



PROJETS DE SOLIDARITÉ & TRANSITION ALIMENTAIRE





Sébastien VINCINI
Président du
Conseil départemental
de la Haute-Garonne

Le Conseil départemental de la Haute-Garonne attache une grande importance à ce que les femmes et les hommes du territoire consomment quotidiennement des aliments sains et produits localement. Les programmes Agrilocal 31, Direct Fermiers 31 ou plus récemment le plan d'actions « Circuits courts » lancé en mai 2020 après la crise sanitaire liée à la Covid-19 répondent à cette volonté.

Aujourd'hui, nous devons aller plus loin. En pérennisant la « démocratie alimentaire », la collectivité et ses partenaires veulent apporter une réponse adaptée aux situations de précarité vécues par de trop nombreux Haut-Garonnais-e-s. L'expérimentation « Projets de solidarité et transition alimentaire » permet aux bénéficiaires d'accéder aux produits proposés dans les circuits courts et ainsi de devenir acteurs d'une meilleure alimentation. Ce rapprochement entre consommateurs et producteurs recrée du lien social, valorise les productions agricoles locales et répond à un enjeu de santé publique en luttant de façon concrète contre les phénomènes de malnutrition et de « malbouffe ».

J'appelle de mes vœux à ce que cette démarche innovante regroupant différents acteurs, citoyens, associations, collectivités ou agriculteurs soit généralisée sur l'ensemble du territoire et au-delà de la Haute-Garonne.



Maryse VEZAT-BARONIA

Vice-Présidente
Aménagement et
développement des territoires,
Prospective, Numérique

Depuis plusieurs années, le Département de la Haute-Garonne a fait le choix du dialogue citoyen pour bâtir les grands axes de ses politiques en prenant en compte les spécificités des territoires, les besoins de la population, les aspirations des acteurs locaux et les dynamiques émergentes. Entre 2018 et 2019, le Conseil départemental a mené une démarche de prospective territoriale participative "Haute-Garonne Demain", afin d'imaginer le futur souhaité du territoire. Les réflexions et échanges, d'une richesse incroyable, ont fait émerger différentes aspirations citoyennes, dont le développement de circuits-courts en permettant une alimentation locale et de qualité notamment pour les publics précaires. Ce sont les bases de cet avenir souhaitable et partagé que nous voulons pour tous les Haut-Garonnais.



Bernard BAGNÉRIS

Vice-Président
Agriculture durable, Circuits courts, Agroalimentation

L'accès à une alimentation saine, digne, de qualité, respectueuse des agriculteurs et des consommateurs est un enjeu majeur et une préoccupation forte pour le Conseil départemental. Améliorer les habitudes de consommations, rendre possible la fourniture des produits locaux pour tous, favoriser les échanges entre les acteurs, voilà des choix concrets que le Département opère en termes de bien manger et de bien être pour les Haut-Garonnais.



Isabelle HARDY

Vice-Présidente
Diversification et desserrement économique,
Economie Sociale et Solidaire, Emploi local

Dans un contexte de montée des inégalités, de crise écologique et environnementale où notre modèle de développement économique et social montre ses limites le Conseil départemental souhaite croiser les regards d'acteurs, d'élus et de porteurs de projet. Notre objectif est de partager les défis ensemble et accompagner le développement d'initiatives plus respectueuses de l'environnement, facteur de cohésion territoriale, d'innovation sociale et d'implication citoyenne.

PRÉALABLE

Ce guide est issu d'une expérimentation menée en Haute Garonne, portée par trois porteurs de projets accompagnés pendant 12 mois. Il s'agissait d'expérimenter de nouvelles formes de solidarité alimentaire pour agir contre la précarité et ajuster l'action au fur et à mesure des observations et analyses qui en étaient tirées par le Lérís (Laboratoire d'Études et de Recherches sur l'Intervention Sociale).

L'objectif de ce guide est de donner des balises méthodologiques et conceptuelles, pour des personnes ou des collectifs souhaitant s'engager dans des actions d'émancipation et de démocratie alimentaire. Il s'appuie sur les résultats de l'expérimentation pour montrer son déroulé et tirer des enseignements utiles à l'action.

RÉALISATION

Laboratoire d'Études
et de Recherche sur
l'Intervention Sociale



CONCEPTION GRAPHIQUE

Haute-Garonne
Ingénierie / ATD 31



SOMMAIRE

- 6** **ÉTAT DES LIEUX DES ENJEUX**
de la démocratie alimentaire (contexte national)
- 8** **CONTEXTE ET OBJECTIF**
de la démarche d'expérimentation
- 14** **LES ENSEIGNEMENTS DE L'EXPÉRIMENTATION**
des pistes pour passer de l'idée au projet
- 22** **DES FICHES REPÈRES ET FICHES OUTILS**
 - 24** **FICHE REPÈRE 1**
La posture de l'animateur
 - 26** **FICHE REPÈRE 2**
Mobiliser des personnes
 - 27** **FICHE REPÈRE 3**
Coopérer
 - 28** **FICHE REPÈRE 4**
Gestion des conflits
 - 29** **FICHE OUTIL 1**
La montgolfière
 - 30** **FICHE OUTIL 2**
Carte communautaire du territoire
 - 31** **FICHE OUTIL 3**
Observer l'action
- 32** **DÉFINITION**
des concepts
- 34** **RESSOURCES**
Bibliographiques mobilisables



ÉTAT DES LIEUX DES de la démocratie alim

Nous sommes dans un moment de mise en mouvement du monde de l'aide alimentaire et des politiques de lutte contre la précarité alimentaire, sous l'impulsion d'initiatives citoyennes, d'associations, de recherches scientifiques et de certains rapports publics (comme celui de l'IGAS en 2019), qui ont fait émerger l'accès de tous à une alimentation saine et de qualité, comme problème public.

La crise sanitaire liée au Covid 19 a mis en lumière de manière plus accrue les questions d'accès à l'alimentation, de crise écologique et d'inégalités sociales. La limitation des déplacements, la fermeture des marchés, les risques de contamination, la distanciation physique, ont amené une partie des habitants à changer leurs pratiques de consommation, notamment vers un approvisionnement plus local, même si les grandes surfaces sont restées le mode d'approvisionnement principal et valorisé. L'enjeu de

la relocalisation de nos systèmes alimentaires, en termes de production, de transformation, de distribution et de consommation, a été mis en avant. On a parlé d'un "boom des circuits-courts". D'un autre côté, les situations de précarité se sont accrues avec la crise (chômage, arrêt des activités, absence d'économie informelle...) ainsi que le recours à l'aide alimentaire. Les associations de solidarité ont dû elles aussi se réorganiser face au confinement d'une majorité de leurs bénévoles (en grande partie retrai-

tés) et d'autres modes de solidarité, de proximité, entre voisins ont émergé. La situation a amené beaucoup d'incertitudes, de fragilité, mais aussi de nouvelles manières de s'organiser qui semblent répondre à une logique d'action plus territoriale et plus coopérative. Ce paradoxe entre "boom des circuits-courts" pour les plus aisés et "boom des colis alimentaires d'urgence" pour les plus précaires, a nourri un questionnement de fond : **comment créer des systèmes alimentaires territoriaux qui permettent à l'ensemble des citoyens d'accéder à une alimentation saine et sûre, quels que soient leurs moyens, d'assurer aux producteurs une juste rémunération et qui protègent l'environnement ?**

Cette mise en mouvement du secteur s'incarne dans la mise en place d'un comité interministériel de lutte contre la précarité alimentaire, s'appuyant sur des groupes de travail participatifs avec les acteurs concernés, qui tentent d'engager un changement de paradigme, mais qui renforce par ail-



ENJEUX

alimentaire (contexte national)

leurs, et paradoxalement, le système existant ; ou encore dans la prise en compte des questions de précarité alimentaire au sein de certains Projets Alimentaires Territoriaux (PAT) et via un travail de refondation de la restauration collective. Elle se traduit aussi par de nouveaux projets revendiquant un changement plus profond des réponses à la précarité alimentaire, notamment via des dynamiques de coopérations territoriales visant à appuyer un changement d'échelle des approches alternatives, ou via un projet comme celui de Sécurité Sociale de l'Alimentation (SSA).

