun et chacune et de lutter contre l'isolement.



Atelier 6 : La démocratie alimentaire en action, acte 2 : Un jardin social nourricier avec le Passe-Jardins

Cet atelier nous emmène dans le jardin d'insertion sociale de l'Envol à Vénissieux, pour aborder les fonctions nourricières d'un jardin urbain.

Nous menons une enquête de la graine à l'assiette avec le Passe-Jardins : reconnaître les graines, les plans de culture, découvrir ce que l'on plante et mange selon les saisons mais aussi comment s'organise collectivement un jardin.

L'atelier réalisé au jardin permet au collectif d'identifier ce qui pousse et ce que l'on peut récolter en juin. Les échanges ont porté sur les manières de jardiner dans une parcelle collective et nous avons réfléchi au jardinage comme une pratique expérimentale localisée. Favoriser un jardin nourricier écologique nécessite de saisir les enjeux du changement climatique sur la production jardinière : paillage, arrosage à l'eau de pluie, utilisation d'une serre pour faire pousser plus tôt les légumes, planifier les planches de culture, laisser pousser des plantes « sauvages » et ne pas systématiquement désherber pour la biodiversité, planter des plants perpétuels, etc...



« C'est un endroit reposant, où on peut reconnaître les fruits, les légumes, les plantes qu'on peut utiliser, celles que l'on n'utilise pas. »

« J'ai la chance d'avoir avec mon mari un petit lopin de terre au jardin Saint-Pierre Chanel et c'est très agréable de cultiver des fruits et légumes et de savoir ce qu'on mange finalement. »

La visite de ce jardin a fait écho à deux personnes du collectif qui ont parlé de leur parcelle dans deux jardins partagés situés dans le quartier des Brosses dont le Jardin St-Pierre de Chanel, un jardin familial avec des parcelles individuelles mais aussi des parcelles collectives animées par des associations et bientôt coordonnées par Légum'au logis.



Le Passe-Jardins

Depuis 25 ans, le Passe-Jardins initie et/ou accompagne, en les rendant autonomes et pérennes, des collectifs de jardiniers dans les quartiers et habitats collectifs, améliorant ainsi le vivre-ensemble. Il contribue à augmenter la biodiversité urbaine et participe à la transition alimentaire. Pour créer un écosystème favorable à la pérennisation des jardins dans la durée, l'association anime aussi le Réseau des jardins partagés à l'échelle du Grand Lyon et de la région.

Le jardin de l'Envol est accompagné par le Passe-Jardins et financé par la Ville de Vénissieux. Il a 4 objectifs :

1/ *une dimension sociale et d'insertion* pour des personnes très éloignées de l'emploi

2/ *être un lieu-ressource* (jardinage, biodiversité) pour les partenaires du territoire (écoles, institutions, associatifs, secteur médico-social...)

3/ *la mixité sociale, ethnique, générationnelle*

4/ *la participation à la transition et à la justice alimentaire* par son caractère nourricier.

L'animation est basée sur l'accueil spécifique de chaque individu afin qu'il puisse trouver sa place dans le dispositif d'insertion. L'implication des jardiniers et jardinières est volontaire et/ou contractualisée dans le cadre d'un accompagnement d'insertion socioprofessionnelle.



« Nous on se dit qu'un jardin comme ça d'insertion sociale ça devrait exister dans chacune des villes de la Métropole » Paola

