



Un projet d'Education à  
l'Environnement et au  
Développement Durable  
s'invite chez l'A.N.D.E.S. à travers la  
création d'un outil pédagogique



Christelle Chevalier  
A.N.D.E.S  
7 rue Domrémy  
75013 Paris



Claire Hergott,  
9 rue Célestin Freisnet  
48400 Florac

# REMERCIEMENTS

Un premier remerciement à Marie-Claude Jonquoy sans qui je n'aurais peut-être pas connu l'expérience A.N.D.E.S. si elle n'avait pas fait preuve d'autant de détermination afin de me rencontrer.

Un grand merci à l'ensemble de l'équipe A.N.D.E.S. pour la bonne humeur de tous les jours, la convivialité, l'accueil, et les repas bien animés du midi...

Christelle, Agathe, Marie, ce fut très agréable de se joindre à votre équipe au cours de ces trois mois de stage, je vous remercie pour votre disponibilité, votre dynamisme, votre optimisme, votre écoute, votre confiance, vos conseils et vos encouragements, ce fut une expérience très enrichissante tant sur le plan professionnel que personnel.

Je remercie également mon entourage pour leurs précieux conseils et retours lors de la rédaction de ce rapport.

Sans oublier de remercier Claire Hergott, ma tutrice, pour sa disponibilité.

# Sommaire

Introduction.....	5
1ère partie : La structure.....	6
1. Présentation .....	6
Qu'est-ce qu'une épicerie solidaire?.....	6
2. Les missions de l'A.N.D.E.S .....	8
3. Les ateliers et chantiers d'insertion (A.C.I) de l'A.N.D.E.S.....	8
4. Alimentation, nutrition et plaisir de manger.....	9
La Compagnie des Gourmands (CDG) .....	9
5. Le programme UNITERRES .....	9
Qu'est-ce qu'une banque alimentaire?.....	9
6. Les partenaires de l'A.N.D.E.S. ....	10
7. Le pôle communication et partenariats .....	11
8. La commande du stage.....	11
Discussion et reformulation de la commande .....	11
Conclusion : .....	12
2ème partie : Problématique .....	13
1. Le contexte socio-économique .....	13
2. Petite piqûre de rappel.....	14
Le déroulement des ateliers de la CDG .....	14
3. Dans l'air du temps.....	15
4. Arbre à objectifs : .....	16
5. Et l'EEDD dans tout ça? .....	16
Conclusion : .....	17
3ème partie : La réalisation du projet.....	18
1. Méthodologie .....	18
2. L'organisation du temps de travail .....	19
Les échanges au sein de la coordination du projet .....	19
3. Les prémices de la coordination d'un projet.....	20
4. Et le budget dans tout ça?.....	20
5. Une première piste...: le jeu de cartes .....	21
6. La transmission des savoirs .....	21

7. Le livret pédagogique .....	22
Son utilité .....	22
8. La conception de l’outil .....	22
9. Le rôle de l’animateur .....	23
10. Le contenu de l’outil “comment ça pousse?” .....	23
11. L’évaluation de l’outil “comment ça pousse?” .....	23
12. La communication, l’ingrédient indispensable.....	23
13. Mise en œuvre du projet .....	24
Le jour de l’expérimentation .....	24
Le déroulement de la Compagnie Des Gourmands.....	24
Résultats obtenus:.....	24
Analyse .....	25
14. La finalisation du livret pédagogique .....	25
15. Difficultés rencontrées .....	25
16. Mesures préconisées.....	26
Conclusion : .....	26
4ème partie : Analyse du projet et enseignement.....	27
1. Les pistes de développement du projet .....	27
2. Et la coordination de projets dans tout ça? .....	27
3. Freins et leviers à la réalisation de mon stage .....	28
Les freins.....	28
Les leviers .....	29
4. Compétences acquises ou consolidées .....	29
Conclusion: .....	29
Conclusion .....	30
Bibliographie.....	31

# Introduction

Tout a commencé en 1996 alors que Guillaume Bapst, parallèlement à son poste de directeur de la gestion locative à l'Office public départemental HLM de la Nièvre, crée une première épicerie solidaire à Nevers. Très vite un intérêt politique et médiatique se fait connaître et il se trouve confronté à de nombreuses demandes en matière de conseils pour créer de nouvelles épiceries solidaires. C'est ainsi qu'en 2000 naissait A.N.D.E.S., l'association nationale des épiceries solidaires, afin que celle-ci accompagne la réalisation de nouveaux projets sur le territoire national.

Depuis, bien de l'eau a coulé sous les ponts et l'A.N.D.E.S., depuis février 2013, est habilitée par l'Etat (ministère de l'agriculture, de l'agroalimentaire et de la forêt et ministère des affaires sociales et de la santé) en tant qu'association nationale d'aide alimentaire.

L'offre alimentaire des épiceries n'est que le prétexte d'une action solidaire plus vaste : les épiceries sont des lieux d'accueil, d'écoute et d'échanges, aidant les personnes à retrouver, ou à renforcer, l'estime d'elles-mêmes et l'envie de se tourner vers le monde extérieur. Elles organisent de nombreuses activités, afin de donner à chacun la conscience de sa valeur et de ses compétences : ateliers de cuisine, ateliers d'esthétique, ateliers enfants-parents, etc., permettant ainsi aux bénéficiaires de reconstruire des liens et de prendre conscience de leurs valeurs et de leurs compétences.

L'atelier culinaire la Compagnie des Gourmands, propose aux bénéficiaires de se réunir autour des plaisirs de la table afin de partager un moment convivial où parents et enfants se retrouvent. Nombre des actions de l'A.N.D.E.S. s'inscrivent dans une démarche de développement durable, c'est la raison pour laquelle j'ai choisi d'effectuer mon stage de Licence Professionnelle en Education à l'Environnement et au Développement Durable au sein de cette structure qui allie économie sociale et solidaire et développement durable. Lors de ce stage, j'avais pour mission globale de participer à la communication du réseau. L'une de mes missions lors de ces 3 mois a consisté en la conception d'un livret pédagogique à destination des familles participant aux ateliers culinaires qui avait pour problématique :

**Comment éveiller les bénéficiaires aux fruits et légumes tout en créant du lien parent/enfant?**

Ce rapport déclinera les différents axes de recherches, réflexions et actions qui ont été menées au cours de ces 3 mois passés au sein de l'A.N.D.E.S. et tentera par la suite de répondre à la problématique ci-dessus.

# 1ère partie : La structure

Dans cette première partie, nous découvrirons le contexte dans lequel s'est effectué le stage: l'A.N.D.E.S., son origine, ses missions, son organisation, le territoire sur lequel elle évolue ainsi que la mission du stage.

## 1. Présentation

L'Association Nationale de Développement des Épiceries Solidaires (A.N.D.E.S.) est l'un des principaux réseaux d'aide alimentaire français. (Organigramme annexe 1)  
Elle soutient le développement des épiceries solidaires.



### Qu'est-ce qu'une épicerie solidaire?

Une épicerie sociale ou solidaire est une structure d'aide alimentaire, aussi proche que possible d'un magasin d'alimentation générale, qui propose en libre service, des produits de consommation courante contre une participation financière de 10 à 30% du prix usuel. Elle s'adresse à un public en difficulté, éloigné des circuits traditionnels de consommation par la faiblesse de ses revenus.

Le principe des épiceries solidaires est de lutter contre l'exclusion sans favoriser l'assistanat, de respecter la liberté des personnes et de promouvoir leur insertion durable.

Ce public est orienté vers les épiceries par les services sociaux.

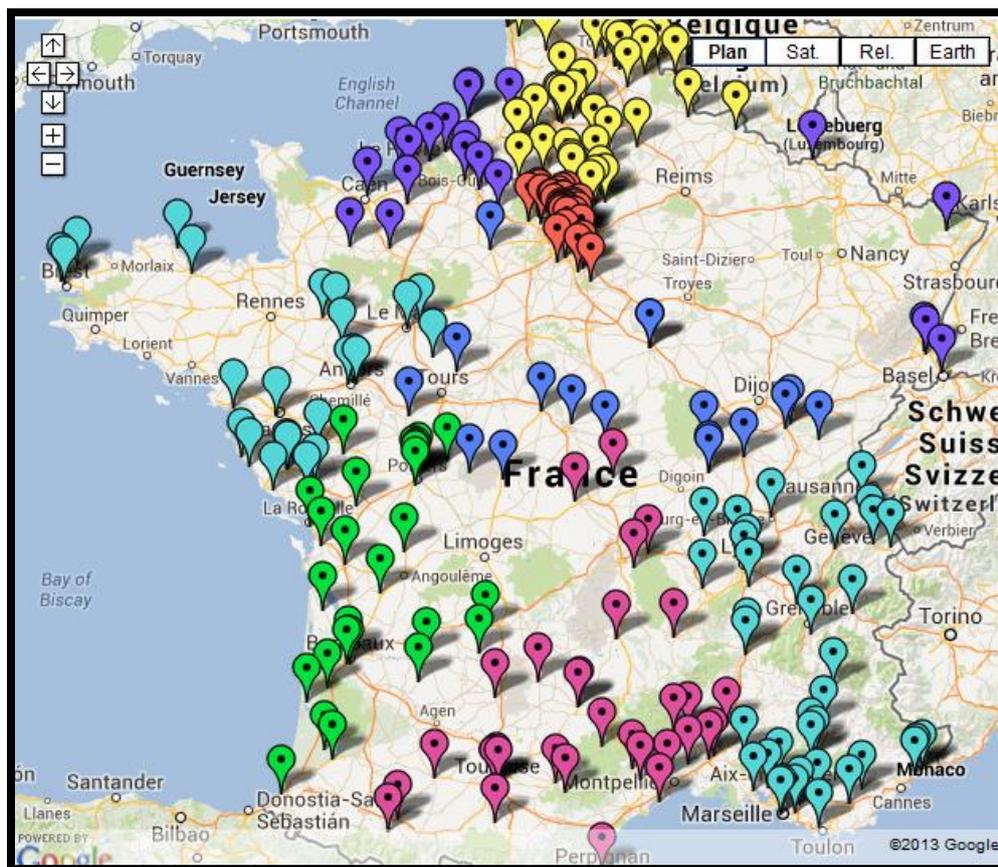


Source : Johanne Verza



Source : Johanne Verza

Créé en 2000, l'A.N.D.E.S. fédère à ce jour 260 épicerie adhérentes réparties sur l'ensemble du territoire national dont voici un aperçu :



Carte nationale des épicerie solidaires et le territoire des animateurs

## 2. Les missions de l'A.N.D.E.S

- ▶ Aider à la création d'épiceries solidaires et sociales et favoriser leur implantation durable.
- ▶ Animer le réseau des épiceries solidaires afin de mutualiser les pratiques, de mener une évaluation nationale et de favoriser la connaissance de ces structures auprès de partenaires publics et privés et des médias. De manière plus générale : esquisser des réponses au problème de la précarité par une réflexion commune au sein du réseau.
- ▶ Renforcer la professionnalisation des épiceries solidaires, notamment en proposant des ateliers nutritionnels ou de gestion d'équipe, des modules de formations.
- ▶ Favoriser l'accès des populations précaires à une alimentation saine et de qualité, tout en soutenant l'insertion professionnelle de personnes éloignées de l'emploi et en favorisant le développement local.
- ▶ Travailler en partenariat avec des associations implantées dans d'autres pays européens, afin de promouvoir un accès plus équitable à la citoyenneté économique dans l'ensemble de l'Union Européenne.

## 3. Les ateliers et chantiers d'insertion (A.C.I) de l'A.N.D.E.S

Les ateliers et chantiers d'insertion (ACI) sont des dispositifs relevant de l'insertion par l'activité économique, conventionnés par l'État, qui ont pour objet l'embauche de personnes sans emploi rencontrant des difficultés sociales et professionnelles particulières. Les personnes ainsi embauchées sont titulaires d'un véritable contrat de travail (par exemple, un contrat d'accompagnement dans l'emploi). L'ACI bénéficie, pour sa part, de différentes aides, dont une aide spécifique à l'accompagnement.

Actuellement, 4 ACI, situés sur les Marchés de gros de Rungis (94), Perpignan (66), Lille (59) et Marseille (13) récupèrent, valorisent et livrent quotidiennement des fruits et légumes frais aux épiceries solidaires et aux structures d'aide alimentaire dans leur région d'implantation.