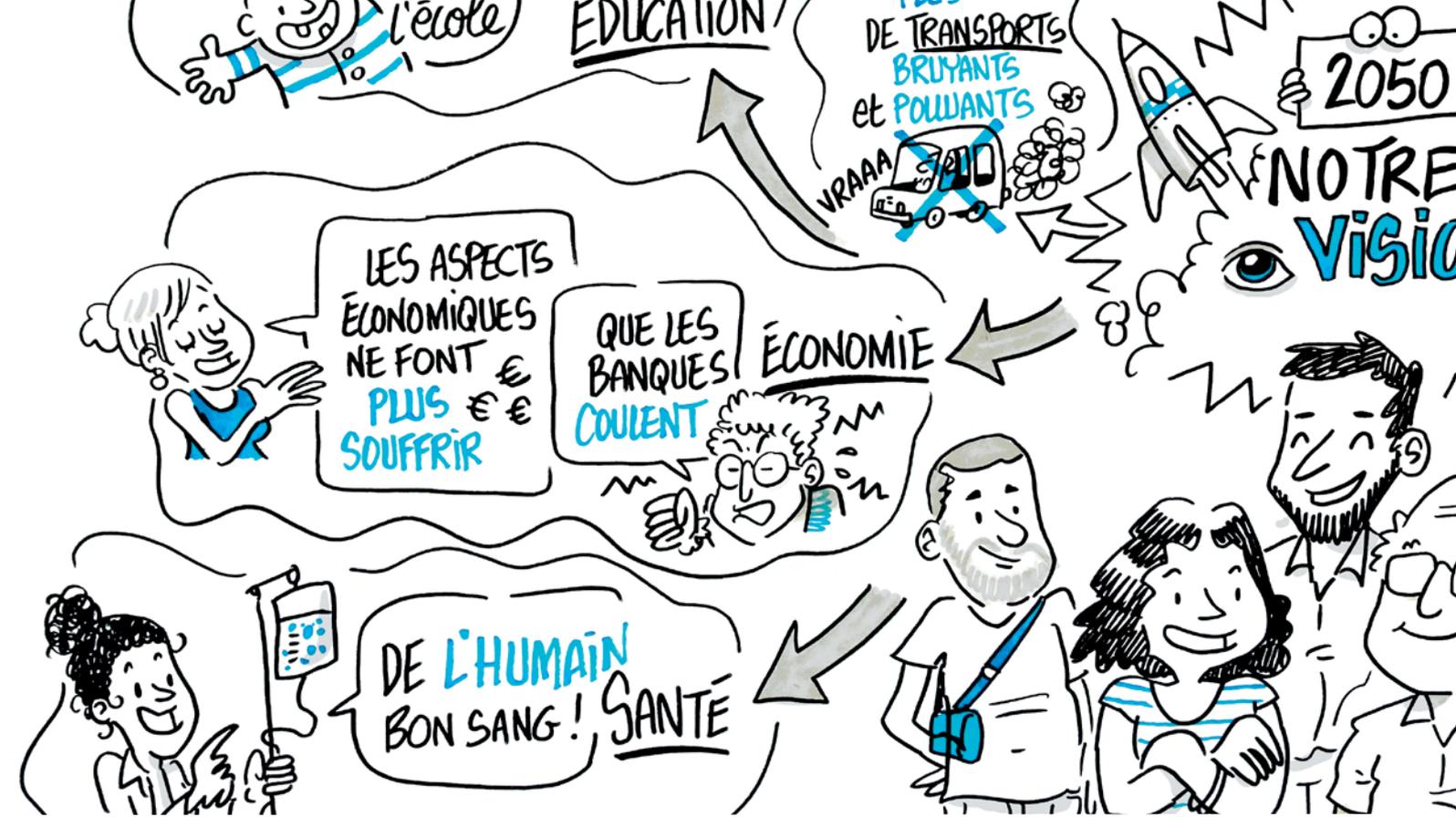
Cette mise en mouvement s'incarne aussi, et bien avant la crise sanitaire, dans la mise en place de projets locaux d'accès à l'alimentation durable pour tous, portés par des groupes d'habitants ou des associations, à l'échelle des territoires, en coopération avec des producteurs. Il s'agit d'épiceries coopératives et solidaires, ouvertes à tous, de groupements d'achats solidaires en circuits-courts, de cuisines de quartier, de restaurants solidaires,

de maisons solidaires de l'alimentation, de paniers solidaires, qui tentent de faire vivre cette idée de démocratie alimentaire en portant une attention spécifique aux plus vulnérables. Ce sont des projets qui cherchent à combiner différents enjeux : approche participative, recherche de mixité sociale, haute qualité alimentaire, réponse aux besoins en nombre, viabilité du modèle économique, prise en compte des enjeux agricoles et coopérations avec les producteurs... tout en se heurtant souvent aux problématiques d'échelle.

Ces dynamiques s'inscrivent dans une perspective de démocratie alimentaire. La démocratie alimentaire représente la revendication des citoyens à reprendre le pouvoir sur la façon d'accéder à l'alimentation, dans la reconnexion entre celle-ci et l'agriculture. La démocratie alimentaire émerge comme un terreau particulièrement propice à la construction d'une nouvelle citoyenneté, dans laquelle les citoyens retrouvent les moyens d'orienter l'évolution de leur

système alimentaire à travers leurs décisions et pas uniquement leurs actes d'achat. Cependant, pour que la démocratie alimentaire s'incarne dans des réponses de la vie ordinaire des citoyens, il est nécessaire de s'appuyer sur une compréhension systémique du système alimentaire, et une compréhension de la fonction de l'alimentation qui n'est pas seulement biologique (remplir les ventres), mais également sociale (être ensemble et se reconnaître dans une égale citoyenneté alimentaire), identitaire (liée à l'appartenance à une famille, une culture, une communauté) et hédonique (culinaire, le plaisir de bien manger). En outre, les règles sociales liées au modèle alimentaire du pays où nous vivons (Fischler et al., 2008) sont à prendre en compte pour comprendre les différences, les résistances, les contraintes, etc.

C'est l'ensemble de ces enjeux, inscrits dans un système alimentaire global qui doit être appréhendé lorsque l'on choisit de travailler les questions alimentaires.