Types de jardins collectifs et modes d'approvisionnement

Types de jardins	Jardins familiaux, jardins ouvriers, fermes urbaines en maraîchage	Jardins partagés, incroyables comestibles, vergers urbains, jardins pédagogiques, jardins d'insertion, jardins sociaux comme l'Envol
Parcelles individuelles ou collectives	Chaque personne ou famille cultive sa parcelle individuelle	Le jardinage est mené sur une parcelle collective
Objectifs prioritaires du jardin	Se nourrir	Lien social – production en bio- favoriser la biodiversité
Acteurs porteurs du jardin	Municipalité- bailleur social- entreprise privée- association	Habitants et habitantes - municipalité- bailleur social - association
Type de production	Légumes, fruits, herbes, œufs, poules, lapins, miel	
Type de distribution	Autoconsommation pour les jardins familiaux ouvriers, troc, systèmes de paniers, grande distribution, épicerie	Autoconsommation - troc aux plantes- partage entre jardiniers et jardinières
Type d'agriculture	Agriculture variable dépendant des jardiniers et jardinières : conventionnelle - raisonnée - bio	Charte en agriculture biologique obligatoire dans les jardins partagés et souvent mise en oeuvre dans les autres jardins de ce type

Atelier 7 : La démocratie alimentaire en action, acte 3 : La Maison Engagée et Solidaire de l'Alimentation

L'atelier suivant se déroule à la Maison Engagée et Solidaire de l'Alimentation dans le 8ème arrondissement de Lyon. Il a pour but de découvrir un tiers-lieu nourricier autour de ses différentes activités (cf. encadré : Tiers Lieu Nourriciers). La rencontre se fait autour d'un échange sur la présentation du projet et de la dégustation d'un bon repas végétarien et anti-gaspillage.

La MESA,

Inaugurée en octobre 2022 elle a pour ambition de favoriser un accès à une alimentation de qualité en agriculture biologique pour tous et toutes dans un quartier prioritaire de la politique de la ville. C'est un projet de quartier porté par deux associations : VRAC et Récup&Gamelles, qui a été co-construit avec les habitants et habitantes et le soutien des acteurs associatifs du quartier.

L'enjeu est de permettre aux habitants et habitantes de s'impliquer, pour avoir accès à une alimentation sûre et durable, à prix accessible. Il s'agit de faire évoluer leurs pratiques au bénéfice de la santé, de l'environnement, de la production agricole et de l'économie locale et d'agir pour la transition écologique et sociale des territoires.

Deux associations au service d'une alimentation de qualité dans les quartiers populaires :

Récup&Gamelles, depuis sa création en 2014, est une association qui agit pour la lutte contre le gaspillage alimentaire, en développant des moyens d'actions collectives et des pratiques du quotidien auprès des professionnels de l'alimentation et particuliers.

VRAC Lyon métropole (Vers un Réseau d'Achat Commun) est une association née à Lyon en 2013 qui organise des groupements d'achats de produits de qualité pour les habitants des quartiers populaires et les étudiants.

La MESA se structure autour de différentes activités :

- *Un lieu de partage*, de rencontre, de collaboration et d'échange dédié à l'alimentation
- *Une épicerie solidaire* : vente de produits locaux, issus du commerce équitable
- *Un restaurant solidaire* : cuisine souvent végétarienne, à base de produits biologiques «sauvés» du gaspillage
- *Une cafétéria* : pour venir se détendre, grignoter...
- *Des prix doux* : prix coûtant, en fonction des revenus et situation de chacun...
- *Des animations diverses* : ateliers de cuisine, repas partagés, animations sur l'alimentation-santé