L'objectif de ces ACI est double: d'une part d'améliorer l'alimentation des populations en situation de précarité et d'autre part de favoriser l'insertion professionnelle de personnes éloignées par l'emploi.



## 4. Alimentation, nutrition et plaisir de manger

### La Compagnie des Gourmands (CDG)

Depuis 2008, l'A.N.D.E.S. a mis en place les premiers ateliers de la CDG avec le soutien financier de la fondation Ferrero France. Il s'agit d'un cycle d'ateliers culinaires réunissant parents et enfants bénéficiaires des épiceries solidaires autour des plaisirs de la table. Organisés par de nombreuses épiceries solidaires, ces ateliers s'appuient sur les savoir-faire des participants tout en créant des moments de convivialité et de partage.



#### Les objectifs de ces ateliers sont:

- de renforcer le lien familial à travers la préparation de plats en rendant l'activité la plus ludique possible,
- susciter un éveil sensoriel chez l'enfant tout en accompagnant les participants à la consommation de fruits et légumes,
- (re)donner l'envie de faire de la cuisine ensemble et de se mettre à table ensemble.

A noter que la fondation Seb finance l'installation de cuisines équipées de 3 épiceries solidaires par an qui souhaitent s'engager dans le programme de la compagnie des gourmands.

## 5. Le programme UNITERRES

Le projet est né en 2012 face à un double constat: d'une part, la fragilisation des petits agriculteurs et d'autre part, le manque crucial de produits frais dans les épiceries solidaires, approvisionnées principalement par les banques alimentaires (B.A.). Le principe du programme Uniterres est de mettre en place une coopération en circuits courts en construisant un pont inédit entre agriculteurs locaux et épiceries sociales et solidaires. Un moyen de réhabiliter la valeur du produit frais et le travail des agriculteurs.

### Qu'est-ce qu'une banque alimentaire?

Selon la définition dans la charte de la Fédération française des banques alimentaires, les « B.A. » collectent, gèrent et partagent des denrées alimentaires pour aider l'homme à se restaurer. Leur action se fonde sur la gratuité, le don, le partage, le bénévolat et le mécénat».

### Les objectifs du programme Uniterres:

- Favoriser l'accès aux produits frais et promouvoir des comportements alimentaires favorables à la santé,
- Soutenir l'agriculture locale,
- La plus-value environnementale,
- Créer du lien social.



### Le fonctionnement:

Uniterres précommande une série de fruits et légumes auprès de différents agriculteurs, afin d'approvisionner des épiceries sociales et solidaires de la région en produits frais et de qualité.

Les agriculteurs qui participent au projet ne sont pas choisis au hasard: ils rencontrent tous certaines difficultés que ce soit sur le plan technique ou agricole. Certains d'entre eux sont bénéficiaires des épiceries solidaires.)

## 6. Les partenaires de l'A.N.D.E.S.

Les partenariats de l'association sont divers et variés, il s'agit de fondations, de pouvoirs publics, de collectivités territoriales, d'entreprises, d'associations, de fondations. Dont voici quelques logos :



Tous soutiennent de manière financière, humaine et/ou matérielle les actions de l'A.N.D.E.S.

En plus de son fort ancrage dans l'économie sociale et solidaire, l'A.N.D.E.S. s'inscrit dans un programme de développement durable de part différentes de ses activités telles qu'Uniterres ou des formations destinées aux responsables des épiceries solidaires abordant les thèmes de circuits courts, d'alimentation locale et équilibrée.

## 7. Le pôle communication et partenariats

En charge d'assurer la communication au sein de l'A.N.D.E.S., Christelle Chevalier, Agathe Cousin et Marie-Claude Jonquoy-Michalon constituent l'équipe du pôle communication.

Leurs différentes missions consistent en :

- l'organisation d'évènements,
- la création de documents d'information à destination de l'équipe de l'A.N.D.E.S et des épiceries solidaires (bénéficiaires, bénévoles et salariés),
- la création et le suivi de partenariats
- la veille informative
- du lobbying auprès des parlementaires
- la transmission des informations ayant trait avec les évènements de l'A.N.D.E.S. auprès de la presse

## 8. La commande du stage

Lors de mon stage, ma mission fut de participer aux différents projets du pôle communication afin d'assurer celle-ci au sein du réseau. Un premier point avec la responsable du pôle communication et ma tutrice nous a permis d'étayer les différentes tâches répondant aux besoins de la structure sur lesquelles je pourrais être amenée à travailler. Après m'avoir présenté les différents projets, j'ai eu l'opportunité de pouvoir choisir celui ou ceux avec lesquels je me sentirais le plus à l'aise. En accord avec ma tutrice, j'ai décidé de me concentrer sur l'un des projets qui consistait en l'élaboration de documents à destination de la compagnie des gourmands.

### Discussion et reformulation de la commande

L'idée de départ fut de retravailler des documents pré-existants afin de les rendre plus attrayants, plus ludiques au moyen d'une nouvelle mise en page et de par la création d'outils pédagogiques. Les documents en question dont je dispose sont: des recettes de cuisine élaborées au préalable par la diététicienne, un livret enfant à destination des familles participant aux ateliers culinaires et un guide à destination de l'animateur.

Le mot d'ordre fut d'être créatif et force de proposition.

Afin d'intégrer pleinement le projet et de pouvoir reformuler la demande, je me suis imprégnée des documents mis à ma disposition ainsi que des ressources humaines de l'association. Suite à un entretien avec le responsable du pôle animation qui chapeaute une équipe de 12 animateurs sur l'ensemble du territoire national, celui-ci m'a fait part d'une difficulté rencontrée sur le terrain. Un constat en provenance des épiceries et des animateurs au sujet de la consommation de fruits et légumes révèle que cette dernière

s'avère être insuffisante en raison d'une non-connaissance des produits pour la majeure partie des bénéficiaires.

Après rediscutions avec ma tutrice, nous avons estimé judicieux d'intégrer un outil pédagogique en lien avec les fruits et légumes. Disposant de différents éléments, nous avons pu reformuler l'objectif de la commande en ciblant en priorité la création d'un outil pédagogique intégré au livret enfant qui aura pour but de familiariser les familles aux fruits et légumes.

### Conclusion :

Aux vues des éléments énoncés ci-dessus, une des problématiques qui se dégage dans le cadre de ce stage a trait avec la situation sociale des bénéficiaires: comment les éveiller aux fruits et légumes en faisant en sorte qu'ils ne se sentent pas dévalorisés de ne pas savoir? Nous verrons plus loin quels sont les outils mis en place pour tenter de palier à cette problématique.

# 2ème partie : Problématique

Après avoir décliné les missions relatives au projet, cette partie mettra en exergue les réflexions ayant eu lieu dans le but de formuler une problématique.

## 1. Le contexte socio-économique

Dans un contexte social de crise économique, certains ménages rencontrent de grosses difficultés pour subvenir à leur besoin ainsi qu'à celui de leur famille et se retrouvent réorienter par les services sociaux vers les épiceries solidaires. Peuvent y avoir accès, les 8,6 millions de Français vivant sous le seuil de pauvreté après avoir constitué un dossier en expliquant leur situation et les économies que cela permettrait de faire en exposant leurs motivations (financer un projet par exemple). En France, à ce jour, on estime à environ 3 millions le nombre de bénéficiaires ayant recours aux épiceries de façon temporaire, régulière ou permanente. Plus qu'un dispositif d'aide alimentaire les épiceries solidaires sont un lieu d'accompagnement social et de lutte contre l'exclusion. Il est permis aux bénéficiaires de renouer un lien avec la société à travers différents ateliers collectifs proposés, ces échanges créent et/ou renforcent la confiance qu'ils ont en eux. Les épiceries solidaires sont un lieu d'animation de la vie locale à l'échelle du quartier et de son environnement proche où les mixités sociales et générationnelles peuvent se rencontrer, elles participent ainsi au dynamisme social de leur territoire.

Toujours dans ce contexte social délicat l'A.N.D.E.S propose aux Offices de Producteurs (O.P) de récupérer les invendus plutôt qu'ils ne soient bennés et détruits. Pour ce faire, j'ai travaillé en collaboration avec quatre étudiants de GEA (Gestion des entreprises et des administrations) qui ont constitué un dossier sur les retraits agricoles (annexe 2) dans le but de créer un livret de recettes à partir des produits éligibles au retrait destiné aux épiceries (quelques exemples en annexe 3) ainsi qu'un flyer (annexe 4) à destination des OP. Ce flyer a pour but de convaincre ces derniers de donner la marchandise invendue, d'une part parce que cela ne leur coûtera rien en transport et d'autre part, en raison de l'indemnisation qu'ils percevront de le part de l'office agricole France Agrimer. Cette action ancre l'A.N.D.E.S. dans une démarche de développement durable. En plus d'approvisionner les épiceries solidaires en fruits et légumes, l'A.N.D.E.S. lutte activement contre le gaspillage alimentaire. Les bénéficiaires ont ainsi accès à des produits frais et de qualité à moindre coût.

## 2. Petite piquêre de rappel

La compagnie des gourmands s'inscrit dans un programme d'accompagnement des bénéficiaires vers un retour à l'autonomie dans leur vie quotidienne. Ces ateliers ont été créés dans le but de revaloriser un public en difficultés sociale et professionnelle aux moyens d'échanges et de partages de savoirs autour de la réalisation d'un repas.

### Le déroulement des ateliers de la CDG

L'animateur(trice) de l'A.N.D.E.S. se déplace 4 fois dans les locaux de l'épicerie afin d'y mener des ateliers cuisine.

Il(elle) utilise les produits disponibles dans l'épicerie et s'adapte aux besoins et demandes des responsables de la structure. En effet, s'il est observé que tel ou tel produit n'est pas apprécié des bénéficiaires, l'animateur essaiera de l'utiliser lors des ateliers.

Les CDG sont gratuites, seule la fourniture des denrées nécessaires à l'atelier est à la charge de l'épicerie solidaire.

L'animateur est accompagné par un(e) bénévole ou un(e) salarié(e) pendant les quatre premiers ateliers. Il peut ainsi le (la) former au déroulement d'un atelier culinaire afin qu'il(elle) puisse le mettre en place, l'animer et pérenniser l'action.

Les bénéficiaires des épiceries solidaires, peuvent s'ils le souhaitent, s'inscrire aux ateliers culinaires. Ces derniers ont lieu un mercredi midi par mois, le choix de ce créneau horaire s'explique par l'une des conditions qui est la présence d'au moins un enfant et de son ou ses parent(s).

Le but étant de créer ou recréer du lien entre les membres d'une famille à travers l'élaboration de recettes et des plaisirs de la table.

Le rythme de ces ateliers serait idéalement que chaque famille puisse y participer un minimum de quatre séances. Or, il faut savoir qu'une CDG n'a lieu qu'à la condition qu'au moins deux familles soient inscrites et se présentent le jour J. Au quel cas l'atelier est annulé en cas de désistement d'une famille sur les deux. Le maximum de participants quant à lui, s'élève au nombre de 8, de façon à ce que la personne encadrant la CDG puisse gérer son groupe. Des enfants de 3 à 17 ans sont présents lors de ces ateliers, c'est pourquoi il faut veiller à ce que l'outil pédagogique en cours de réflexion soit adaptable en fonction de l'âge et du savoir des enfants.