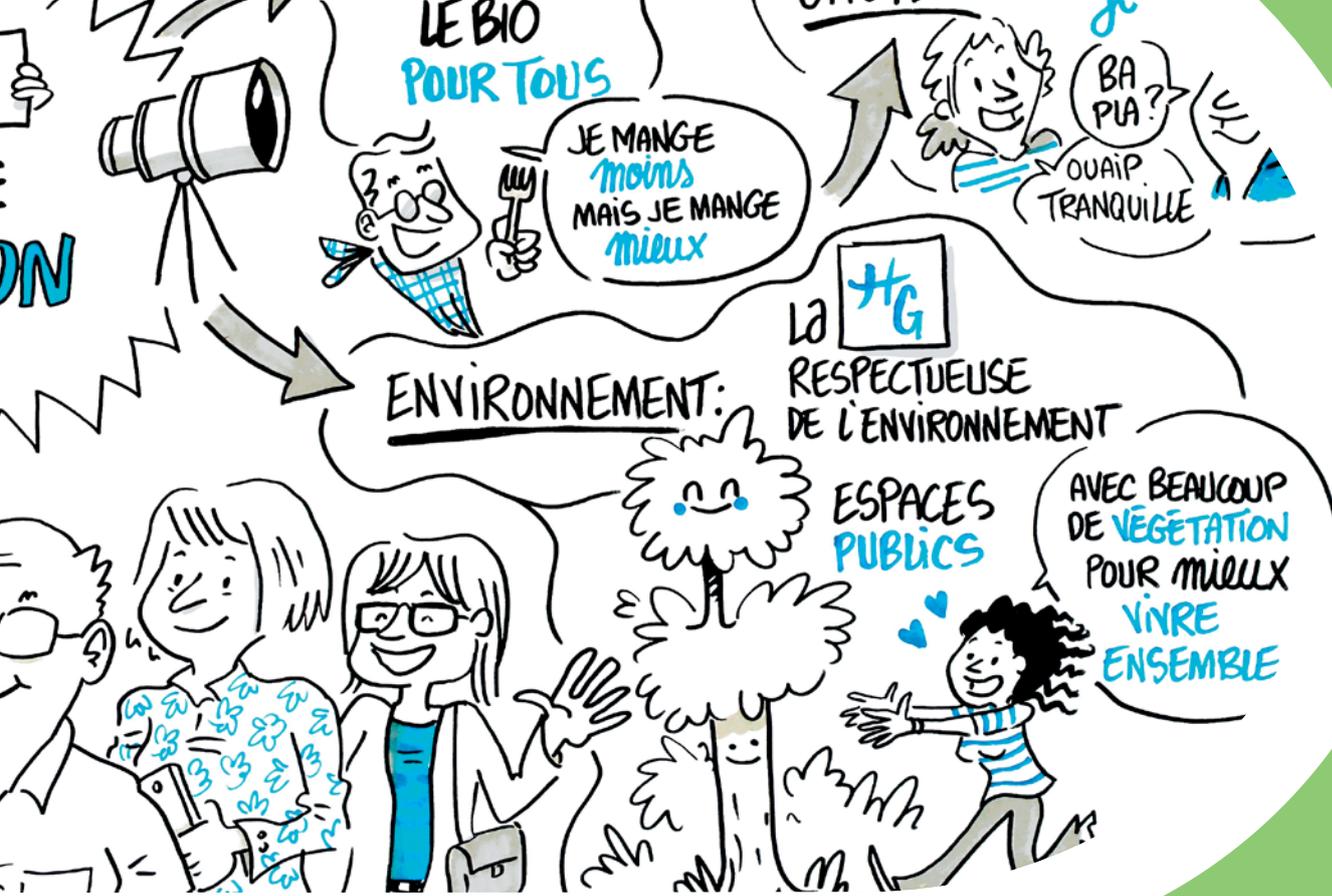
CONTEXTE ET OBJECTIFS

de la démarche d'exp

En 2018 et 2019, le Conseil départemental de la Haute-Garonne a mené une démarche de prospective territoriale participative “Haute-Garonne Demain”, afin d’imaginer le futur souhaité du territoire et co-construire des actions avec les haut-garonnais. 14 ateliers territoriaux ont été organisés en 2019 avec des citoyens, des agents du Département et des élus.

Répondant aux enjeux cités plus haut, un des axes forts ayant émergé des aspirations des citoyens lors des ateliers est de **permettre une alimentation locale et de qualité pour tous**, en rendant accessibles les produits du territoire, en valorisant la vente directe, les points de vente, en rendant visibles les productions locales et les producteurs.

Par ailleurs, le Plan d’actions “Circuits courts”, adopté par le Conseil départemental de Haute-Garonne le 26 mai 2020, met notamment en exergue que le développement des circuits-courts en Haute-Garonne implique



TIF érimentation

une démocratisation de l'accès à une alimentation locale, de qualité, pour l'ensemble de la population.

Dans le cadre de cette priorité départementale, ce plan d'actions « Circuits-courts », vise autour de trois projets pilotes, à accompagner les populations les plus précaires dans leurs changements de pratique de consommation.

OBJECTIFS

- Favoriser l'accessibilité des produits locaux de qualité aux populations précaires
- Expérimenter de nouvelles méthodes d'intervention sociale

Pour répondre à ces objectifs, le Conseil départemental de la Haute-Garonne a mis en place un accompagnement des porteurs de projets pour expérimenter des actions. Celles-ci avaient les caractéristiques suivantes :

- Elles devaient mettre en place un programme d'animation favorable à

l'émancipation des personnes en situation de précarité.

- Et faciliter l'accès aux produits locaux pour ces populations en situation de précarité.

L'accompagnement se déroulait en deux moments différents, des séances collectives réunissant l'ensemble des porteurs de projets et abordant des thématiques transversales (l'émancipation, la coopération et le partenariat, l'évaluation), et des séances de conseils individualisés, basés sur les retours des porteurs de projets. L'accompagnement s'est déroulé d'octobre 2021 à novembre 2022.



NATURE

Pradettes

PARTENARIAT

Cocagne Alimen'Terre, Association Le Pavé, Secours Catholique

PROJET SUPPORT

Micro-ferme urbaine

ACTIONS

- Animation d'un collectif de 30 foyers pour la préfiguration d'une micro-ferme urbaine comme lieu d'animation et de sensibilisation du quartier des Pradettes.
- Distribution hebdomadaire de paniers solidaires pour 15 foyers membres de ce collectif.
- Détermination avec les travailleurs sociaux de modalités de distribution permettant un accès digne, non stigmatisant et participatif aux paniers solidaires.
- Ateliers de sensibilisation (1 à 2 fois / mois)

BÉNÉFICIAIRES FINAUX

populations en situation de précarité

LOCALISATION

Quartier les Pradettes, Toulouse

QUESTION PROBLÉMATIQUE DE DÉPART

Comment faire de l'alimentation une question sociale et écologique à l'échelle d'un quartier ?

REFORMULATION DE L'EXPÉRIMENTATION

Les paniers solidaires comme outils d'animation et de mixité sociale sur un quartier et d'accès pour une alimentation pour tous.

AXES DE TRAVAIL

- Passer d'un partenariat de fonctionnalité à un partenariat de coopération
- Consolider une solidarité circulaire (et non unilatérale)
- Maintenir une mobilisation du quartier sur la question / consolider une toile d'araignée des acteurs (le système et les coopérations)
- Intégrer les paniers dans un système alimentaire global (à relier avec les autres actions)
- S'assurer que cet accès bénéficie au plus grand nombre.



LOCOMINGES

La Salle à Manger

PARTENARIAT

Bio Ariège Garonne, Cocagne Alimen'Terre, Jardins des Comminges.

PROJET SUPPORT

Épicerie collaborative.

ACTIONS

- A travers le montage d'un groupement d'achat, préfigurer une épicerie collaborative incluant des populations en situation de précarité.
- Acheter des produits aux agriculteurs bio pour amorcer des « paniers suspendus » solidaires.
- Réfléchir à la mise en place d'une « caisse de solidarité » pour l'épicerie collaborative en construction.
- **Animation** par Cocagne Alimen'Terre (10 ateliers)

BÉNÉFICIAIRES FINAUX

Habitants Saint-Gaudens

LOCALISATION

Saint-Gaudens

QUESTION PROBLÉMATIQUE DE DÉPART

Le magasin coopératif peut-il contribuer à créer une communauté mixte et solidaire ?

REFORMULATION DE L'EXPÉRIMENTATION

La constitution d'un groupe de coopérateurs pour le groupement d'achat, comme outil de construction du lien social.

AXES DE TRAVAIL

- Prendre en compte la diversité des besoins (selon des critères d'accessibilité culturelle et social)
- Mobiliser des coopérateurs pour le groupement d'achat
- Développer l'autonomie de la gouvernance collégiale
- Passer de coopérations de fonctionnalité à des coopérations solidaires.



FR CIVAM

groupement d'achat solidaire

PARTENARIAT

Solidarity Union, Cocagne Alimen'Terre et l'Ecole nationale d'aviation civile.

PROJET SUPPORT

Groupement d'achat.

ACTIONS

- Animer les groupements d'achats citoyens du quartier Saint-Exupéry et de l'Enac
- Mettre en place une « caisse de solidarité » dans ces groupements pour financer et distribuer des paniers solidaires à 20 bénéficiaires par semaine (étudiants et publics suivis par Solidarity Union).
- **Animation** pour la sensibilisation (2 par mois par Solidarity Union et 4 par Cocagne Alimen'Terre).

BÉNÉFICIAIRES FINAUX

Demandeurs d'asile, réfugiés, étudiants de l'ENAC

LOCALISATION

Toulouse

QUESTION PROBLÉMATIQUE DE DÉPART

Les groupements d'achats peuvent-ils être un point de rencontre de différents acteurs vers un projet commun ?

REFORMULATION DE L'EXPÉRIMENTATION

Les groupements d'achats peuvent être un support de projet commun et collectif, et ainsi faciliter l'accès de tous, en mixité, à une alimentation de qualité tout en étant un outil d'émancipation.

AXES DE TRAVAIL

- Développer le pouvoir d'agir des jeunes MNA (mineurs non accompagnés) et des citoyens/bénévoles du GA Mama
- Identifier et développer les points de convergence entre les GA
- Développer une posture d'accompagnement émancipatrice
- Comment intégrer les conditions de la pérennité des porteurs (essoufflement, de non-participation coopérative, transmission, évolution de l'action, etc.)
- Construire une gouvernance partagée et un suivi de l'expérimentation
- Construire des coopérations diversifiées





LES ENSEIGNEMENTS D

des pistes pour passer

Mener un projet sur les questions d'accès à l'alimentation nécessite d'engager une réflexion pour mesurer en quoi elle va véritablement apporter une réponse aux besoins des personnes et du territoire, qui dépasse le simple renouvellement de ce qui existe déjà.

Pour conduire un projet autour de la question de la précarité alimentaire, quelques questionnements ont été identifiés pour s'assurer que les actions renouvellent véritablement l'approche :

- Les actions permettent-elles de travailler la revendication des citoyens à reprendre le pouvoir sur la façon d'accéder à l'alimentation ? Permettent-elles aux personnes de choisir leur alimentation ?
- Est-ce que l'action renouvelle les modes d'accès à l'alimentation ? Le rapport à l'aide alimentaire ? L'action ne fait-elle pas porter sur l'initiative citoyenne le poids des responsabilités

publiques ?