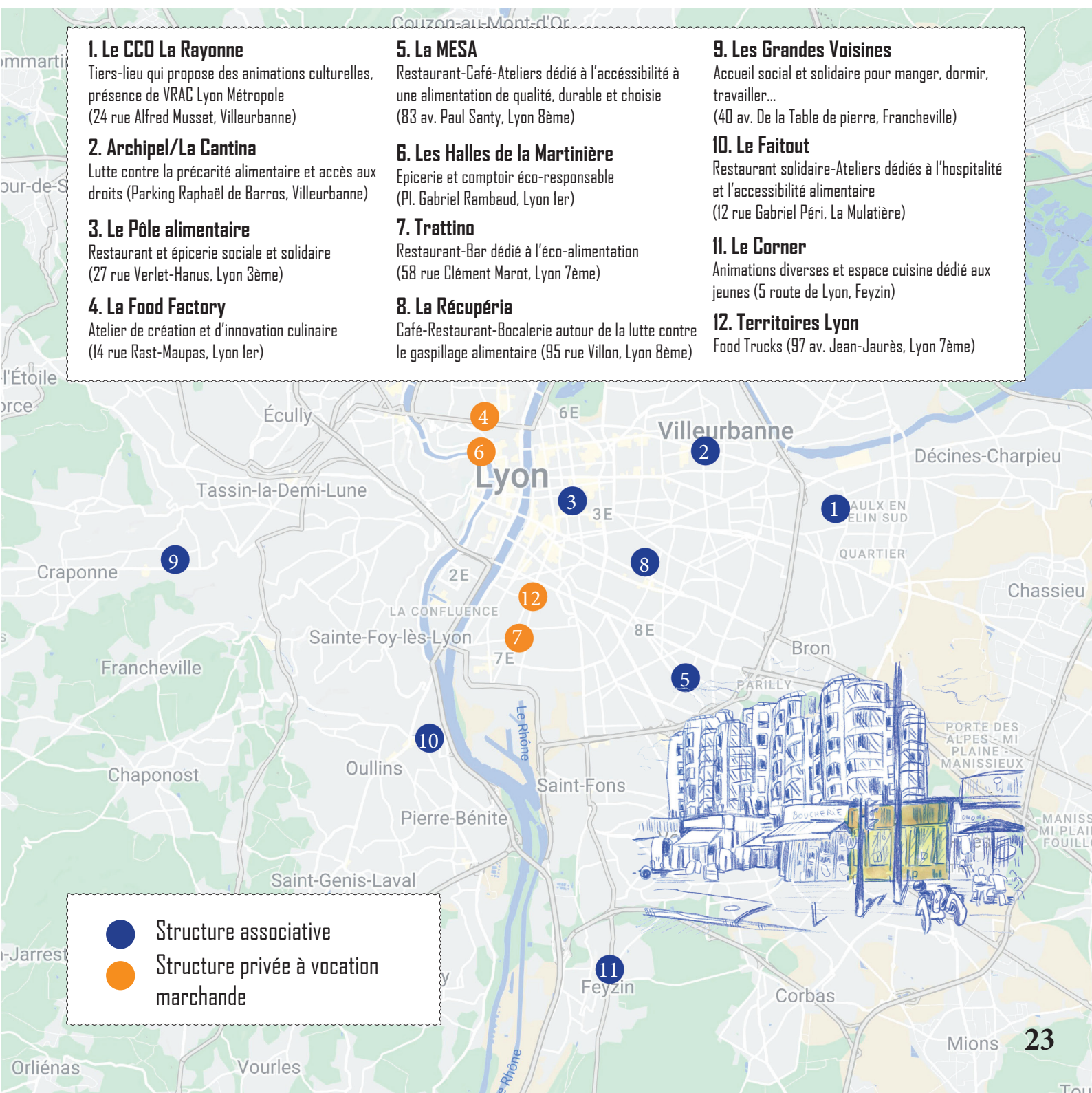


Des tiers lieux nourriciers dans la métropole

Qu'est-ce qu'un tiers-lieu ? un tiers-lieu nourricier ?

Les tiers-lieux sont des espaces ouverts et hybrides au sein desquels se réunissent différents types d'acteurs (associations, collectivités locales, habitants...) et une mixité d'usages. Ils sont propices à la sociabilité et se construisent avec une fonction politique. Les tiers-lieux nourriciers comprennent au moins un pôle d'activité en lien avec l'agriculture et/ou l'alimentation : participer, cuisiner, manger, discuter, se former, acheter... Ils s'appuient sur une dynamique territoriale et sont créateurs d'innovations en promouvant de nouvelles manières de travailler ensemble et des coopérations inédites (Le labo des tiers-lieux, 2022). Les tiers-lieux dans les quartiers populaires sont le plus souvent co-financés par des partenaires publics.