### 3. Dans l'air du temps...

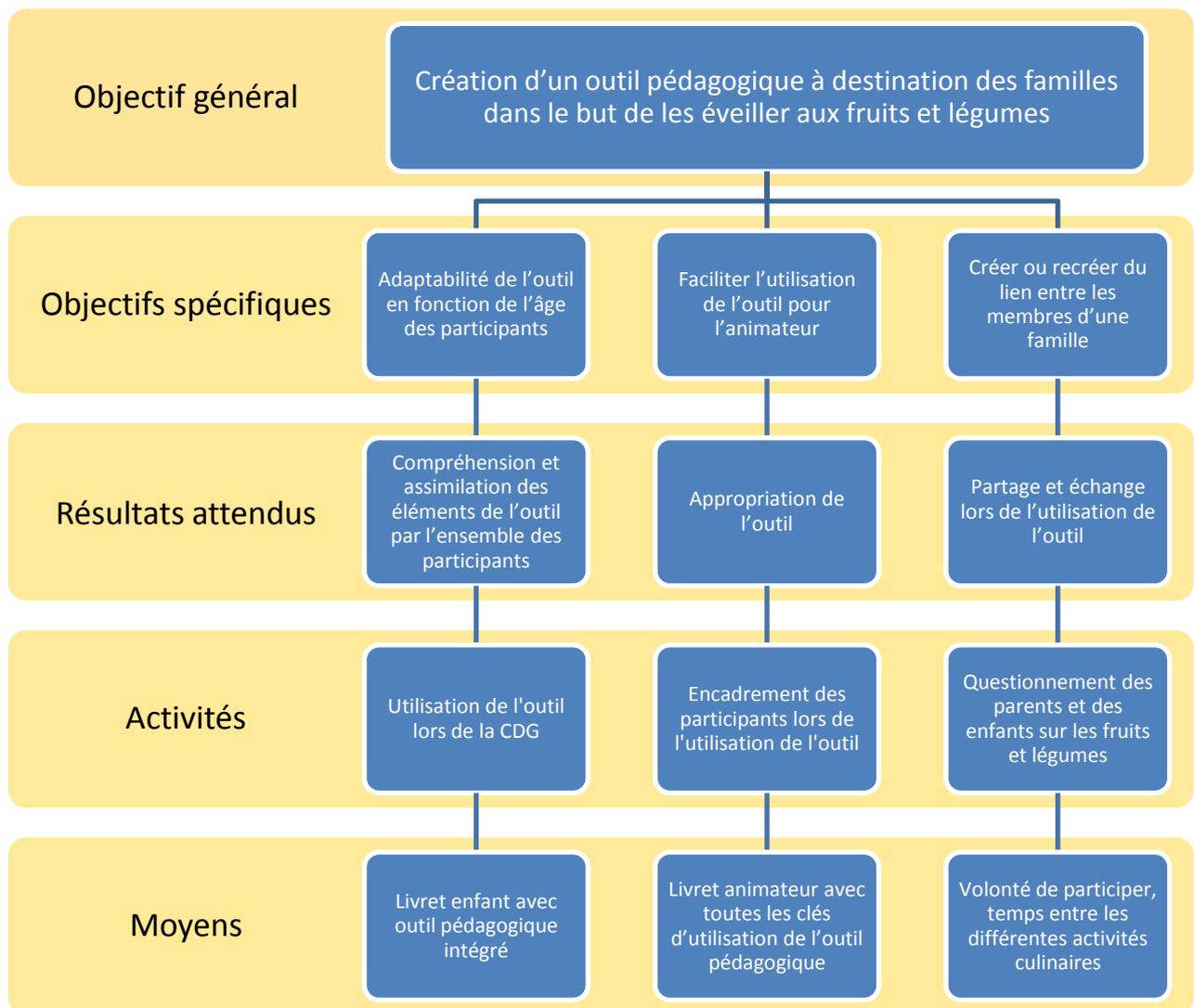
Une étude de l'Association Santé Environnement France (Asef) en mai 2013 met en avant une méconnaissance des enfants âgés de 8 à 12 ans quant à la diversité des légumes et des fruits et la composition de certains plats. 87% des 910 enfants interrogés par ce réseau de 2500 médecins sont incapables de reconnaître une betterave.

Partant d'un constat général émanant de l'étude ci-dessus ainsi que d'une réalité de terrain, qui mettent en exergue la non-connaissance des enfants mais aussi des parents en matière de fruits et légumes, la problématique suivante se pose:

**Comment éveiller les bénéficiaires aux fruits et légumes tout en créant du lien parent/enfant?**

Le but est de créer un outil qui a pour ambition d'informer et d'éduquer aux fruits et légumes. Ceci dit, cet outil n'a pas la prétention de modifier ou d'influencer les comportements alimentaires des personnes. Rappelons que le public au contact duquel je serai, est face à une situation précaire qui ne lui permet pas de favoriser une alimentation quotidienne composée de fruits et légumes, ces derniers étant très onéreux. Cet outil simple sera livré clé en main, le plus ludique possible en raison du moment où il sera proposé, c'est à dire lors des ateliers culinaires. C'est la raison pour laquelle il doit être adaptable en fonction du temps que pourront dégager les participants et l'animateur. Enfin, il sera réutilisable par l'ensemble des animateurs de la compagnie des gourmands dans le but de pérenniser l'action.

## 4. Arbre à objectifs :



## 5. Et l'EEDD dans tout ça?

Comment la problématique soulevée plus haut s'inscrit-elle dans le champ de l'EEDD (Education à l'Environnement vers un Développement Durable)? Quels points communs entre l'EEDD et la mission du stage?

« L'éducation relative à l'environnement est cette dimension essentielle de l'éducation fondamentale qui concerne notre relation au milieu de vie, à cette « maison de vie » partagée.



Au niveau personnel, l'éducation relative à l'environnement vise à construire une « identité » environnementale, un sens de l'être au monde, une appartenance au milieu de vie, une culture de l'engagement.

A l'échelle des communautés, puis à celle des réseaux de solidarité élargis, elle vise à induire des dynamiques sociales favorisant l'approche collaborative et critique des réalités socio-écologiques et une prise en charge autonome et créative des problèmes qui se posent et des projets qui émergent." Lucie Sauvé, 2005.

## Conclusion :

Les éléments ci-dessus sont indispensables dans le but d'amorcer la conception d'un outil dont nous observerons la réalisation dans la partie suivante.

# 3ème partie : La réalisation du projet

Cette troisième partie présentera les méthodes, actions et résultats de la mise en œuvre du projet.

## 1. Méthodologie

Dans un premier temps, j'ai effectué un travail de recherches afin de comprendre en quoi consistait la compagnie des gourmands, par le biais de documents internes informatifs, de conventions, du site internet et de ressources humaines qui m'ont permis de répondre à ces questions:

### **Qui?**

A destination des bénéficiaires des épiceries solidaires

### **Quoi?**

Il s'agit d'un atelier culinaire

### **Où?**

Ces ateliers ont lieu dans les épiceries solidaires équipées d'une cuisine

### **Quand?**

A raison d'une CDG tous les mois dans chaque épicerie équipée

### **Comment?**

Les conditions sont :

- l'inscription d'un parent au minimum et son enfant
- 2 familles au minimum pour maintenir l'atelier
- Animation par un bénévole, un salarié ou une diététicienne grâce à la réalisation de repas

Grâce aux financements de la fondation Ferrero et Seb.

## Pourquoi?

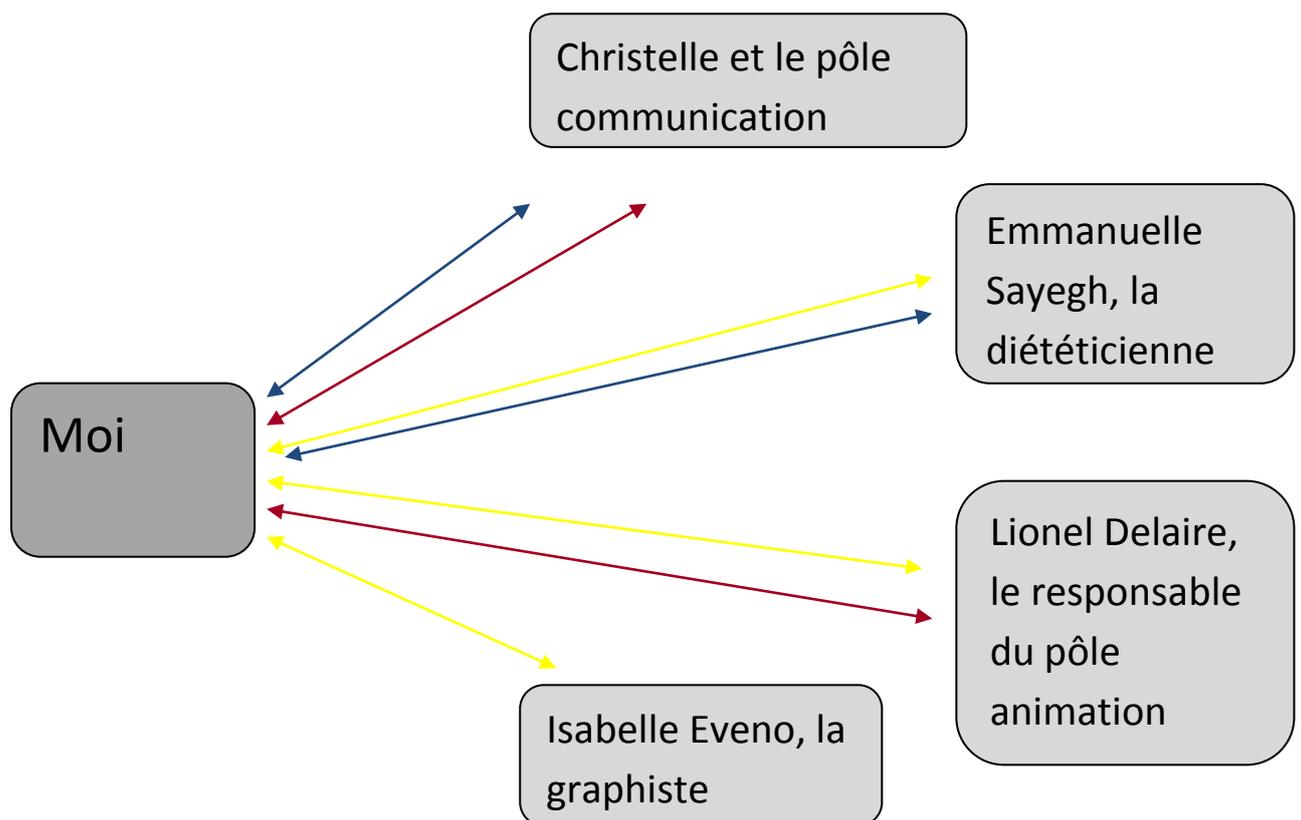
Le but de cet atelier est de renouer des liens entre parents et enfants lors de la préparation du repas.

Pour donner ou redonner le goût aux familles de cuisiner et de partager des savoirs et moments conviviaux.

## 2. L'organisation du temps de travail

Avant de me lancer dans ce projet, j'ai planifié au moyen d'un échéancier (annexe 5) les différentes étapes que j'allais rencontrer. Ce gain de temps a été notable lors de mes différentes actions et a été un repère précieux lors de l'avancée du projet.

Les échanges au sein de la coordination du projet



### Légende :

↔ Mails, téléphone, informations techniques

↔ Concertation, avis, conseils

↔ Validation pour l'avancée du projet

Lors de mon stage, j'ai été amenée à travailler avec différentes personnes de l'A.N.D.E.S ou extérieures. La coordination d'un projet résulte de la multitude d'échanges qui peuvent avoir lieu autour de celui-ci. Libre à moi d'aller à la recherche des informations, conseils et avis afin de mener à bien mon projet.

### 3. Les prémices de la coordination d'un projet

En amont, un travail avait été réalisé par Emmanuelle Sayegh, la diététicienne qui encadre parfois la compagnie des gourmands en région parisienne.

A ma disposition se trouvait une ébauche du manuel à destination des enfants, où apparaissaient des emplacements réservés pour coller des recettes cuisinées lors de la CDG. Des recettes élaborées par Emmanuelle et un guide à destination de l'animateur de la CDG présentant les objectifs des ateliers culinaires, les règles d'hygiène et le déroulement.

La première étape a été d'entrer en relation avec Emmanuelle afin de convenir d'un rendez-vous. Tout d'abord afin de nous présenter car nous allons être amenées à travailler ensemble de temps en temps sur ce projet et dans un second temps pour qu'elle me présente le travail mené jusqu'à présent sur la CDG et les attentes des épiceries solidaires lors de ces ateliers.

Lors du rendez-vous, je lui ai exposé mes idées quant à la création d'un outil pédagogique destiné à éveiller les bénéficiaires aux fruits et légumes qui sera intégré au livret enfant. Ensemble, nous avons fixé d'une date à laquelle nous nous déplacerions à l'un des ateliers de la compagnie gourmande afin que je puisse en observer le déroulement.