- Permet-elle de développer les modes de socialisation et d'en créer de nouveaux ?
- L'expérimentation permet-elle d'élargir la prise en compte des différents éléments du système ?
- Permet-elle de créer de nouvelles coopérations, et sur quels aspects ?
- Permet-elle de faire le choix de passer plus de temps pour la subsistance, et de changer le rapport au temps qu'il nécessite ? Quel accompagnement sur ces aspects a été mis en place ?

Ces questionnements sont fondamentaux afin d'être exigeants sur le sens

des actions menées.

Une attention sur la forme de la gouvernance pour mener l'action a aussi été importante. Quelques principes, qui ne sont pas toujours faciles à mettre en place, doivent être posés. Ils sont importants pour que chacun puisse bénéficier des apports directs (accès à une alimentation de qualité) ou indirects des actions (augmentation de la compréhension du sujet, gain en autonomie, devenir acteurs, etc.

Nous pouvons les reprendre ici :

- Constituer un groupe de suivi, composé de l'ensemble des parties prenantes (bénévoles de l'association/collectif, personnes vivant la précarité, agriculteurs, autres associations). Ce groupe, qui peut varier entre 5 et 10 personnes, va devoir trouver des modes d'organisation pour s'assurer que le sens de l'action ne se perde pas au détriment des aspects techniques et organisationnels.
- Laisser des marges d'incertitudes, savoir s'adapter à ce qui se présente,
- Intégrer les acteurs de la production dans l'action.



DE L'EXPÉRIMENTATION de l'idée au projet

UNE APPROCHE SYSTÉMIQUE DE L'ALIMENTATION

Mettre en place une action de démocratie alimentaire suppose de prendre en compte l'ensemble de ces dimensions :

L'action peut commencer par travailler sur un des aspects de ce schéma, tout en tenant compte des liens avec les autres aspects. Cela permet également de relier l'action à d'autres qui s'inscrivent dans la même dynamique (par exemple le Territoire Zéro chômeur Longue Durée, les monnaies locales, ou autres initiatives).

De la même manière, on ne peut pas isoler les pratiques alimentaires des

personnes, mais il est important de considérer qu'il existe un paysage alimentaire.

Celui-ci est défini comme l'ensemble des lieux, équipements et services permettant l'approvisionnement des individus en produits alimentaires sur un territoire donné (Vonthron et al., 2020).

Pour mieux l'appréhender, faire une cartographie communautaire avec les habitants sur les pratiques alimentaires est une piste intéressante (fiche outil disponible à la fin de ce document). Le changement d'alimentation est possible si l'action s'inscrit

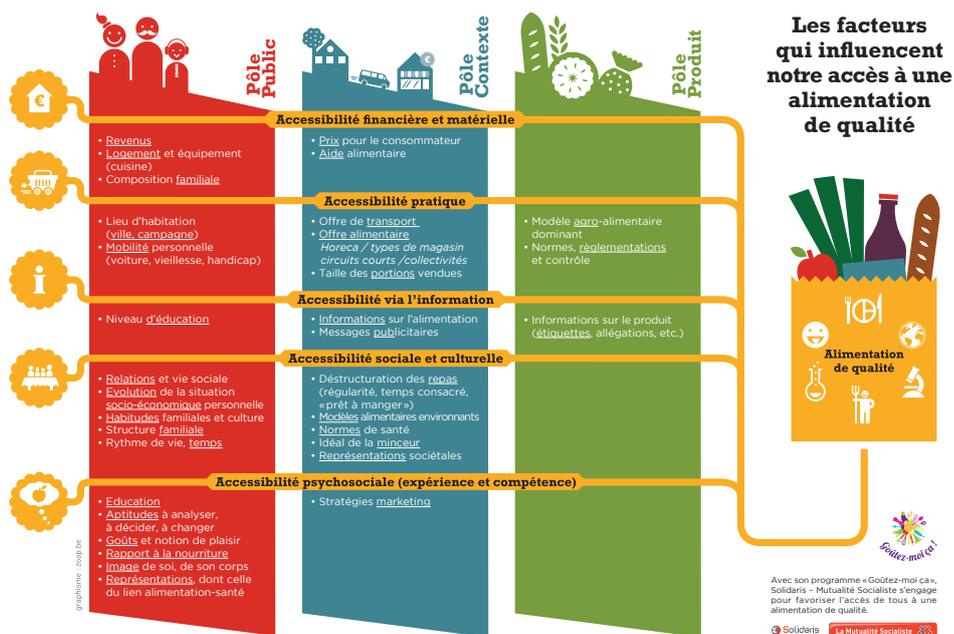
dans un parcours, dans un ensemble d'actions complémentaires entre elles et dans un écosystème local. D'où la vigilance de ne pas cloisonner l'action autour d'elle-même, mais l'intégrer ou la mettre en lien avec un ensemble d'actions. Il s'agit de mettre en lien des actions réalisées dans la même structure et/ou avec d'autres structures.

Nous avons pu voir par exemple cette articulation dans les trois expérimentations, ainsi à Natures Pradettes, les familles venaient au centre social faire des ateliers cuisine à partir des légumes récupérés dans les paniers de Natures Pradettes.



Autre élément important, il s'agit de considérer les différents types d'accessibilité. Cinq domaines de l'accessibilité sont à envisager : accessibilité financière et matérielle, accessibilité pratique, accessibilité via l'information, accessibilité sociale et culturelle, accessibilité psychosociale (expériences et compétences). Ces déterminants conditionnent l'accès à une alimentation de qualité. Le schéma ci-contre permet d'en avoir une vision globale :

Les éléments interagissent entre eux, appréhender cette globalité permet d'affiner et de penser la complémentarité de plusieurs actions.



Source : site Belge, <http://www.alimentationdequalite.be/outils/modele-accessibilite.html>

QUI PARTICIPE ?

Il est intéressant de noter que la mixité des participants existe dans les groupes des projets, même si elle doit être approfondie. Ainsi dans les actions menées autour des questions alimentaires on a pu distinguer :

- les convaincus (une part importante, ils attachent autant d'importance à la qualité de l'alimentation qu'à l'accès à cette alimentation pour les personnes en situation de précarité),
- les timides/curieux (ils ont eu l'information par le bouche à oreille, par transmission, ils sont parfois concernés par la précarité mais peuvent se dire dans un premier temps « ce n'est pas pour moi »),
- les pragmatiques (ils souhaitent une alimentation de qualité et donnent peu d'importance aux questions sociales).

« Quand nous allons dans un magasin ou au marché on va choisir nos légumes selon notre habitude alimentaire et nos goûts et on ne va pas sortir de notre zone de confort en tout cas pour moi. Quand on prend des légumes des paniers on doit à chaque fois s'adapter. »

Témoignage d'une bénéficiaire.

Ce classement transcende les situations économiques des personnes, certaines personnes pouvant être en situation de précarité mais ayant développé une conscience forte des enjeux écologiques et inversement. Une participante témoigne de ces nuances :

« Au départ quand les paniers solidaires se sont mis en place l'expérimentation m'a paru intéressante et je l'ai plus conçue de façon intellectuelle.

C'est à dire que ça serait bien pour le projet de démontrer que nous pouvons y arriver dans le montage du projet. Puis quand vous m'avez proposé de prendre un panier solidaire j'ai hésité car étant seule, comment je vais arriver à gérer ces légumes avec mon travail et mon envie de cuisiner des légumes puis je me suis dit que je devais faire le pas pour encourager l'expérimentation et être solidaire.

Encore un passage de l'intellectuel à comment je conçois et gère mes choix et je les réalise. A partir de ce pas et au fur et à mesure, je me suis mise

à cuisiner de façon plus saine puisque j'avais ces légumes et aussi concevoir que je peux prendre du temps pour moi même si je suis seule et prendre soin de mon alimentation donc de ma santé. »

Elle décrit bien ici les différentes étapes de son engagement, qui passe d'abord par un engagement moral et intellectuel, qui l'amène peu à peu à prendre des paniers et changer son rapport à l'alimentation.

La diversité des actions qui existe autour de l'action sur l'alimentation, permet que se développe un parcours d'engagement dans d'autres actions du territoire.

Cette porosité permet d'atteindre de nouvelles personnes, de faire connaître l'action, d'orienter des personnes vers d'autres espaces d'engagement, etc.