La carte ci-dessous montre que les tiers lieux sur les questions alimentaires, sont de plus en plus présents dans la métropole lyonnaise. Vous pouvez aller les visiter !



Atelier 8 : La démocratie alimentaire en action, acte 4 :

Au Four et Au Moulin un projet d'épicerie sociale et solidaire aux Brosses

Cet atelier clôture les visites de quelques espaces de démocratie alimentaire existants dans la Métropole lyonnaise par une présentation d'un projet en cours dans le quartier des Brosses.

Khadija et Pétra ont présenté au collectif le projet d'épicerie sociale et solidaire de l'association « Au Four et Au Moulin ». Ce projet est mené par une équipe d'habitants et habitantes bénévoles du quartier. Il est soutenu par la Ville de Villeurbanne et accompagné par diverses structures dont le Groupement des Epiceries Sociales et Solidaires Rhône-Alpes Auvergne (GESRA) (cf. encadré : épicerie sociale et solidaire).

Emergence d'un projet social alimentaire : L'épicerie sociale et solidaire « Au Four et Au Moulin »

Afin de faire face à la progression de la pauvreté et pour lutter contre le manque de commerces dans le quartier, l'épicerie sociale et solidaire présente une solution locale de distribution pour les habitants du quartier en général, et les personnes orientées par les travailleurs sociaux en particulier. Cette initiative découle d'une étude sur la précarité et les besoins alimentaires menée par un collectif d'habitants et pilotée par Khadija, présidente d'une association d'éducation populaire « les 3D » qui cherche à améliorer avec et pour les habitants, la qualité de vie dans le quartier des Brosses.

Les objectifs sont :

- *Mettre en œuvre un système d'accès à une alimentation de qualité pour un public en difficulté économique qui ne soit pas basé sur l'assistanat.*
- *Créer un espace d'accueil, d'écoute, de convivialité, et d'échanges.*
- *Donner la possibilité à des familles à faible budget ou en difficulté financière ponctuelle de réaliser un projet budgétaire (exemples : solder une dette, acquérir du mobilier...) en accédant à des denrées alimentaires de qualité à prix réduit.*
- *Créer une épicerie « d'apparence traditionnelle » où les personnes peuvent acheter librement les produits.*
- *Accompagner les familles dans la vie quotidienne en termes de gestion budgétaire et de santé : informations autour de l'alimentation (équilibre alimentaire) expérimentation à travers des ateliers culinaires.*
- *Développer le lien social sur le quartier et rompre l'isolement de certaines familles en leur proposant des actions ou en leur faisant découvrir celles proposées par les autres structures et des partenaires sur le quartier.*
- *Accueillir des clients solidaires pour favoriser la mixité sur tous les niveaux.*





L'idée de créer une épicerie solidaire sur le quartier est venue depuis un peu plus de 2 ans, juste avant le covid. J'ai fait un départ volontaire de mon travail pour travailler pleinement sur ce projet parce que je voyais vraiment le besoin sur le quartier par le biais des discussions sur les difficultés par rapport à l'alimentation avec les adhérentes de l'association 3D... Et puis il y a de plus en plus de construction de nouveaux logements sociaux donc il faut mettre en face les services nécessaires pour répondre à la population dans l'offre alimentaire.

Khadija

Les épiceries sociales et/ou solidaires

Ces épiceries ont pour fonction d'« assurer la fourniture de denrées alimentaires aux personnes les plus démunies, en échange d'une participation financière, dans un lieu et selon des principes de fonctionnement qui se rapprochent de ceux d'un commerce de proximité. » (DGCS, 2017).

C'est à la fin des années 90 que ce nouveau dispositif de lutte contre la précarité alimentaire émerge se positionnant en complément et en rupture avec l'aide alimentaire d'urgence gratuite. Destinées exclusivement à un public qui est orienté par l'assistance sociale en fonction de ses revenus (pour les épiceries sociales), ou tout public (pour les épiceries sociales et solidaires), ces épiceries proposent une gamme de produits à prix réduits, mêlant fourniture auprès de la Banque Alimentaire et fourniture de produits de qualité (à travers le GESRA par exemple).