### 4. Et le budget dans tout ça?

Avant de se lancer dans la conception de quel qu'outil qui soit, il est indispensable de connaître le budget qui pourra être alloué à sa réalisation. Notons que la fondation Seb met à disposition environ 20 000 euros consacrés à la communication autour de la compagnie des gourmands et à son bon fonctionnement. Il peut s'agir d'un investissement matériel en matière de communication ou d'utilisation tant que le financement dessert le programme de la CDG. Agathe Cousin, la chargée du pôle communication m'a assuré que la moitié de ce budget pourrait être alloué à la réalisation de la globalité de mon projet. C'est à dire: l'élaboration et la distribution du livret enfant intégrant l'outil pédagogique. Dans ce cas, ma posture de coordinatrice s'oriente vers l'organisation et la réalisation des différentes tâches à accomplir.

## 5. Une première piste...: le jeu de cartes

Suite à ces deux entretiens, je pus me consacrer à la conception du dit outil.

Reprenant tous les paramètres ci-dessus, je me suis orientée vers la piste du jeu car celui-ci est ludique et s'insère dans un moment de détente et de convivialité entre les participants. Une manière d'apprendre tout en s'amusant. Voici le concept qui me paraît le plus adapté. De plus cet outil doit pouvoir s'adapter en fonction du temps et ne pas nécessiter la fin d'une partie pour ne pas créer de frustrations.

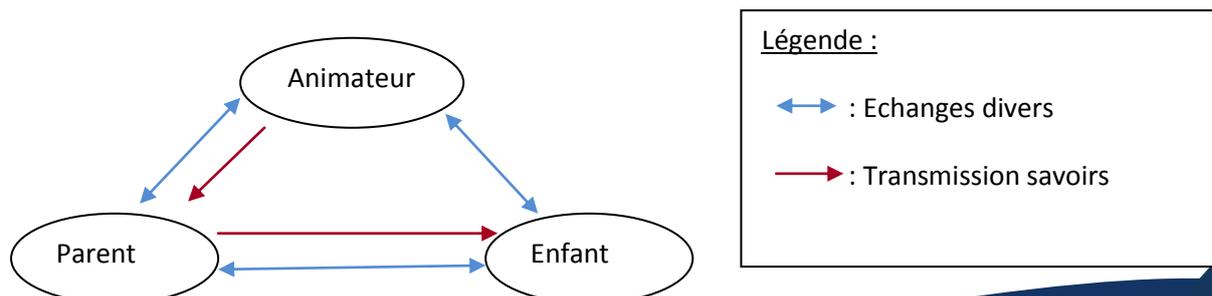
Après avoir effectué des recherches via internet concernant les jeux déjà existants, beaucoup de ces derniers s'orientent vers une éducation à l'alimentation ou au gaspillage alimentaire et non aux fruits et légumes uniquement.

Petit à petit les idées fleurissent, j'ai la chance d'avoir la possibilité d'évoluer en totale autonomie, je sollicite Christelle Chevalier ma tutrice, lorsque mes idées s'emmêlent ou que je souhaite obtenir son avis et sa validation. Elle me permet ainsi de me recentrer sur mon objectif principal et d'avancer. En concertation avec Christelle je lui annonce vouloir concevoir un jeu de carte (2 exemples sur le 32 en annexe 6) dont le principe consiste à retrouver la paire du fruit ou du légume et de son arbre ou sa plante. Figure sur le recto de la carte un arbre ou une plante. Aux moyens d'indices se trouvant au verso de cette même carte, l'enfant et son parent vont pouvoir identifier le fruit ou le légume auquel ils se rapportent.

Le rôle de l'animateur ici serait de rester extérieur aux moments d'interaction entre l'enfant et le parent afin qu'un lien et une complicité puisse se consolider entre eux. En revanche si un parent se sent démuné parce qu'il ne connaît pas le fruit ou le légume, l'animateur doit pouvoir lui porter secours discrètement afin que le parent ne perde pas pied devant son enfant et transmette le savoir à son enfant. Il ne faut pas que l'animateur transmette le savoir à l'enfant puisque le but de l'utilisation de ce jeu est de créer du lien parent/enfant. Par la suite, les dessins des cartes seront retravaillés par une graphiste que j'ai contactée et le format par un imprimeur.

## 6. La transmission des savoirs

L'objectif de chaque outil créé repose sur la même base qui est celle que l'interaction se fasse autant que possible au sein des membres d'une même famille. Quant à l'animateur, il possède les clés du savoir et peut à la demande d'un bénéficiaire ou quand il l'estime nécessaire, intervenir.



## 7. Le livret pédagogique

### Son utilité

A l'origine, le livret enfant était destiné comme son nom l'indique à l'enfant participant aux ateliers culinaires. En présentant mon jeu de cartes au responsable du pôle animation et en lui faisant part de mon intention de compléter le livret, Lionel Delaire m'annonça vouloir renommer le nom du livret puisque celui-ci allait être modifié de façon à ce que l'enfant et sa famille puissent s'y identifier et le rapporter à chaque CDG. Il s'agirait d'un carnet de route où les activités de chaque famille lors des ateliers laisseraient une trace. Le livret enfant est donc devenu le livret pédagogique à destination des familles.

Une fois cette notion intégrée, je me suis penchée sur l'insertion d'un outil dans ce livret. Il fallait penser à un outil qui pourrait être réutilisé à chaque CDG et que son contenu soit adaptable en fonction des plats cuisinés afin de valoriser les fruits et légumes utilisés lors des préparations culinaires. En accord avec les responsables des épiceries, l'A.N.D.E.S a mis en place une convention qui stipule que les fruits et légumes disponibles soient en cohérence avec la saisonnalité, ici une réelle éducation à l'alimentation tente d'être exercée. De ce fait, vous ne trouverez pas de fraises en hiver dans une épicerie solidaire gérée par l'A.N.D.E.S. Une fois de plus, le réseau national des épiceries solidaires met un point d'honneur à s'engager dans une démarche de développement durable et d'éducation à l'environnement. Cet élément m'a ouvert une piste pour la création de mon nouvel outil qui viendra compléter le jeu de cartes.

## 8. La conception de l'outil

Afin que la famille puisse garder une trace de son utilisation, l'outil se devait d'être intégré dans le livret pédagogique. De plus il devait être réutilisable à chacun des ateliers auxquels participeraient les familles. J'ai pensé à un système de vignettes à découper qui se situeraient à la fin du livret. Ces vignettes représenteraient 20 fruits et 20 légumes dessinés en noir et blanc, les plus communément consommés et cuisinés. Lors de l'atelier culinaire, les enfants et les parents auront pour mission de retrouver parmi les vignettes existantes les fruits et légumes utilisés pour les préparations culinaires. Une fois trouvés, il suffira de les découper et si l'enfant le souhaite il pourra les colorier. A l'intérieur du livret (annexe 7) se trouve une série de pages par atelier qui reprend son déroulement et ce pour chacun d'entre eux. On y retrouve la date du jour, les recettes, et une page sur laquelle apparaît un potager avec les différentes strates. L'objectif étant que les parents et les enfants puissent coller les vignettes préalablement découpées en fonction de l'endroit sur lequel ils pensent que ce fruit ou légume pousse (sous la terre, sur la terre, dans un arbre). Ce dessin étant une ébauche, par la suite j'ai travaillé avec une graphiste en lui exposant les éléments qui devaient apparaître sur l'illustration du potager qu'elle réalisera.

## 9. Le rôle de l'animateur

L'animateur dispose de documents (annexe 8) qui reprennent toutes les informations nécessaires au sujet de l'outil "comment ça pousse?" ainsi que toutes les consignes de façon à pouvoir l'utiliser avec une grande autonomie. Il doit s'assurer de la bonne communication entre le parent et son enfant. S'il observe une difficulté de la part du parent il peut se proposer d'intervenir mais ne doit en aucun cas s'approprier le rôle éducatif du parent. Comme le mentionne la charte d'engagement de la CDG ces ateliers sont un moment privilégié où l'enfant et son parent peuvent retisser des liens. L'animateur a un rôle d'encadrant et veille au bon déroulement de la séance.

## 10. Le contenu de l'outil "comment ça pousse?"

En effectuant des recherches aux moyens de manuels d'écologie ou via internet en consultant des sites tel que l'INPES (Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé), j'ai obtenu grand nombre d'informations qui m'ont permis d'élaborer mon outil. Ce dernier aborde l'identification des fruits et des légumes, leur détermination, les endroits sur ou dans lesquels ils poussent, la saison à laquelle on les consomme et la partie consommée en ce qui concerne les légumes.

Complété par le jeu de cartes de paires, l'outil "comment ça pousse?" peut s'adapter en fonction de l'âge des enfants, de leurs savoirs et du temps dont les familles disposent lors de l'atelier culinaire.

## 11. L'évaluation de l'outil "comment ça pousse?"

L'utilisation d'un outil n'a d'intérêt que si l'on peut mesurer son impact. C'est pourquoi il m'a paru essentiel de recueillir auprès des participants des avis et des remarques grâce à cette fiche d'évaluation (annexe 9) qui sera distribuée en fin de séance à la suite de l'utilisation de l'outil. Dans un premier temps elle aura pour but de permettre d'améliorer mon outil puis dans un second temps, une fiche d'évaluation pourra être mise en place par l'animateur en s'inspirant de celle-ci s'il souhaite recueillir une évaluation et constater l'impact suite à l'utilisation de l'outil.

## 12. La communication, l'ingrédient indispensable

Tout au long de ce projet, la communication au sein de l'équipe A.N.D.E.S. a été le pilier de la bonne conduite de ce projet. L'utilisation des NTIC (nouvelles technologies d'information et de communication) m'a permis de rester en relation avec les différents acteurs liés au projet ainsi que d'assurer un suivi sur le travail en cours. Les mails échangés avec Emmanuelle et Lionel ainsi que les échanges directs avec les membres de l'équipe de communication

Christelle, Agathe et Marie-Claude m'ont été d'une grande aide et stimulation quant à l'évolution du projet.

## 13. Mise en œuvre du projet

### Le jour de l'expérimentation

Après trois annulations de la Compagnie Des Gourmands dans différentes épiceries d'Ile-de-France suite aux désistements des participants, je vais enfin pouvoir assister à l'une d'entre elles en compagnie d'Emmanuelle, la diététicienne. Ce jour sera aussi l'occasion de tester mon jeu auprès du public présent. Nous nous rendons à l'épicerie de Chevilly La Rue dans le département du Val de Marne où 2 familles sont présentes sur les 4 initialement prévues.

Après m'être présentée à l'ensemble du groupe en leur expliquant la raison de ma présence, je pus assister et observer la façon dont se déroule une Compagnie Des Gourmands.

### Le déroulement de la Compagnie Des Gourmands

Il est 10h30: enfants et parents mettent la main à la pâte dans la convivialité. Au total sont présents 3 enfants âgés de 3, 6 et 11 ans ainsi qu'un de leur parent respectif. 12h45: arrive le moment de la cuisson des plats qui seront dégustés, les adultes et les enfants sont libres, je leur propose alors de se livrer à l'expérience de l'outil. Les parents commencent à faire la vaisselle et à discuter entre eux tandis que les enfants me réclament l'activité. Il n'y a pas de réaction de la part des adultes, je me dirige donc avec les enfants dans la salle en face de la cuisine afin de tester une partie de mon outil. Nous disposons d'environ une demi-heure pour réaliser l'activité. Curieux et dynamiques, ils se prêtent au jeu avec entrain. Découpage, coloriage, collage, jeu de paires, tout y passe. 13h15 : nous passons à table, les parents sont curieux de savoir comment s'est déroulé le jeu et si leur enfant détient du savoir. Je leur réponds que leurs enfants possèdent de très bonnes connaissances, cependant comme je leur avais expliqué en début de séance, il aurait été préférable que ce jeu se réalise en leur compagnie et avec leur participation afin qu'ils puissent échanger ensemble et constater par eux même du savoir de leurs enfants.

14h30: fin de la compagnie des gourmands, avant leur départ j'interroge les 2 enfants de 6 et 11 ans afin de recueillir leurs avis et remarques pour ainsi remplir une fiche d'évaluation.