In fine, cela permet de rendre possible un processus d'émancipation, le développement d'une économie populaire, l'autonomie des personnes, le sentiment d'appartenance, etc.

L'action développée par la FR Civam et Solidarity Union a permis que se développe ce parcours d'engagement, que ce soit pour des « convaincus » ou pour des « timides/curieux », en positionnant l'action à l'intérieur d'une association de solidarité, la Casa. Ce lieu est ouvert, on peut venir y boire un café, discuter, cuisiner, manger. La mixité des fonctions permet le croisement des personnes, mais aussi des espaces et des possibilités d'agir (que ce soit pour déplacer une table ou faire un atelier cuisine).

Parmi les participants, la présence d'agriculteurs est souvent difficile en raison de leur temps disponible. Mais elle est importante à plusieurs titres :

- Elle permet à l'ensemble des participants de comprendre leurs contraintes,
- Elle permet une prise de conscience des enjeux globaux de l'alimentation et de mieux connaître le territoire,
- Elle permet de reconnecter les mangeurs/mangeuses urbaines de la saisonnalité des productions.
- Ils font tout simplement parti du paysage alimentaire !

LES LIEUX ET LES TEMPS DE L'ACTION

Les temps et lieux des actions font moins souvent l'objet d'attention, or ils sont importants pour faciliter l'accès social et culturel.

Par exemple on se rend compte que parfois, le temps de l'atelier cuisine et le temps de distribution peuvent être séparés pour des raisons d'espaces, d'organisation (**Pour Natures Pradettes, l'atelier cuisine est mené au centre social et la distribution dans un autre local**). Cette séparation est préjudiciable à la pensée globale de l'accès à l'alimentation et à la participation des personnes.

Le fait de penser le lieu (ouvert/fermé, multi-activités, etc.) permet de faire venir de nouvelles personnes, mais aussi de mixer les fonctions : approvisionnement, distribution, lien social, manger ensemble, conception, ce qui permet de créer des passages, des parcours entre les différentes fonctions, et facilite l'appropriation. La Maison de l'Avenir a par exemple organisé des distributions des commandes groupées sur l'espace public, en présence des agriculteurs, autour d'un apéritif, confectionné par les membres, dont les recettes servaient à alimenter une caisse solidaire.

Penser le lieu permet aussi de prendre en compte qu'il ne s'agit pas uniquement de faciliter l'accès à l'alimentation, cela permet aux personnes

de sortir de l'isolement, d'apprendre, d'échanger des connaissances, d'être un lieu ressource, etc.

« J'habite une commune à coté du lieu de distribution, alors c'est une occasion pour prendre mon vélo. J'aime retrouver les gens à la distribution de panier, ça fait du lien social. »

« Le lieu de distribution est optimal, je fais mes courses, le coiffeur, le dentiste, dans le quartier alors par la même occasion je viens chercher mon panier de légumes. »

La question du temps, et pas uniquement des horaires de l'action, est aussi un élément important qui est souvent peu pensé :

- Les parcours de vie des personnes les rendent plus ou moins disponibles : l'engagement peut être discontinu – renforcé en situation de précarité – le temps disponible pour cuisiner est réduit au détriment d'autres activités, etc.
- Ce rapport au temps nécessite d'être pris en compte comme des freins pour accéder à une alimentation de qualité : Quelles réflexions collectives sur les temps de vie ?
- Par ailleurs, les rythmes de vie quand on est en situation de précarité ou pas n'est pas le même. Par exemple

« Le fait d'avoir visité le lieu de production et de savoir d'où et comment viennent les produits augmente mon plaisir de les consommer. »

« Quand on prend des légumes au jardin de cocagne on doit à chaque fois s'adapter à ce qui se trouve dans ce panier et imaginer des recettes [...] cela nous fait prendre conscience que nous devenons des acteurs consommateurs créatifs et tolérants par rapport à la production d'une ferme maraîchère. Et nous plongeons ainsi dans nos valeurs que nous voulons porter au projet agro urbain du quartier. »

certaines personnes prennent des paniers à un tarif plus élevé, en solidarité avec d'autres. Mais lorsqu'ils partent en vacances, et ne prennent pas leur panier, cela crée un déséquilibre financier. Comment ces rythmes différents sont pris en compte ?

- Enfin, la question de la temporalité des distributions (entre passer une commande et venir la chercher : cela nécessite de l'anticipation, de concevoir des menus, etc.) est confrontée au rapport à l'immédiateté à laquelle est habituée une grande partie de la population.

« Il n'est pas toujours facile d'amener les populations les plus précaires à acheter des paniers alimentaires solidaires malgré son accessibilité. Il y a d'autres facteurs qui rentrent en jeu comme le facteur temps, la place pour cuisiner chez soi, le type de légumes, le prix encore trop élevé pour certains. Ce qui est difficile c'est de "fidéliser" les populations précarisées ou non pour qu'elles continuent à manger plus sainement en achetant le panier alimentaire solidaire. »

Autant de questions qui nécessitent d'être travaillées lorsque l'on souhaite engager une action pour s'assurer de son impact plus large que le simple accès à des produits de qualité.

LES MARGES D'INCERTITUDE

Travailler sur l'accès à une alimentation de qualité, notamment avec et pour des personnes en situation de précarité, nécessite d'être à l'écoute de leurs points de départ, de leurs modes de fonctionnement, des choses qu'ils vont apporter à l'action.

Cette posture invite donc à laisser des marges dans l'action qui ne seront pas prédéfinies, des possibilités de faire des modifications pour prendre en compte une mixité des produits par exemple : aide alimentaire, dons, groupement d'achat, etc.

Cette diversification des produits se fait par les situations qui se présentent et permet de modifier progressivement des modes de fonctionnement sans imposer un modèle à la place d'un autre.

Des actions qui proposent des produits biologiques vont parfois avoir des difficultés à intéresser des personnes qui vivent la précarité car elles vont considérer que ces produits « ne sont pas pour elles », ou bien « qu'elles n'aient pas l'habitude ou ne savent pas les cuisiner ». Intégrer la possibilité d'une diversité de produits permet de créer des acculturations progressives. Y compris pour permettre à des bénévoles qui ne connaissent pas certaines pratiques alimentaires de s'ouvrir à ces diversités !

Il est important aussi de rapidement tirer des enseignements pour faire évoluer des modèles :

- Des paniers de légumes sont trop chers/volumineux ?
- Quelles adaptations pouvons-nous

faire ?

- Des personnes ne peuvent pas participer financièrement ?
- Comment peuvent-elles soutenir le projet ?
- Quels modèles économiques peuvent se créer localement, selon les ressources locales ?

« La répétition dans le temps et en quantité de certains légumes rendent difficile leur consommation à deux. D'un autre côté, cela m'a amené à partager avec des amis. »

Autant de questionnements qui peuvent survenir et pour lesquels le groupe projet doit être attentif et souple afin de s'adapter aux besoins et réalités du territoire.



L'ÉVALUATION DES ACTIONS MENÉES

Pourquoi évaluer ?

L'évaluation consiste à donner de la valeur à ce qui est produit. Souvent peu mise en place car elle nécessite d'y consacrer du temps, elle est essentielle pour s'assurer que les actions mises en œuvre répondent bien aux besoins identifiés.

Elle permet aussi de faire évoluer l'action selon les résultats, étant donné

que l'action n'est qu'un support pour des objectifs généraux !

Afin de suivre les expérimentations sur les différents aspects de la démocratie alimentaire, nous avons proposé un outil d'évaluation, à utiliser lors d'une réunion collective du groupe projet par exemple, pour noter les aspects sur lesquels l'action a avancé pour atteindre les objectifs fixés et

dépasser les logiques quantitatives (x personnes concernées par l'action). Il s'agit de prendre un temps collectif pour identifier les objectifs et en fonction, déterminer les éléments à observer dans le cadre de l'action pour mieux mesurer leur apport. Cette liste est indicative et doit être adaptée et complétée selon les enjeux identifiés par les porteurs de l'action.