Dans une logique d'insertion sociale, la participation financière et le choix des produits, en opposition à la réception d'un don au contenu non choisi, permet aux personnes de consommer comme tout le monde. Ces deux éléments (participation financière et choix) sont un moyen de diminuer l'exclusion et la stigmatisation liées à la précarité alimentaire en recréant un commerce où chacun et chacune peut venir faire ses courses.

Pour plus de précisions voir : le site du GESRA : <https://www.gesra.org/presentation-des-epiceries-sociales-et-solidaires> ; le rapport détaillé de la DGCS source publiée en 2017 (voir « Ressources » p27)



En synthèse de ces ateliers : des étapes franchies à systématiser pour une dynamique participative élargie

Des étapes ont été franchies par le collectif NSAD pour tendre vers plus de démocratie alimentaire dans le quartier des Brosses : apport de connaissances sur les systèmes alimentaires durables, rencontres entre associations, visites de lieux inspirants, partages d'expériences et prises de conscience sur les questions alimentaires, meilleure connaissance de la situation et des actions en cours dans le quartier des Brosses.



« Ce qui est intéressant, c'est qu'il y a eu plusieurs ateliers et ça a permis de mettre l'œil sur différentes choses. Ça m'a ouvert les yeux sur des trucs dont j'étais loin parce que je n'avais pas pensé à approfondir les choses sur l'alimentation comme ça ».

« Moi je ne pensais pas que dans notre quartier il y avait tant de problèmes que ça au niveau alimentaire. Ce que nous a expliqué Khadija était vraiment intéressant par rapport à ça. On ne se rend pas forcément compte, on habite un quartier depuis un certain temps mais on ne le connaît pas comme ça en fait. »

« J'ai beaucoup aimé ce qu'on a fait avec Légum'au logis, avoir des définitions sur le bio, le local... ça permet de remettre les choses en ordre. Et la découverte de nouveaux lieux comme la MESA et l'Envol, je vais emmener ma famille qui est intéressée. »

Mais la démocratie alimentaire reste un idéal qu'il s'agit encore de faire émerger à travers une dynamique participative plus élargie.

« C'est très bien les ateliers sauf que je regrette le manque d'implication de plus d'habitants dans ce collectif. »



« La question de quoi installer, comment, quelle structure ? Ce n'est pas évident... Il faut y réfléchir ! »



Les projets qui viennent :

- Faire une fête des solidarités alimentaires dans le quartier : **« Ça mijote ensemble »**
- Se balader ensemble pour découvrir, par la mobilisation citoyenne, le paysage alimentaire du quartier et instruire une démocratie alimentaire située autour d'un **espace alimentaire de qualité pour tous et toutes.**

Des ressources pour aller plus loin

Des films et des expos

Exposition « *L'Esquisse pour un accès digne à une alimentation de qualité pour tous et toutes* » délégation du Secours Catholique : <https://rhone.secours-catholique.org/notre-actualite/exposition>

Le film Territoires à Vivre(s) : version longue : <https://www.youtube.com/watch?v=235N-sslwFI&t=3s> ; version courte : <https://www.youtube.com/watch?v=df8bXi4yteQ>

Des lectures ...

Berneuil Fouiller A., 2022, « L'accès pour tous et toutes à une alimentation de qualité dans un quartier prioritaire villeurbannais ». Mémoire, Master 2 SADL, sous la direction de Maurines B., Université Lyon 2.

Birlouez E., 2019, « L'évolution de la perception de la qualité alimentaire », *INRA Productions Animales*, 1(32) : 25-36.

Bonzi B., 2023, *La France qui a faim*, Editions du Seuil.

Bricas, N., Conaré, D., & Walser, M. (éds.), 2021, *Une écologie de l'alimentation*. Editions Quae.