### Résultats obtenus:

A la suite de cette journée, les résultats ne sont pas sont espérés en raison de l'absence des principaux ingrédients que sont la motivation et la participation des parents à l'activité. Il est très difficile d'évaluer un outil lorsque son utilisation est partielle.



#### Auprès des enfants:

Le résultat obtenu est très satisfaisant. Ils se sont très rapidement appropriés l'outil et ont intégré son fonctionnement en faisant preuve d'une grande curiosité et écoute. Son adaptabilité en fonction de l'âge de l'enfant s'est avérée efficace, ainsi, différentes activités ont pu être développées avec les 3 enfants présents. La fiche d'évaluation met en avant la pertinence de l'outil en matière de transmission de savoirs (annexe 10).

#### Auprès des parents:

Mise à part la curiosité des parents quant aux savoirs de leurs enfants, ils ont été absents lors de la phase d'utilisation de l'outil. Les parents n'ont pas intégré l'objectif premier de la Compagnie Des Gourmands qui est avant tout un lieu pour récréer ou créer du lien avec son enfant. La CDG est pour eux un endroit où l'on peut se retrouver entre adultes et où les enfants sont un peu livrés à eux même et s'occupent lors des moments de latence aux moyens de différents jeux mis à leur disposition.

### Analyse

De toute évidence, il est nécessaire de prendre en compte la situation sociale des bénéficiaires, de ce fait, les facteurs ci-dessus étaient envisageables. Cependant le fait d'être extérieure à l'épicerie et n'intervenant qu'à titre exceptionnel, a peut-être influencé l'attitude des parents en me confiant leurs enfants comme ils auraient pu le faire avec une animatrice.

L'appropriation du jeu par un animateur référent pourra être différente du fait de la position de celui-ci puisque une relation se sera au préalable instaurée entre eux. L'animateur aura peut-être plus de légitimité à rappeler l'objectif premier de la CDG.

## 14. La finalisation du livret pédagogique

De retour au bureau, je me suis entretenue avec Lionel, le responsable du pôle animation afin de lui faire un retour sur la journée test. Suite à cet entretien nous avons validé le projet du livret pédagogique ainsi que l'outil « comment ça pousse? ». J'ai donc contacté une graphiste afin de convenir d'un rendez-vous dans le but d'obtenir un devis (annexe 11). Christelle et moi l'avons reçue et j'ai pu lui faire part de mes idées quant à l'élaboration du livret dans lequel sera intégré une partie de l'outil « comment ça pousse? », le jeu de cartes étant à part. Cet entretien a aussi été un moyen pour Christelle de refaire un point sur le travail qui avait été conduit jusqu'à présent puisque c'est elle qui prendra la relève du projet après mon départ.

## 15. Difficultés rencontrées

Trois mois après avoir travaillé à l'élaboration d'un livret pédagogique et à la création d'un outil, voici quelques prises de recul et pistes de réflexion par rapport à cette expérience.

Tout d'abord, avec Emmanuelle, nous avons dû annuler trois fois nos déplacements au sein des épiceries en raison du désistement des participants aux ateliers culinaires. Ayant été prévenues la veille ou le matin même du jour de la CDG, cela a retardé la progression du projet puisqu'il était souhaitable de le tester au moins une fois avant de ne pouvoir discuter du projet avec la graphiste. N'ayant pas eu la possibilité de me rendre à l'une des CDG, cette situation a été un frein dans la projection du développement de l'outil. Une première rencontre avec l'animateur de l'épicerie et les bénéficiaires participant aux CDG auraient été une bonne amorce avant d'introduire l'outil dans l'un des ateliers culinaires.

## 16. Mesures préconisées

Il est avant tout essentiel de créer un lien humain et un climat de confiance si l'on veut prétendre à une certaine légitimité dans la modification du déroulement de la Compagnie Des Gourmands.

L'animateur doit aussi s'assurer, en plus du bon déroulement de la séance dans sa globalité, que les parents et les enfants échangent entre eux, qu'une complicité se crée, et doivent impulser des dynamiques s'ils s'aperçoivent d'une relation atone en échanges.

Prévoir des préparations culinaires plus simplifiées de façon à dégager du temps pour l'utilisation de l'outil.

Peut-être embaucher un animateur qui maîtrisera l'utilisation du livret pédagogique de façon à ce qu'il se déplace dans un premier temps dans les épiceries en suggérant aux salariés ou bénévoles une manière d'aborder l'utilisation du livret et de son outil.

Peut avoir lieu une formation où seraient conviés les animateurs des différentes régions où le livret et son mode d'emploi seront présentés de façon à ce qu'ils se familiarisent avec ce nouvel outil.

L'atelier culinaire étant aussi un moment de détente et de convivialité pour chacun, comment donner l'envie aux participants d'utiliser l'outil sans que cela ne soit une contrainte? Comment faire en sorte que les parents aient envie de partager encore plus avec leur enfant et notamment à travers l'utilisation de l'outil? Est-ce à l'animateur d'impulser une dynamique?

Ce sont là quelques préconisations et interrogations que nous pouvons faire à l'issue de ce stage.

## Conclusion :

L'utilisation d'un outil soulève bien des questions en matière d'animation, d'échanges et d'objectifs.

Dans la partie suivante nous aborderons le vécu et les enseignements tirés du stage.

# 4ème partie : Analyse du projet et enseignement

Dans cette quatrième et dernière partie, il s'agit de présenter les perspectives dégagées par l'étude, ainsi que l'analyse sur le vécu et les enseignements tirés du stage.

## 1. Les pistes de développement du projet

Suite à la réception du devis de la graphiste, il revient désormais à l'équipe du pôle communication de prendre le relais. Une fois le travail de la graphiste terminé, il faudra déterminer un rendez-vous avec un imprimeur afin d'obtenir le devis puis de lancer l'impression des livrets pédagogiques. Une réunion avec l'ensemble des membres du pôle communication devra être organisée afin de présenter le livret pédagogique de la compagnie des gourmands et de leur remettre ainsi que le guide de l'animateur remis au goût du jour (annexe 12). Un livret pédagogique par enfant sera distribué lors des ateliers culinaires, celui-ci suivra l'enfant et sa famille dans la progression des ateliers. Il sera emporté au domicile familial, des pages « libres cours » sont prévues à cet effet. L'enfant et son parent auront le loisir de les utiliser à leur convenance. En revanche, le livret devra être rapporté à chaque CDG.

Une fiche d'évaluation pourra être mise en place dans le but d'évaluer l'impact de l'utilisation du livret et ainsi faire partie d'une envisageable évaluation qualitative des CDG dans le but de valoriser les ateliers et d'en faire part aux différents partenaires.

## 2. Et la coordination de projets dans tout ça?

D'après la fiche de coordinateur de projet en EEDD du réseau Ecole et Nature (annexe 13), voici une analyse de mes différentes postures lors de ce stage qu'il m'est possible de mettre en exergue dans le tableau suivant :

Compétences d'après la fiche du réseau Ecole&Nature	Missions réalisées au sein de la structure	Savoirs	Difficultés rencontrées	Enseignements tirés
Participer à la définition du contenu et des modalités de mise en œuvre de projets.	Conception d'un outil pédagogique en concertation avec une équipe : de l'idée au papier	- écoute - échanges - adaptation - choix pédagogiques - connaissances théoriques	- pas d'observation possible sur le terrain avant la conception - moment de latence	- réunir des informations provenant de différentes ressources afin de composer un projet commun
Repérer et solliciter des compétences internes et externes, nécessaires au projet.	Prise de contact et maintien des échanges avec la diététicienne, la graphiste et le responsable du pôle animation	- sens de la communication - vocabulaire professionnel - maîtrise du sujet	- faire en sorte que la professionnelle intègre et s'approprie les idées du projet	- ne pas hésiter à recadrer la personne si sa vision n'est pas conforme au projet
Rédiger des comptes rendus.	Rédaction d'un compte rendu lors de l'inauguration de l'AGORAE à Orsay	- être synthétique - sens de l'écoute	- retranscrire les informations principales des acteurs présents	- sur le fond, c'est-à-dire la mise en place et le fonctionnement d'une AGORAE
Participer aux temps de la vie associative.	Assister aux réunions, participer aux différents projets du pôle communication	- être observateur et curieux - s'impliquer professionnellement	- intégrer l'organisation d'une structure, les liens entre les différents pôles, leurs missions etc.	- ne pas hésiter à poser des questions pour mieux intégrer les projets et pouvoir ainsi être force de proposition

### 3. Freins et leviers à la réalisation de mon stage

Au cours de ces trois mois passés au sein de l'A.N.D.E.S. différents facteurs ont été impliqués dans le bon déroulement du stage tandis que d'autres ont été des freins.

#### Les freins

Personnels: la crainte de ne pas ou peu être sur le terrain, la crainte de ne pas correctement saisir ce qui m'est demandé, l'essoufflement dans mes idées et ma créativité,

Professionnels: le temps passé derrière un ordinateur, la difficulté à mobiliser les parents lors de la CDG, la contrainte temps

## Les leviers

Personnel: ma détermination, mon sens de l'adaptation et de la communication et ma simplicité.

Professionnel: la disponibilité, mes acquis scolaires, les encouragements, les échanges et l'écoute du pôle communication de l'A.N.D.E.S. ainsi que ceux d'Emmanuelle, aux vues de l'avancée du projet principal et des projets transversaux lors de ce stage je pense avoir fait preuve d'une implication rapide et efficace.

## 4. Compétences acquises ou consolidées

Au cours de ce stage, outre le temps passé à remplir ma mission du mieux possible, j'ai passé beaucoup de temps à ce que j'appellerai la vie de l'association: les réunions d'équipe du pôle communication, les échanges au sein de l'équipe A.N.D.E.S. dans sa globalité, les relations interpersonnelles qui sont pour moi des moments primordiaux pour intégrer une équipe dans les meilleures conditions. Les relations humaines au sein de l'A.N.D.E.S. ont été l'élément qui a conduit au bon déroulement de ce stage : "la valeur d'une entreprise tient à la richesse des interactions qui s'y développent entre les individus et entre les individus et la collectivité" (Annie Battle, Comment jouer collectif, 2005).

Cette expérience m'a permis de consolider certaines compétences en matière d'organisation, de conception d'outils, de valorisation des échanges, de polyvalence de savoirs et des savoirs faire.

Par ailleurs, j'ai eu l'opportunité de participer à des événements importants de l'année 2013 tels que:

- se déplacer en tant que représentante de l'A.N.D.E.S. à l'inauguration de l'AGORAE d'Orsay qui est une épicerie solidaire à destination d'un campus universitaire,
- accompagner Agathe Cousin la responsable du pôle communication et Guillaume BAPST le directeur de l'association à la signature du pacte de lutte contre le gaspillage alimentaire au ministère de l'agriculture.

## Conclusion:

Coordonner un projet relève de la multiplicité des tâches à effectuer et requiert pour cela d'une grande flexibilité et adaptabilité de la part des différents acteurs concernés. Les principes de respect, d'écoute et de bienveillance sont de mises pour la bonne conduite d'un projet. Ainsi, je prendrai soin d'instaurer, autant que faire se peut, de la convivialité et de la coopération au sein des prochaines équipes au sein desquelles je serai amenée à évoluer.

# Conclusion

Ces trois mois de stage au sein du réseau l'A.N.D.E.S. m'auront permis d'appréhender certaines fonctions de la coordination de projets et ainsi de découvrir une réalité professionnelle. C'est à travers mes différentes missions dont principalement la conception d'un livret pédagogique à destination des participants de la Compagnie des Gourmands que j'ai pu déterminer les compétences que cela requiert. Différentes fonctions et capacités incombent à cette profession telles que le sens de la communication, de l'organisation, la gestion d'une équipe, la médiation...

Outre l'enseignement tiré en matière de professionnalisme, je me dois de constater avec objectivité que la problématique à laquelle j'ai été confrontée « comment éveiller les bénéficiaires aux fruits et légumes tout en créant du lien parent/enfant ? » m'a posé nombre de questions et de difficultés. Et ce, pour différentes raisons citées dans le présent rapport dont notamment le contexte social et celui de la compagnie des gourmands, les liens familiaux... Certes, le fait de n'avoir pu me déplacer en amont de la conception de cet outil a été un frein dans sa réflexion puisque je n'avais aucun recul sur la situation et donc n'ai pu prendre en compte certains critères essentiels. Cependant je porte à croire que ce livret pédagogique mis entre les mains d'animateurs désirant impulser une réelle dynamique d'échanges parent/enfant portera ses fruits.