	Items	Critères d'évaluation collectifs
Système alimentaire	Coopérations Complémentarité Durabilité Circuit-court	Nature des coopérations Diversité des types de coopérations Augmentation de la diversité des partenaires Augmentation du nombre d'acteurs de l'approvisionnement Participation au plan de culture
Accessibilité	Accessibilité financière et matérielle Accessibilité pratique, physique et géographique Accessibilité via l'information Accessibilité sociale et culturelle Accessibilité psycho-sociale (expérience et compétence)	Diversité des participants (origine sociale, culturelle, âge) Le temps de la distribution est adapté aux personnes Diversité des canaux d'informations Diversité des types d'informations sur les produits, le système alimentaire Diversité des produits adaptés aux personnes Augmentation des compétences sur l'alimentation des personnes Participation à des actions diverses
Démocratie alimentaire	Participation Gouvernance Emancipation	Evolution du type des participations Diversité des participants Changement de posture des personnes (d'observateur à participant) Intégration d'idées d'acteurs inattendus
Solidarité	Socialisation Réciprocité Entraide	Evolution des représentations sur l'accès à l'alimentation pour tous Place de l'alimentation dans la vie quotidienne (durée, lieux, etc) Actions de réciprocité mises en place Nouvelles relations tissées

« Cet outil cherche à faire réfléchir les personnes engagées dans l'action. Pour chaque item, les questions évaluatives, permettent de préciser ce qui est envisagé derrière chaque item. Chaque initiative doit s'approprier ces thématiques et poser des questions qui lui sont propres. »

Dans le cadre de l'expérimentation, la coopération est ressortie comme essentielle pour développer une approche systémique de l'alimentation, le Lériss a donc proposé d'observer pour analyser la nature des relations actuelles, et ce qu'il

fallait changer pour augmenter la qualité des relations et parvenir à une véritable coopération. La question centrale était : comment passer d'une relation de prestation de service à une coopération qui a du sens pour chaque partie.

« Une fois ce travail effectué, cela permet de voir dans quelle mesure le travail entrepris a avancé par rapport à une situation idéale de coopération, et renseigner le tableau suivant. »

La réciprocité de la coopération		Les limites et contraintes liées à la coopération		Les bénéfices de la coopération		Comment les contraintes des uns et des autres sont prises en considération ?	
		Pour vous	Pour le partenaire	Pour vous	Pour le partenaire	Quels seraient les leviers	
Coopération entre vous et ...							
Des agriculteurs / le monde agricole							
Les autres associations du territoire							
Les travailleurs sociaux							
Des acteurs économiques locaux							
Les personnes en situation de précarité							
Les associations d'aide alimentaire							
	Qualifier le type de coopération						
	But commun identifié						
	Quel est le partenaire ?						

Pour aller plus loin...

S'engager dans une expérimentation permet à l'ensemble des participants de se mettre dans une logique de questionnement, et de prise de recul sur les actions menées. La présence d'un tiers extérieur, non impliqué (ou désimpliqué sur cette action le temps de prendre ce rôle), peut aider à cela. Les actions menées n'ont pas forcément vocation à s'inscrire dans la durée, mais doivent se réajuster en permanence pour tenir compte des besoins émergents, des modes de fonctionnement des personnes, etc. La démarche d'expérimentation permet également de renouer avec le sens du projet associatif, parfois oublié devant l'urgence présumée de répondre aux besoins (ici d'alimentation des personnes en situation de précarité). Cette démarche a permis aux porteurs de projets, et d'une manière générale aux personnes qui s'engagent dans ces processus, de retrouver du sens, du plaisir, et d'élargir l'horizon des possibles, qui n'est limité que par nos schémas de pensée et ce que nous considérons comme immuable.

La démocratie alimentaire, nous l'avons vu tout au long de ce guide, doit mettre au travail de manière simultanée et décloisonnée, de mul-

tiples leviers. La coopération pour parvenir à répondre à cet enjeu, est un élément central, elle ne doit oublier aucun des acteurs du système alimentaire : pouvoirs publics, associations, agriculteurs, autres acteurs de l'économie, et bien évidemment, les citoyens et citoyennes, quelle que soit leur situation économique, considérant qu'au-delà de ces situations, ils et elles ont toutes et tous des compétences à mettre au service de la réflexion collective.





DES FICHES REPÈRES

et fiches outils





FICHE REPÈRE

La posture de l'animateur

Viser la démocratie alimentaire, c'est adopter une posture bienveillante, optimiste et au service des personnes et des collectifs.

PLUS SPÉCIFIQUEMENT, IL S'AGIT :

- Que l'animateur se conçoive comme le facilitateur des échanges et le garant d'un cadre bienveillant, clair et permettant d'atteindre des objectifs. Un cadre sécurisant permet des échanges de qualité entre des personnes qui se sentent bien. Les activités doivent être au service de cette visée ; l'idée est que l'animateur se les approprie et se sente légitime de les adapter pour rester au plus près des besoins des personnes,
- De considérer que les participants ont de nombreuses compétences mais que ces compétences sont souvent mal reconnues. Il s'agira de les identifier, de les valoriser et de permettre leur développement dans un but d'estime de soi et d'émancipation des personnes. L'idée est de reconnaître ce dont les personnes sont capables et de s'appuyer sur ces forces pour mener à bien un projet collectif. Ce faisant, d'autres compétences sont découvertes. L'important est de valoriser ce que les personnes et le groupe ont à s'apporter mutuellement,
- De permettre aux personnes de sortir des stigmates, des places qui leur ont été assignées et de leur position de bénéficiaire pour se sentir actrices.

Quelques éléments de posture et questionnements :

CADRE BIENVEILLANT

Les incontournables :

La personne en face de soi n'est pas un adversaire.

- Expliquer clairement le projet et le contenu du déroulement.
- Demander le baromètre du groupe de 0 à 10 pour se rendre compte de comment le groupe se sent.
- Rappeler les règles de respect.
- Laisser la parole à tous et parler chacun à son tour.
- Participer.
- Pas de moqueries.
- Votre rôle d'accompagnateur est d'instaurer un environnement neutre.

Les questions à se poser :

- Qu'est-ce que je fais pour que mon cadre soit bienveillant ?
- Est-ce que je sais comment va chaque individu ?
- Est-ce que les personnes ont compris sur quoi on allait travailler ensemble ?

UN RAPPORT D'ÉGALITÉ

Les incontournables :

- Une relation accompagnant / accompagné qui ne se situe pas dans une posture de dominant (sachant)/ dominé (apprenant), mais dans une relation égalitaire.
- Une co-construction de la connaissance, qui valorise les savoirs expérientiels des personnes.
- Une reconnaissance de l'égalité de valeur des savoirs de chacun pour analyser les situations de la vie sur lesquelles travailler.
- Un cheminement ensemble vers une transformation des rapports sociaux (...)
- Que l'objet de l'accompagnement ne soit pas un « alibi », ne serve pas de prétexte à l'accompagnement : l'objet du travail doit être défini en commun, dans l'intérêt du groupe, y compris de l'accompagnant.
- Créer des conditions pour éveiller la "conscience" et développer l'esprit critique.

La relation d'égal à égal est un prérequis pour une approche qui reconnaît chaque personne en capacité d'agir. Soutenir des parcours d'accompagnement

permet aux personnes de sortir des places qui leur sont assignées (par l'incorporation de normes dominantes de la société). Votre rôle est de permettre d'accéder aux personnes à une compréhension du monde qui leur permette en tant que citoyens de se situer, d'analyser sa propre situation et de l'envisager au regard de ce qu'elle pourrait être.

Les questions à se poser :

- Qu'est-ce que je mets en place pour assurer une relation égalitaire ?
- Quelles conditions j'ai mis en place pour favoriser l'éveil de la "conscience" et le développement de l'esprit critique ?
- Comment j'assure que l'objet de travail soit travaillé en commun ?

CHACUN A DES RESSOURCES

Les incontournables :

- Promouvoir l'égalité des savoirs, des intelligences, des places, des expériences.
- Questionner les personnes et les écouter.
- Observer les pratiques, les actions menées par les personnes.
- Valoriser les petits pas, les petites réussites.
- Rendre visible les compétences des personnes à travers des outils.

Les personnes ont des compétences souvent rendues invisibles par leur situation de précarité (dévalorisation personnelle, réponse aux attentes de la société qui positionne les personnes dans une posture de manque). Votre rôle est de mettre en avant la reconnaissance et la valorisation des savoirs des personnes. Il ne s'agit pas d'orienter les personnes vers une certaine vision de ce qui serait juste, mais de construire avec eux les capacités pour faire les bons choix.

Les questions à se poser :

- Quelles conditions j'ai mis en place pour que les personnes puissent s'exprimer, participer, s'impliquer ?
- Quels outils j'ai choisi pour identifier les ressources des personnes ?
- Que dois-je mettre en place pour que les ressources identifiées puissent servir aux personnes dans leur parcours ?