Buyck J., Meyfroidt A., 2020, Explorer les paysages alimentaires pour régénérer la fabrique agriurbaine, n°44-45, *Territoire en mouvement* : <https://journals.openedition.org/tem/5942>

Collectif Sécurité Sociale de l'Alimentation, 2021, « Encore des Patates ?! Pour une sécurité sociale de l'alimentation ».

Denhez F. Jenni A., 2021, *Ensemble pour mieux se nourrir. Enquête sur les projets solidaires et durables pour sortir de la précarité alimentaire*, Actes Sud.

Maurines B., 2019, Communautés de vie et de travail et agir local, Partie 3 : Démocratie alimentaire comme agir en commun : <https://shs.hal.science/tel-04157932v1>

Paturel D., Ndiaye P., 2019, Démocratie alimentaire : de quoi parle-t-on ? : <https://www.chaireunesco-adm.com/Democratie-alimentaire-de-quoi-parle-t-on>

Pour aller toujours plus loin ...

Collectif Sécurité Sociale de l'Alimentation (SSA) : <https://securite-sociale-alimentation.org/outils-pedagogiques/la-ssa-en-video/>

Etude des fonctions nourricières des jardins collectifs Lyonnais, 2017, sous la direction de Maurines B. et Rouchon O. : https://www.lepassejardins.fr/IMG/pdf/etude_de_la_dimension_nourriciere_des_jardins_2017_gl.pdf

Etude qualitative sur les épiceries sociales et/ou solidaires réalisée par la Direction générale de la Cohésion Sociale, en 2017 : <https://solidarites.gouv.fr/etude-qualitative-sur-les-epiceries-sociales>

Secours Catholique – Caritas France, 2021, « Faim de dignité ». Etat de la pauvreté en France en 2021.



Le Coin Recette !

Les Tomates à la provençale

« Dans une poêle, faire cuire de l'huile d'olive, faire revenir les tomates déjà coupées en deux après avoir mis du sel, de l'ail, du persil. Une fois les tomates cuites, casser les œufs entre les tomates et, avec une cuillère, mettre le jus sur les tomates et les œufs. Déguster l'ensemble encore chaud. »

Les Tomates farcies et riz au four

« Laver, couper le haut, creuser les tomates et saler. Récupérer le jus, le couvercle et la chaire de la tomate retirée. Nettoyer et écraser l'ail. Nettoyer les cœurs de tomates : retirer grains de la chaire. Dans un bol à mixer placer : la viande et les cœurs de tomates, l'œuf, les herbes, l'ail, l'oignon, saler et poivrer, puis mixer le tout. Remplir les tomates avec la viande, replacer le chapeau au-dessus. Les poser dans un plat à gratin préalablement huilé et entouré de riz cru. Couvrir d'eau salée. Mettre au four environ 45min.

Astuce : Quand mes enfants refusaient de manger des légumes, j'ajoutais à la farce des carottes et des morceaux de courgettes. »

La Soupe de courgettes

« Laver et couper en petits morceaux tous les ingrédients (courgette, épinards frais, céleri, persil, coriandre, oignon, ail). Faire cuire à feu doux à l'huile d'olive pendant 20min. Saler et poivrer. Mouliner et servir chaud. »

Le Couscous de saison

« Dans un couscoussier faire cuire à feu doux à l'huile de la viande avec des épices, des oignons, de l'ail et de la tomate concentrée. Après 30min ajouter de l'eau chaude puis mettre les légumes qu'on veut, par exemple de la tomate fraîche écrasée, des pois chiche (mis à tremper la veille) et des cardons. Cuire pendant deux heures à feu moyen. Pendant ce temps préparer la semoule : dans un saladier mettre les grains, de l'huile, du sel et de l'eau et frotter entre ses mains pour séparer les grains. Ensuite verser les grains dans la corbeille du couscoussier. Laisser cuire puis recommencer l'opération deux fois. Entre temps ajouter la courgette aux autres légumes. »