Nous sommes en droit de nous projeter et de nous interroger en matière d'avenir quant à l'utilisation de cet outil, et des répercussions dont il en découlera. Il serait intéressant d'observer comment des liens familiaux structurés et restructurés participent à la compréhension et aux changements de mœurs en matière d'alimentation telles que la consommation en circuits courts ou le choix de produits provenant d'une agriculture raisonnée par exemple. Cette notion familiale pourrait être un point d'appui fondamental quant au travail des épiceries solidaires et inscrirait une fois de plus l'A.N.D.E.S. dans une démarche de développement durable.

Cependant une question subsiste quant à la diffusion de cet outil à l'ensemble des épiceries solidaires, puisqu'à ce jour, toutes ne participent pas au programme de la Compagnie des Gourmands et ce pour différentes raisons (locaux inappropriés, personnel, motivation...). Une évaluation qualitative en termes de changement des modes de consommation à destination des épiceries participant à la Compagnie Des Gourmands pourrait être mise en place afin de constater les évolutions de consommation des bénéficiaires. Cette action attesterait de la pertinence de ces ateliers ainsi que de l'utilisation des outils et ce dans le but d'étendre ce projet au plus grand nombre d'épiceries solidaires de l'A.N.D.E.S. sur le territoire national.

# Bibliographie

## Internet

[www.epiceries-solidaires.org](http://www.epiceries-solidaires.org)

[www.asef-asso.fr](http://www.asef-asso.fr)

[www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)

[www.onpes.gouv.fr](http://www.onpes.gouv.fr)

[www.agriculture.gouv.fr](http://www.agriculture.gouv.fr)

[www.pour-enfants.fr/environnement](http://www.pour-enfants.fr/environnement)

[www.reseauecoleetnature.org](http://www.reseauecoleetnature.org)

[www.srfood.org](http://www.srfood.org)

<http://www.fdss.be/uploads/Publications/FdSS/Aide%20Alimentaire/BIS%20169.pdf>

## Ouvrages

Annie Battle, Comment jouer collectif, 2005.

Impacts de la mise à disposition de fruits et de légumes frais auprès de populations ayant recours à l'aide alimentaire, étude réalisée en 2009 par le Haut Commissariat aux solidarités actives contre la pauvreté

Olivier De Schutter, l'économie politique de la faim, 2010.

# Résumé

L'expérience rapportée ici s'est déroulée au cours d'un stage de trois mois à l'issue d'une formation en Licence Professionnelle de Coordination de projets en Education à l'Environnement vers un Développement Durable dispensée par l'Institut SupAgro Florac. Ce stage a eu lieu au siège de l'A.N.D.E.S., l'Association Nationale Des EpicerieS Solidaires qui se situe dans le 13<sup>ème</sup> arrondissement de Paris.

Lors de ce stage, il m'a été confié la mission d'élaborer un outil pédagogique qui offrira la possibilité aux bénéficiaires des épiceries solidaires participant aux ateliers culinaires de partir à la découverte des fruits et légumes.

Ce rapport traite dans un premier temps du fonctionnement de cette association et de ses différentes activités. La deuxième partie met en avant la problématique qui s'est posée et suivent dans les troisième et quatrième parties, les différentes actions qui ont été réalisées au cours de ce projet.



# ANNEXES

Un projet d'Education à  
l'Environnement et au  
Développement Durable

s'invite chez l'A.N.D.E.S. à travers la  
création d'un outil pédagogique

# Table des annexes

Annexe 1 : Organigramme

Annexe 2 : Livret retraits agricoles

Annexe 3 : Livret de recettes

Annexe 4 : Flyer

Annexe 5 : Echancier

Annexe 6 : Jeu de cartes

Annexe 7 : Livret pédagogique et outils

Annexe 8 : Guide animateur jeu et guide d'utilisation

Annexe 9 : Fiche d'évaluation

Annexe 10 : Fiche d'évaluation remplie

Annexe 11 : Devis Graphiste

Annexe 12 : Guide CDG

Annexe 13 : Fiche coordinateur

# ANNEXE 1

Organigramme :

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

### Bureau

**Président** : Jérôme Bonaldi (Journaliste)

**Trésorier** : Sylvain Bluntz (Consultant agro-alimentaire)

**Secrétaire** : Misette Baldo (Directrice de l'épicerie solidaire « Au marché conté »)

### Représentants des épiceries adhérentes

Virginie Juillien (Epi des 3 Pays)

Claude Billot (La Boussole)

Paul Cheyrouze (Au petit plus)

### Personnalités qualifiées

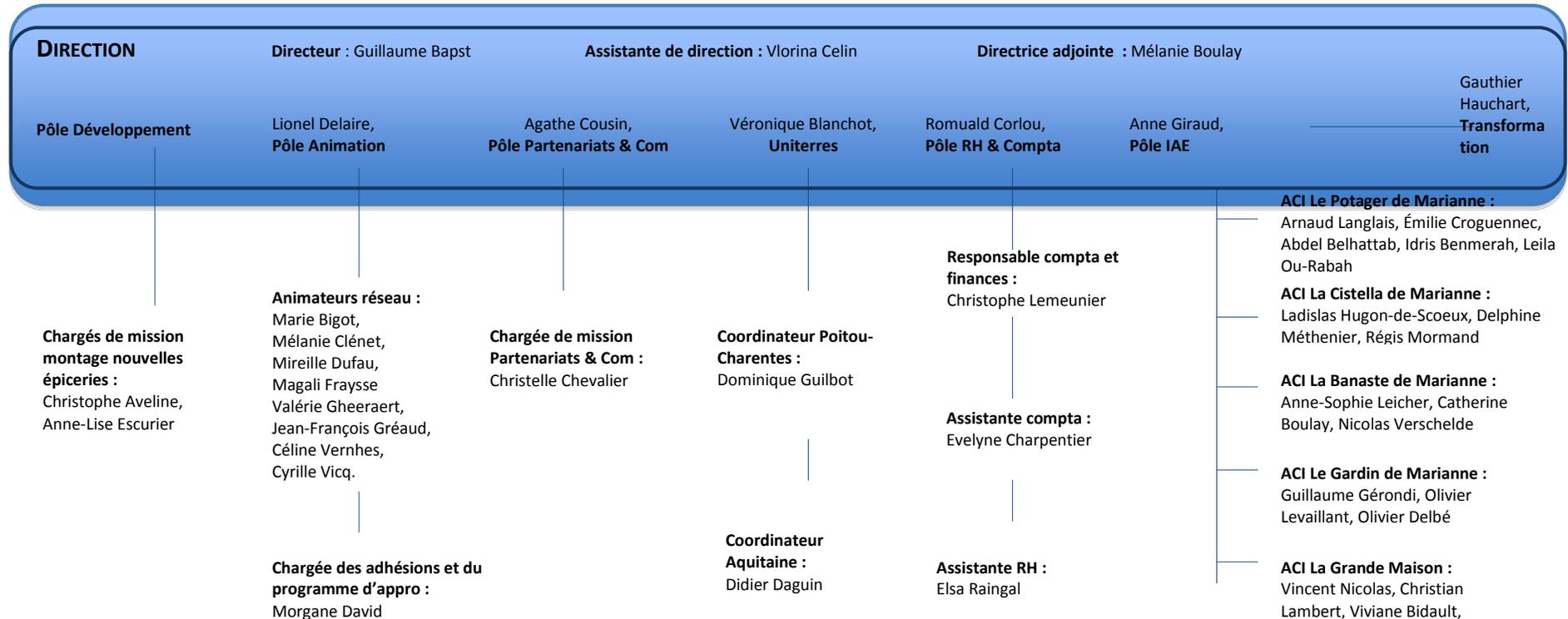
Jean-Michel Ricard (Siel Bleu)

Anne Cheret (Lagardère)

Hélène Rochet (Directrice Fédération

Paniers de la Mer)

Loick Salvan (Médecin généraliste)



### 3 intervenants extérieurs en contrat de prestation :

- Marie-Claude Jonquoy : Relations Presse et Publiques depuis 2010

- Jocelyne Bac (Ancienne directrice de la politique de la ville et de la prévention des discriminations dans un établissement public) : Audit du Pôle animation et élaboration d'un plan d'action

- Marc Chénais (Ancien responsable Essaimage du Réseau Cocagne) : Appui au démarrage de la Grande Maison (Maraîchage et insertion)

# ANNEXE 2

## Livret retraits agricoles

# Retraits agricoles



**POURQUOI DÉTRUIRE  
QUAND ON PEUT  
DONNER?**

**Le retrait communautaire est une mesure de gestion de crise** mis en place par le règlement (CE) n°1234/2007 portant sur l'organisation commune des marchés. Il existe différents types de retraits. **L'un d'entre eux permet la mise à disposition de fruits et légumes en vue de leur distribution gratuite dans l'aide alimentaire. Cette procédure est indemnisé à 100% par FranceAgriMer.**

Ce livret de procédure s'adresse aux agriculteurs *membres d'une Organisation de Producteurs (OP)* et a pour but d'expliquer la démarche du retrait.

Si vous avez été démarché par un de nos chantiers, et que vous avez des produits à retirer, prenez contact avec lui afin qu'il vous envoie le formulaire nécessaire à l'opération de retrait.

Les retraits servent une *cause solidaire et participant à la lutte contre le gaspillage alimentaire.*

Une fois que les chefs de chantier réceptionnent les produits, ils en contrôlent avec FranceAgriMer *la qualité et la provenance* dans une **logique de traçabilité** grâce au **logiciel SILO**. Puis les produits sont distribués par les chantiers aux associations d'aide alimentaire, pour permettre aux personnes en situation d'exclusion de consommer des fruits et légumes frais.

L'organisme de contrôle FranceAgriMer, se charge de l'indemnisation, du conditionnement et du transport du produit donné.

Si vous avez des produits à retirer, **pensez à faire un don** en contactant le chantier d'insertion le plus proche de chez vous.

**Les retraits** opérés par l'Union Européenne **sont détruits dans 82% des cas**, alors qu'il s'agit de produits **encore parfaitement consommables**.

**Les 4 chantiers d'insertion de l'A.N.D.E.S.**, situés à **Rungis, Perpignan, Lille et Marseille**, sont **spécialisés dans la récupération et la redistribution de fruits et légumes** invendus. En 2012, ils ont fourni 1300 tonnes de fruits et légumes à 187 structures d'aide alimentaire.



## QUI SOMMES NOUS?

L'Association Nationale de Développement des Épiceries Solidaires (A.N.D.E.S.) est l'un des principaux réseaux d'aide alimentaire français. L'A.N.D.E.S. fédère 260 épiceries solidaires, qui ont accueilli 436 000 personnes en situation de précarité en 2012.

Les 4 chantiers d'insertion de l'A.N.D.E.S., à Rungis, Lille, Perpignan et Marseille, ont pour missions : de rendre accessible des fruits et légumes frais aux personnes en situation de précarité, de favoriser l'insertion professionnelle de personnes éloignées de l'emploi, et de lutter contre le gaspillage alimentaire.

### CE LIVRET VOUS CONCERNE-T-IL?

**OUI:** Si vous êtes membre d'une Organisation de Producteurs soumise aux retraits.

**NON:** Si vous êtes agriculteur indépendant. **Vous pouvez néanmoins donner vos produits** à des structures d'aide alimentaire en appelant l'A.N.D.E.S.

⇒ Les contacts sont au dos de ce livret.