FICHE REPÈRE

Mobiliser des personnes

Objectifs

Identifier les éléments clés pour mobiliser les personnes

S'adapter aux réalités et contraintes de vie des personnes

Ne pas figer de cadres trop contraignants

LES QUESTIONNEMENTS À SE POSER

- Observer, apprendre, comprendre, se relier aux réalités sociales et non à sa vision des choses...
- Créer du lien (parrainage), accueillir,
- Constituer un groupe projet, favoriser les binômes,
- S'adapter, être souple, innover sur les formes, s'adapter aux personnes (parfois difficile pour certains de se lever tôt, problématique de garde d'enfants...)
- Utiliser des outils d'animation variés : petits déjeuners, post-it, débats mouvants... pas que l'écrit ou l'expression collective...
- Permettre les entrées et sorties permanentes, accepter que le groupe soit mouvant nécessite qu'une personne soit la mémoire du groupe et donner aux nouveaux les clés pour rapidement monter dans la barque (afficher les comptes rendus... pas que mails).
- Accepter l'instabilité, la non-maîtrise de ce qui va être produit.
- Valoriser les actions réussies.



B

FICHE REPÈRE Coopérer

Objectifs

Être vigilant à créer de bonnes conditions de coopération

CE QU'EST LA COOPÉRATION

Un partenariat

C'est une association entre deux ou plusieurs entités qui décident de coopérer en vue de réaliser un objectif commun.

Tout en laissant leur autonomie à chacun des partenaires, il permet de créer des synergies, de tirer profit d'une complémentarité, de mettre en commun des ressources, d'affronter en commun une situation, etc.

La relation entre les partenaires est formalisée par un contrat ou un protocole de collaboration dans lequel les responsabilités, rôles et contributions financières de chacune des parties sont clairement définis .

Une démarche pour soutenir la coopération :

- Repérer les acteurs concernés (en ayant une vision large et systémique : le commerçant du quartier fait aussi partie du paysage alimentaire des personnes)
- Engager un processus de connaissance réciproque (qui on est ? ce que l'on veut ?)
- Identifier ou faire émerger les intérêts communs.
- Rechercher les complémentarités.
- Fixer le cadre du partenariat (engagement réciproque, rôle de chacun) inscrit dans une convention de partenariat.
- Faire évoluer le cadre du partenariat dans le temps, en fonction de l'évolution du contexte.



FICHE REPÈRE

Gestion des conflits

4

Objectifs

Identifier les éléments du conflit et travailler dessus

Timing 45 minutes

LES QUESTIONNEMENTS À SE POSER

- **Quel type ?**

Conflit positif qui peut être créateur pour l'équipe / conflit négatif qui nuit à l'équipe et à l'efficacité de l'action.

- **Quelles origines ?**

Psychologique, économique, sociale, technologique.

- **Quelle nature ?**

Porter sur les faits, les objectifs, les valeurs, les méthodes.

- **Quels types de réactions ?**

Evitement, dénégation, démission, réponse autoritaire ou répressive.

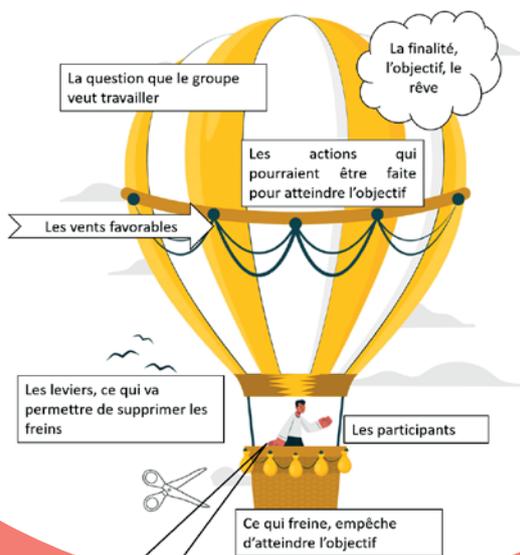
- **Face au conflit :**

Chercher le compromis, collaborer, plutôt que rivaliser, céder ou éviter.

- **Prévenir les conflits :**

Culture commune, convention, communication orale.

1



FICHE OUTIL

La montgolfière

Objectifs

Approfondir l'enjeu/
problème choisi
Identifier les objectifs,
freins, ressources...

Lister des actions possibles qui
répondent à l'enjeu/problème choisi

Timing 45 minutes

Description

Compléter les
différents éléments de
la montgolfière pour
regarder la situation
sous plusieurs angles

Matériel

Très grande affiche
avec le dessin ci-dessus
reproduit en grand

ÉTAPES

L'affiche est placée au milieu du groupe. Ensemble, les participants répondent aux différents aspects. Voici un ordre intéressant pour parcourir la montgolfière :

- 1 L'enjeu, la question, le problème que le groupe veut travailler.
- 2 La finalité, l'objectif, le rêve.
- 3 Les participants : leurs noms, leurs forces, leurs limites.
- 4 Les vents favorables : les ressources, les disponibilités, les compétences, présentes dans le groupe et dans son environnement.
- 5 Les freins : ce qui empêche d'atteindre l'objectif.
- 6 Les leviers : ce qui va permettre de supprimer les freins.
- 7 Les actions qui pourraient être faites pour atteindre l'objectif.

Pour les 2 premiers, il est important que le groupe arrive à une formulation qui fasse consensus. Si nécessaire, les différentes propositions sont débattues et on cherche une formulation qui convient à tout le monde.

Pour les autres points, comme dans un brainstorming, toutes les idées sont notées. Il est important de ne pas se limiter, de permettre à chacun de dire ce qui lui vient en tête sans jugement. C'est parfois des idées les plus folles qu'émerge une idée qui mobilise tout un groupe.

L'ordre des étapes ne doit pas être contraignant. Si un participant a une idée sur un point qui a déjà été travaillé, il peut toujours l'ajouter.



FICHE OUTIL

Carte communautaire du territoire

Objectifs

Identifier les ressources du territoire et du réseau

Construire des partenariats

Timing 35 minutes

Description

Visualisation géographique des ressources et acteurs du territoire utiles pour le projet

Matériel

Une grande affiche ou une grande carte vierge quartier, ville, territoire

Marqueurs de différentes couleurs

PRÉPARATION

L'animateur réfléchit aux éléments intéressants à identifier sur le territoire en fonction du projet choisi par le groupe. Il établit une liste de questions (entre 4 et 8). Ex. de questions/instructions pour la mise en place d'un potager collectif :

- Qui pourrait nous proposer un espace pour implanter notre potager ou autre action ?
- Qui pourrait nous transmettre les connaissances/ compétences manquantes ?
- Où trouver les matériaux nécessaires (constructions en bois, terreau, plantes...) ?
- Qui doit nous donner une autorisation ?
- Qui pourrait financer notre projet ?
- Qui pourrait nous aider à communiquer le projet au quartier ?
- Où trouver des voisins intéressés à rejoindre le projet ?

ÉTAPES

- 1 Au milieu du groupe, l'animateur dépose une carte vierge (rues + quelques bâtiments symboliques) ou une feuille pour que les participants puissent la dessiner eux-mêmes.
- 2 Pour chaque instruction/question, le groupe choisit une couleur de marqueur pour représenter les acteurs/ressources pertinents pour le projet.
- 3 La carte est complétée par couche pour visualiser tous les acteurs du système (alimentaire, économique...) : producteurs, distributeurs...
- 4 Si c'est utile, le groupe peut visualiser les acteurs/ressources en différenciant ceux à qui ils font déjà appel actuellement et ceux qu'ils pourraient solliciter avec des symboles spécifiques (ex : astérisque, surlignage, encadrement...).



3 FICHE OUTIL

Observer l'action

Objectifs

Tisser des liens avec les personnes

Recueillir des informations

Timing 35 minutes

Description

Réaliser des entretiens avec les personnes qui participent à l'action pour prendre du recul sur ce qui est fait. Ces entretiens peuvent être fait à différents moments du projet et permettront de mesurer ce que l'action produit aux regards des enjeux identifiés.

Prénom de la personne : _____

Rôle dans la structure : _____

Age : ____

CONTEXTE

- Comment avez-vous connu le projet ?
- Comment ça s'est passé pour que vous participiez à l'action ?
- Depuis quand participez-vous au panier ou au groupement d'achat ?
- Quelles étaient vos attentes au départ ?

PENDANT OU APRÈS L'ACTION

- Qu'est-ce que ça change pour vous d'avoir vos légumes là ?
- Qu'est-ce qui est difficile ? qu'est-ce qui est bien ?
- Est-ce que vous faites des choses en plus que vous n'aviez pas pensé au départ ? (Ne pas que venir chercher le panier).
- Est-ce que vous pensez que votre regard a évolué ? Si oui, sur quel aspect ?
- Est-ce que vos pratiques ont évolué ? Si oui sur quel aspect ?
- S'il fallait retenir une chose de cette expérience ?