# POURQUOI DONNER?



Notre mission est d'apporter une alimentation saine et diversifiée à des familles en situation de précarité. Pour cela, **nous avons de plus en plus besoin de fruits et légumes frais.**

## NOS OBJECTIFS:

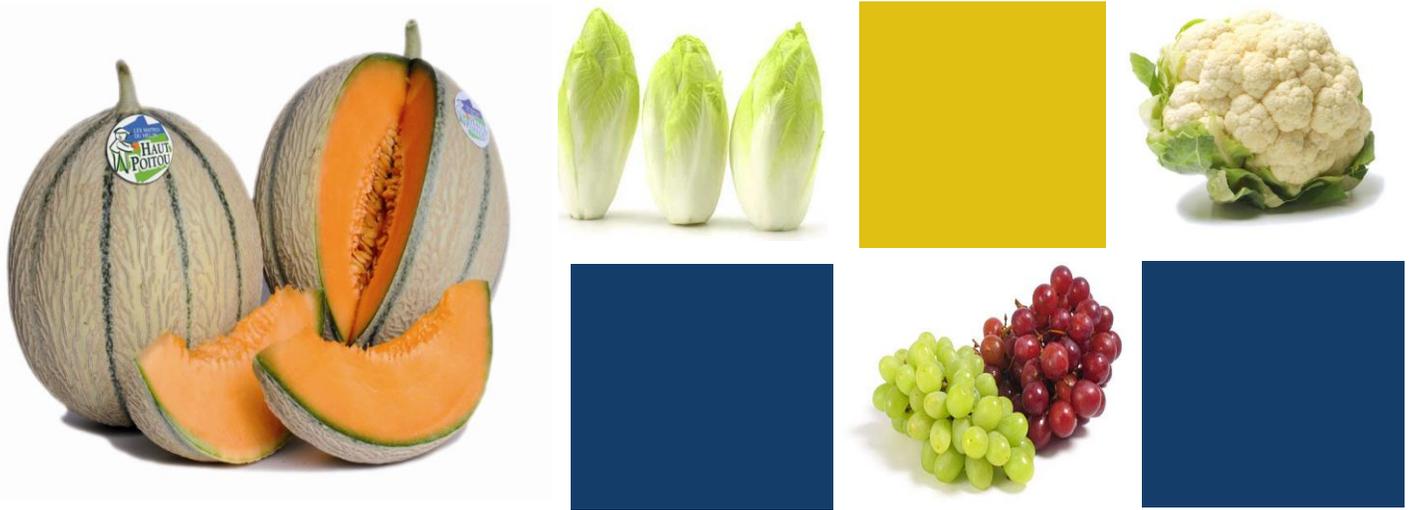
- Approvisionner les épiceries solidaires et les autres structures d'aide alimentaire en produits frais et de saison.
- Répondre aux besoins alimentaires de personnes en situation de précarité, sans favoriser l'assistanat.
- Eviter l'exclusion sociale en facilitant l'accès à des produits variés et de qualité.
- Lutter contre le gaspillage et la destruction de produits consommables mais non commercialisables.

## COMMENT Y PARVENIR:

- Mettre en place des partenariats réguliers de don pour approvisionner les épiceries.
- Etablir un contact pérenne entre les Ateliers et Chantiers d'Insertion (ACI) et les producteurs.
- Créer des partenariats avec des transporteurs, pour le transport des produits retirés.

Les chantiers contactent les OP en cas de besoins de produits / Les OP contactent les chantiers lorsqu'ils ont des produits de retrait à donner.





## Quels fruits et légumes peuvent être retirés du marché?

### Fruits :

- abricot
- clémentine
- citron
- mandarine
- melon
- nectarine
- poire
- raisin
- orange
- pastèque
- pêche
- pomme
- tomate
- satsuma

### Légumes :

- artichaut
- asperge
- aubergine
- brocoli
- chou-fleur
- endive
- oignon jaune
- salade
- pissenlit

## Quelles quantités peuvent être retirées?

Il n'y a pas de limite maximale de volume fixé pour le retrait en vue d'une distribution gratuite. Cependant, si vous souhaitez bénéficier des meilleures compensations financières, le volume de produits retirés ne doit pas excéder 5% du volume de la production commercialisée de votre OP (Cf. page suivante). Ce volume retiré peut être annuellement porté à 10%, à la condition que la moyenne sur 3 ans ne dépasse pas 5%.

## Qui peut recevoir des produits retirés en vue d'une distribution gratuite?

- des œuvres de bienfaisance ou fondations charitables (ex : les association d'aide alimentaire comme l'A.N.D.E.S.)
- des colonies de vacances,
- des hôpitaux, des institutions pour personnes âgées,
- des écoles et établissements d'enseignement public .

Le destinataire doit avoir reçu au préalable **un agrément de FranceAgriMer.**

## Le retrait en vue d'une distribution gratuite est indemnisé financièrement à 100%

L'aide financière communautaire pour les retraits en vue d'une distribution gratuite est égale à **100%** du montant de la compensation financière inscrite dans le fonds opérationnel. Le volume ne doit pas excéder 5% de la quantité commercialisée.

Au-delà de 5%, les retraits destinés à la distribution gratuite sont indemnisés à hauteur de 50% par le Fonds Européen Agricole de Garantie (FEAGA). *Fond Européen Agricole de Garantie*

Ci-dessous le lien vers l'index des cotations des fruits et légumes:

[http://www.snm.franceagrimer.fr/cgi-bin/cgiindex?/cgi-bin/cgimar%7C3FLISTESP%7C3AFLG:/cgi-bin/cgimar%7C3FSAINOMPRODUIT:les\\_prix\\_par\\_produit](http://www.snm.franceagrimer.fr/cgi-bin/cgiindex?/cgi-bin/cgimar%7C3FLISTESP%7C3AFLG:/cgi-bin/cgimar%7C3FSAINOMPRODUIT:les_prix_par_produit)

Pour **les frais de triage et d'emballage, un montant forfaitaire** est appliqué pour chaque produit.

Exemple: pour le chou-fleur les frais de triage et d'emballage sont indemnisés à hauteur de 169,10 €/tonne, pour la tomate : 201,10 €/tonne, etc...

## Qui paye les frais logistiques liés aux opérations de distribution gratuite?

Les **frais de transport** liés aux opérations de distribution gratuite de produits retirés du marché sont **pris en charge à 100% au titre du FEAGA\***.

Les OP sont indemnisés sur la base de montants forfaitaires établis selon la distance entre le point de retrait et le lieu de livraison des produits (de 18,2€/t si la distance < 25 km à 108,3€/t si la distance > 750 km). Un supplément forfaitaire de 8,5€/t peut être payé si le transport a été effectué par camion frigorifique.

### Retour d'expérience d'une responsable d'OP donatrice: SUD DÉLICE

« On jette beaucoup trop! En donnant à l'A.N.D.E.S. on participe à l'**insertion** par l'emploi et l'on permet à des personnes en difficulté de **consommer des fruits et légumes** à des prix corrects. »

« Donner c'est **facile**. Si tout le monde donnait une ou deux palettes par semaine, cela permettrait vraiment de faire bouger les choses et **cela limiterait le gâchis!** »

# LA PROCÉDURE

Voici les différentes étapes à respecter tout au long de la procédure de retrait.

- 1) Dans un premier temps, vous devrez **remplir un formulaire informant FranceAgrimer qu'une opération de retrait va être exécutée.**

L'envoi de ce document doit être impérativement fait au moins **24h avant l'expédition** des produits .

- 2) **Remplir le certificat de prise en charge** avec les informations vous concernant ainsi que celles concernant le produit retiré (voir page 9).  
Vous ne devez remplir que le premier cadre, puis renvoyer le formulaire au chantier d'insertion de l'A.N.D.E.S. bénéficiant du don pour qu'il puisse remplir le second cadre. Le dernier cadre doit être, quant à lui, rempli par la personne compétente envoyée par FranceAgriMer lors du don des produits.

Ce formulaire est également téléchargeable sur : <http://alimentation.gouv.fr/bad-documents-utiles>

- 3) **Remplir le formulaire concernant l'indemnisation du transport.**

Ce formulaire vous sera transmis par le chantier d'insertion de l'A.N.D.E.S. (voir page 10).

- 4) Un **dernier formulaire est à remplir en fin campagne** de retrait, détaillant les produits retirés et leur quantités .

Dans une **logique de respect des normes de traçabilité**, les dons effectués sont enregistrés par les chantiers dans un logiciel spécifique (« **SILLO** »). Toutes les informations concernant la destination des produits sont donc conservées et peuvent être consultées à tout moment.



**CONTACTS:**

**Perpignan "La Cistella"**  
Magasin 132, Bâtiment  
I BP 35340  
66033 Perpignan  
Tel : 04 68 82 56 63  
Port: 06 79 30 33 31

**Rungis "Le Potager"**  
10, rue des tropiques, Bat  
I.6 BP 20108 –  
94538 Rungis  
Tel : 01 46 86 81 40  
Port : 06 33 52 01 28

**Marseille "La Banaste"**  
MIN 501  
Les Arnavaux  
13 323 Marseille  
Tel : 04 84 26 81 54  
Port : 06 27 61 72 31

**Lille-Lomme  
"Le Jardin"**  
10 Rue du MIN  
59 160 Lomme  
Tel : 03 62 65 81 49  
Port : 06 79 30 33 07

# ANNEXE 3

## Livret de recettes



# Livret de recettes





## Artichauts farcis à l'ail pour 4 personnes

Préparation 10 min

Cuisson 30 min

### Ingrédients

- 4 artichauts
- 6 gousses d'ail
- 4 cl d'huile d'olive ou de noix
- 1/2 citron

1. Faites bouillir de l'eau salée et ajoutez le jus du citron.
2. Coupez les pieds des artichauts, retirez les feuilles externes abîmées et faites-les cuire 30 min dans l'eau bouillante salée et citronnée.
3. Pelez les gousses d'ail.
4. Mettez-les dans un récipient creux et solide et écrasez-les à l'aide d'un pilon en incorporant l'huile petit à petit. Réservez.
5. Quand les artichauts sont cuits, égouttez-les et laissez-les tiédir. Puis retirez le foin et coupez-les en deux dans le sens de la largeur de façon à obtenir deux palets.
6. Mettez les artichauts dans un plat et remplissez-les de préparation à l'ail.
7. Placez au frais jusqu'au moment de servir.

## ARTICHAU

## Chèvre grillé sur fond d'artichaut pour 4 personnes

Préparation 30 min

Cuisson 40 min

### Ingrédients

- 8 fonds d'artichauts
- 4 fromages de chèvre
- 1 bouquet de ciboulette
- 1 citron
- 1 salade
- poivre

1. Préchauffez le four en position grill. Recouvrez la plaque du four de papier d'aluminium.
2. Coupez les pieds des artichauts, retirez les feuilles et le foin et faites-les cuire 30 min dans l'eau bouillante salée et citronnée.
3. Lavez, séchez et ciselez la ciboulette. Coupez les fromages de chèvre en deux dans l'épaisseur.
4. Egouttez les fonds d'artichauts. Posez-les sur la plaque du four.
5. Posez un demi-fromage dans chaque fond d'artichaut, parsemez de ciboulette et poivrez.
6. Enfournez le plus haut possible dans le four et faites gratiner.
7. Servez dès la sortie du four avec une salade.



# ASPERGE

## Asperges blanches au fromage pour 4 personnes

Préparation 15 min

Cuisson 10 min

### Ingrédients

- 1 botte d'asperges blanches
- 40 g de parmesan ou de gruyère râpé
- 1 c. à soupe de vinaigre balsamique
- 1 pincée de sucre
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre

1. Epluchez et coupez les asperges blanches puis faites-les revenir dans l'huile d'olive bien chaude jusqu'à ce qu'elles soient un peu dorées.
2. Salez, poivrez et sucrez légèrement.
3. Ajoutez un peu d'eau, couvrez et éteignez le feu. Laissez à couvert 1 à 2 min.
4. Sortez les asperges de la poêle puis épongez-les sur un torchon ou un papier absorbant. Réservez-les au chaud.
5. Faites réduire la sauce dans la poêle puis ajoutez 1 c. à soupe de vinaigre balsamique
6. Dressez les asperges dans une assiette, ajoutez la vinaigrette puis des copeaux de parmesan ou du gruyère râpé. Servez.



(... suite)

1. Faites-les revenir dans une poêle avec 50 g de beurre et 1 cuillère à soupe d'huile d'olive.  
Ajoutez le basilic haché finement, le jus de citron, la gousse d'ail hachée, le poivre, le sel et salez et petit à petit le vin blanc.
2. Laissez mijoter doucement pendant 30 mn en remuant régulièrement et ajoutez si nécessaire du vin blanc. En fin de cuisson, vous pourrez lier la sauce avec la crème.
3. Dans une casserole à part, faites cuire les pâtes avec une goutte d'huile.
4. Egouttez-les aussitôt et mélangez avec un peu de beurre.
5. Déposez les pâtes dans l'assiette, les asperges au milieu, quelques copeaux de parmesan ou du gruyère, si vous avez, et dégustez.