DÉFINITION

des concepts

APPROCHE SYSTÉMIQUE DE L'ALIMENTATION

Qui prend en compte toutes les activités du système alimentaire : production, transformation, distribution, consommation, gestion des déchets.

Pour aller plus loin : collectivitesviables.org

CIRCUITS COURTS

Un circuit court est un mode de commercialisation des produits agricoles qui s'exerce soit par la vente directe du producteur au consommateur, soit par la vente indirecte à condition qu'il n'y ait qu'un seul intermédiaire (Ministère de l'Agriculture).

CIRCUITS DE PROXIMITÉ

Un circuit de proximité ne tient pas compte du nombre d'intermédiaires mais de la distance géographique entre le producteur et le consommateur. La distance fixée est variable en fonction du type de production concernée, d'environ 30 km pour des produits agricoles simples comme les fruits et légumes, à 80 km pour ceux nécessitant une transformation. (Ademe).

COOPÉRATION

La coopération consiste à mettre en lien (partager, échanger) et à mettre en commun les ressources dont on dispose (les moyens, les idées, les compétences) et à s'organiser pour accéder aux ressources dont nous avons besoin (ici l'alimentation).

DÉMOCRATIE ALIMENTAIRE

«La démocratie alimentaire représente la revendication des citoyens à reprendre le pouvoir sur la façon d'accéder à l'alimentation, dans la reconnexion entre celle-ci et l'agri-

culture. La démocratie alimentaire émerge comme un terreau particulièrement propice à la construction d'une nouvelle citoyenneté, dans laquelle les citoyens retrouvent les moyens d'orienter l'évolution de leur système alimentaire à travers leurs décisions et pas uniquement leurs actes d'achat.

Cependant, pour que la démocratie alimentaire s'incarne dans des réponses de la vie ordinaire des citoyens, il est nécessaire de s'appuyer sur une compréhension systémique du système alimentaire, et une compréhension de la fonction de l'alimentation qui n'est pas seulement biologique (remplir les ventres), mais également 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. En outre, les règles sociales liées au modèle alimentaire du pays où nous vivons (Fischler et al., 2008) sont à prendre en compte pour comprendre les différences, les résistances, les contraintes, etc.»

Démocratie alimentaire : de quoi parle-t-on ? Dominique Paturel et Patrice Ndiaye, 2019

DROIT À L'ALIMENTATION

Droit de l'homme reconnu par le droit international. Il protège le droit de chaque être humain à se nourrir dans la dignité, que ce soit en produisant lui-même son alimentation ou en l'achetant. Pour Olivier De Schutter, ex-Rapporteur spécial de l'ONU, le droit à l'alimentation est : « le droit d'avoir un accès régulier, permanent et non restrictif, soit directement ou au moyen d'achats financiers, à une alimentation quantitativement et qualitativement adéquate et suffisante correspondant aux traditions culturelles du peuple auquel le consommateur appartient, et qui lui procure une vie physique et mentale, individuelle et collective, épanouissante et exempte de peur. »



ÉDUCATION POPULAIRE

L'éducation populaire, c'est avant tout l'ambition de ne pas séparer l'action et l'analyse, de ne pas séparer celles et ceux qui font, celles et ceux qui réfléchissent, et celles et ceux qui décident (...) L'éducation populaire, ce n'est pas éduquer le peuple. Ce n'est pas apporter la conscience de l'extérieur à des personnes qu'on considérerait comme « à conscientiser ». Ce sont des dynamiques collectives qui permettent aux dominé-es de développer ensemble une compréhension critique de la société et des origines des inégalités sociales. Il s'agit de se donner les moyens de comprendre le monde pour pouvoir le transformer. Adeline de Lépinay. www.education-populaire.fr

ÉMANCIPATION

« L'émancipation désigne un processus de libération politique, individuel et collectif, vis-à-vis d'un ensemble de tutelles, de normes ou d'assignations minorantes » (Tarragoni, 2014).

“Nous entendons par émancipation, le processus qui vise à sortir de la place qui nous a été assignée par notre genre, notre sexe, notre situation sociale, notre origine ethnique...” (Maurel, 2010)

JUSTICE SOCIALE

Deux dimensions complémentaires sont identifiées : la redistribution et la reconnaissance, qu'elle associe à deux types d'injustice : l'injustice socio-économique (exploitation, marginalisation ou exclusion économique) et l'injustice de type symbolique (domination culturelle par l'imposition de modèles sociaux)

Fraser Nancy, 2011. *Qu'est-ce que la justice sociale? La découverte.*

PREMIERS CONCERNÉS

L'expression désigne les personnes qui ont l'expérience de la précarité

PUISSANCE SOCIALE (ET NON POUVOIR D'AGIR)

“La puissance sociale serait donc l'ensemble des représentations (de soi et des autres) et des compétences qui permettent de dépasser les positions sociales et d'agir sur son environnement”.

L'émancipation comme condition du politique. L'agir social réinterrogé. Virginie Poujol et Olivier Douard (dir.), Edilivres, 2018.

SYSTÈME ALIMENTAIRE DURABLE

La durabilité d'un système alimentaire s'observe autour de différentes dimensions :

- La sécurité alimentaire (qualité, disponibilité, adéquation...)
- La nutrition (santé...)
- La dimension sociale et culturelle (inégalités, identité...)
- Les modes de gouvernance (participation, transparence...)
- La dimension économique (emplois décents, équité...)
- La dimension environnementale (pollution, biodiversité...)
- Pour aller plus loin : programme URBAL



RESSOURCES

bibliographiques mob

GUIDES MÉTHODOLOGIQUES

Guide d'animation communautaire, Des compétences émancipatrices par l'action collective, Projet européen Cetal, Lérès, Février 2022

Une place à table ! Guide pédagogique : Co-construire des tiers lieux de solidarité et de transition alimentaire, Lérès, Février 2022

OUVRAGES

Marie-Hélène Bacqué et Carole Biewener, L'empowerment, une pratiques émancipatrice, La découverte, 2013

Luc Boltanski, De la critique. Précis de sociologie de l'émancipation, Gallimard « NRF Essais », 2009

Sue Booth and John Coveney, Food democracy, from consumer to food citizen, Springer, 2015

Viviane Chatel et Marc-Henry Soulet (co-dir), Agir en situation de vulnérabilité, Presses Universitaire Laval, 2003

Yuna Chiffolleau, Les circuits courts alimentaires, Entre marché et innovation sociale, Erès, 2019

Nicolas Duvoux, L'autonomie des assistés, PUF, 2009

Robert Gottlieb and Anupama Joshi, Food justice, Paperback, 2013 Axel Honneth, La Lutte pour la reconnaissance, Cerf, 2000

Nancy Fraser, Qu'est-ce que la justice sociale ? La découverte, 2005 Christian Maurel, Education populaire et puissance d'agir, L'Harmattan, 2010 Serge Paugam, La disqualification sociale, Puf, 1994



utilisables

ARTICLES

Yuna Chiffolleau et Dominique Paturel, Les circuits courts alimentaires « pour tous », outils d'analyse de l'innovation sociale dans *Innovations* 2016/2 (n° 50), pages 191 à 210.

[en ligne] <https://www.cairn.info/revue-innovations-2016-2-page-191.htm>

Dominique Paturel, Circuit court et cohésion sociale : un exemple de co-construction d'indicateurs sociaux, 2015

[en ligne] <http://inra.academia.edu/DominiquePATUREL>

Dominique Paturel, « Aide alimentaire et accès à l'alimentation au tamis de l'expérimentation sociale », *Anthropology of food*, 2016.

[en ligne] <http://journals.openedition.org/aof/7986>

Anne Dupuy et Ana Masillo, Représentation et stratégie alimentaire des personnes en situation de précarité, 2012.

[en ligne] <http://www.opnalim.org/representation-et-strategie-alimentaire-des-personnes-en-situation-de-precarite/>

Tarragoni F. (2013), « Émancipation », in Casillo I. avec Barbier R., Blondiaux L., Chateauraynaud F., Fourniau J-M., Lefebvre R., Neveu C. et Salles D. (dir.), *Dictionnaire critique et interdisciplinaire de la participation*, Paris, GIS Démocratie et Participation, 2013. [en ligne] <http://www.dicopart.fr/fr/dico/emancipation>.



HAUTE-GARONNE
INGENIERIE
AGENCE TECHNIQUE DÉPARTEMENTALE

54 Bd de l'embouchure
31200 TOULOUSE

05 34 45 56 56

atd31.fr

accueil@atd31.fr