# AUBERGINE



## Caviar d'aubergines au basilic pour 4 personnes

Préparation 10 min

Cuisson 10 min

### Ingrédients

- 6 belles aubergines
- 3 gousses d'ail
- 4 tiges de basilic
- 1 jus de citron
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- sel



1. Préchauffez le four th.8 (240°C).
2. Lavez bien les aubergines sans les éplucher.
3. Coupez-les en deux dans le sens de la longueur, alignez les aubergines coupées sur une plaque de cuisson, enfournez et laissez cuire pendant 10 min. Surveillez la cuisson, elle est terminée lorsque la chair des aubergines est molle.
4. Retirez du four. A l'aide d'une fourchette, récupérer la chair de l'aubergine.
5. Mettez cette chair dans un récipient, ajoutez-y l'huile d'olive, le jus de citron, le sel, l'ail et le basilic finement haché. Mélangez le tout jusqu'à obtenir une texture homogène. Réservez vite au frais.
6. A déguster sur du pain ou en salade.

## Papillotes d'aubergines à la tomate pour 4 personnes

Préparation 10 min

Cuisson 1h

### Ingrédients

- 4 aubergines
- 2 tomates
- 1 branche de persil
- 2 gousses d'ail
- 1 biscotte
- une noisette de beurre
- 1 c. à soupe d'huile
- sel et poivre

1. Préchauffez le four th.6 (180°C).
2. Lavez et essuyez les aubergines, coupez-les en deux dans le sens de la longueur. Evidez-les. Coupez la chair en petits morceaux. Salez-la et poivrez-la.
3. Lavez puis coupez les tomates en petits cubes.
4. Hachez finement l'ail et le persil. Émiettez la biscotte.
5. Mélangez l'ail et le persil avec la chair d'aubergine et la biscotte émiettee, huilez légèrement et garnissez de ce hachis chaque moitié d'aubergine.
6. Rajoutez les cubes de tomates au-dessus.
7. Découpez huit grands carrés d'aluminium, beurrez-les légèrement et déposez-y vos aubergines garnies. Refermez chaque papillote hermétiquement.
8. Enfourez pendant 1 heure environ tout en surveillant la cuisson.
9. Servez.



## BROCOLI

### Gratin de pâtes aux aubergines et au poulet pour 4 personnes

Préparation 20 min

Cuisson 45 min

#### Ingrédients

- 400 g de pâtes
- 3 aubergines
- 2 oignons
- 3 blancs de poulet
- 5 cl d'huile d'olive
- 150 g de parmesan râpé ou de gruyère râpé
- 1 c. à soupe de persil ciselé
- sel, poivre
- 1 c à soupe d'huile
- 1 c à soupe de crème fraîche
- sel et poivre

1. Faites cuire les pâtes dans l'eau bouillante salée pendant 10 min puis égouttez-les et réservez.
2. Pelez et émincez les oignons.
3. Lavez les aubergines et coupez-les en petits dés.
4. Faites chauffer la moitié de l'huile dans une casserole et faites-y cuire doucement les oignons.

(...)

(... suite)

5. Pendant ce temps, coupez les blancs de poulet en lanières, ajoutez-les dans la casserole d'oignons et faites-les dorer. Ajoutez les aubergines, salez, poivez et laissez cuire doucement pendant 20 minutes.
6. Préchauffez le four position grill.
7. Versez la préparation aux aubergines et au poulet dans les pâtes, arrosez du reste d'huile d'olive, parsemez de la moitié du fromage et mélangez bien.
8. Versez les pâtes dans un plat à gratin, parsemez du reste de fromage et enfournez.
9. Faites gratiner environ 10 min.





## Muffins aux brocolis pour 4 personnes

Préparation 20 min

Cuisson 45 min

### Ingrédients

- 150 g de farine
- 100 g de fromage râpé
- 1 sachet de levure
- 1 petit brocolis
- 6 cl d'huile d'olive
- 12 cl de lait
- 3 œufs
- sel et poivre
- 1 c. à soupe de crème fraîche
- 30 g de beurre
- sel, poivre

1. Préchauffez votre four th. 6 (180°C).

### Faites blanchir le brocoli :

2. Récupérez 10 têtes de brocolis, assurez-vous que chacune des têtes rentre dans votre moule à cake. Il est important qu'elles ne dépassent pas du moule en position verticale, afin d'être certain que le brocoli sera bien recouvert par la pâte ...
3. Faites bouillir de l'eau. Plongez-y durant 3 minutes les 10 têtes de brocolis. Transvasez les brocolis dans une eau froide afin d'en stopper la cuisson.

(...)

(... suite)

### Préparez la pâte :

4. Mélangez dans un saladier la farine, la levure, l'œuf, l'huile d'olive, le lait, le fromage râpé, le sel et le poivre.
5. Remplissez le moule au 2/3 avec la pâte. Enfoncez dans chaque moule une branche de brocolis à la verticale.
6. Recouvrez les brocolis avec le reste de pâte.
7. Enfourez 20 à 25 minutes.



# CHOU FLEUR



## Chou fleur rôti au paprika pour 4 personnes

Préparation 20 min

Cuisson 40 min

### Ingrédients

- 1 chou fleur
- Huile d'olive (environ 2 ou 3 cuillères à soupe)
- Paprika (2 cuillères à soupe ou + suivant vos goûts)
- Sel et poivre

1. Préchauffez votre four à 180°C.
2. Coupez les bouquets du chou fleur en lamelles.
3. Mettez-les dans un saladier et arrosez-les avec l'huile d'olive et mélangez bien.
4. Saupoudrez le paprika (ou une autre épice d'ailleurs) mélangez bien le tout.
5. Salez et poivrez et remuez à nouveau.
6. Etalez bien à plat soit sur une plaque de four recouvert de papier sulfurisé soit dans un grand plat à gratin.
7. Laissez griller 45 min en remuant régulièrement, si le chou fleur noircit un peu sur les contours : c'est normal
8. Servez aussitôt bien chaud !



# ENDIVE

## Crumble aux endives et aux cerneaux de noix

Préparation 30 min

Cuisson 40 min

### Ingrédients

#### Pour la pâte :

- 250 g de farine
- 125 g + 50 g de beurre ramolli
- 100 g de cerneaux de noix hachées

#### Pour la garniture

- 6 endives émincées
- 1 pomme épluchée et coupée en morceaux
- 1 pincée de sel



1. Préchauffez le four th.6 (180°C).
2. Préparation de la pâte à crumble : versez dans un plat, la farine, les 125 g de beurre ramolli et les noix hachées.
3. Travaillez la pâte entre les doigts pour que le beurre s'incorpore parfaitement aux autres ingrédients.
4. Poêlez dans le reste de beurre fondu, les endives émincées, ensuite ajoutez la pomme épluchée et coupée en morceaux.
5. Versez la préparation après assaisonnement dans un plat à gratin et recouvrez de la pâte à crumble.
6. Enfourez pendant 20 min.



# OIGNON

## Endives à la bolognaise pour 4 personnes

Préparation 30 min

Cuisson 40 min

### Ingrédients

- 30 g de beurre
- 1 kg d'endives
- 2 boules de mozzarella

### Pour la sauce bolognaise :

- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 bouteille de coulis de tomates
- 200 g viande hachée,
- 20 cl de crème fraîche,
- ail,
- oignon,
- sel,
- poivre,
- 1 sucre (facultatif)

- Sel
- Poivre
- Herbes de Provence



(suite...)

## Galette de pommes de terre oignons

Préparation 20 min

Cuisson 40 min

### Ingrédients

- 1 kg de pomme de terre
- 2 oeufs
- 1 gros oignon
- Farine
- Huile
- Sel, poivre.

1. Après avoir épluché les pommes de terre, râpez-les comme des carottes. Mettez-les dans un saladier.
2. Ajoutez 1 oignon finement haché, 2 oeufs, 1 à 2 cuillères à soupe de farine. Mélangez-bien. Salez et poivrez.
3. Dans une poêle, faites chauffer l'huile puis disposez 3 à 4 tas de cette préparation. Applatissez-les bien.
4. Attendez que le premier côté soit bien doré puis retournez-les à l'aide d'une spatule.  
A la fin de la cuisson, mettez-les dans un plat, sur du papier absorbant.  
Servez chaud (possibilité de les réchauffer au micro ondes).
5. Ajustez l'assaisonnement dans votre assiette.
6. Servez accompagné d'une salade.



# ANNEXE 4

Flyer

# Retraits agricoles

**Chantier d'insertion**  
**“Le Potager”, MIN de**  
**Rungis**

**Responsable: Arnaud Langlais**

@: [arnaud.langlais@epiceries-solidaires.org](mailto:arnaud.langlais@epiceries-solidaires.org)

☎: 06.33.52.01.28

☎: 01 46 86 81 40

Pourquoi jeter quand  
on peut donner?





# Pourquoi donner?

## - Pour éviter le gaspillage alimentaire

Les produits de retrait sont parfaitement consommables. Pourtant, la majorité des retraits sont jetés au lieu d'être donnés.

## - Pour permettre à des personnes en situation précaire de manger sainement

Les fruits et légumes sont des produits excellents pour la santé, mais souvent trop chers pour les personnes en situation de précarité. En donnant, vous permettez à ces personnes d'avoir une alimentation équilibrée.

## - Parce que cela ne coûte rien

Le retrait en vue d'une distribution gratuite est **indémnisée financièrement** par le Fonds Européen Agricole de Garantie (FEAGA). Le FEAGA prend en charge l'indemnisation des produits et les frais de transport et de conditionnement.

# Que deviennent les produits?

Les produits sont récupérés par le chantier d'insertion, qui remobilise des personnes éloignées de l'emploi. Ils sont ensuite redistribués aux associations d'aide alimentaire de la région.



*Participez à cette  
action solidaire!  
Contactez le  
chantier  
d'insertion "le  
Potager":*

**01 46 86 81 40**

# ANNEXE 5

## Echéancier

Actions	MOIS												
	Mai				Juin				Juillet				
<b>Amorce du projet</b>													
Travaux de recherche	■	■	■	■	■	■							
Réflexion autour du projet	■	■											
<b>Conception du projet</b>													
Réalisation du jeu de cartes			■	■	■	■	■						
Elaboration de l'outil intégré au livret pédagogique				■	■	■	■	■					
Création d'un livret guide pour l'animateur			■	■	■	■	■						
Amélioration du guide destiné aux animateurs					■	■	■						
<b>Communication</b>													
Contact Emmanuelle			■		■	■	■	■	■	■	■		
Contact Lionel		■			■							■	
Contact graphiste												■	■
Rendez-vous CDG				■			■				■		
<b>Mise en œuvre du projet</b>													
Expérimentation												■	
Retour sur l'expérimentation												■	
Amélioration suite aux évaluations												■	
Consolidation finale du projet													■

# ANNEXE 6

Jeu de cartes

## Abricot



### Indices :

Mon fruit a un noyau et est de couleur orangée.

Sa peau est lisse et douce et sa pulpe est sucrée.

Il peut être consommé en été.



## Pêche



### Indices :

Mon fruit a un noyau et sa chair juteuse et sucrée peut-être blanche, jaune ou rouge.

Sa peau est douce on dit qu'elle est veloutée ou duveteuse.

Il existe une expression familière voulant dire je suis en forme qui emploie le nom de mon fruit : « j'ai la... ».

On le consomme lors de la saison estivale.



# ANNEXE 1

## Le livret pédagogique et ses outils



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.

# Livret enfant

Mes ateliers de la Compagnie des gourmands

Prénom de l'enfant:

Initiale du nom:





PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.

# Qu'est-ce que la Compagnie des Gourmands ?

La Compagnie des Gourmands est un programme d'ateliers de cuisine. Tu peux y participer avec un de tes parents en venant cuisiner avec lui et partager le repas préparé avec l'ensemble des participants.

Pour pouvoir apprendre suffisamment, il est intéressant que tu reviennes sur plusieurs ateliers (environ 4), c'est pour cette raison que nous te proposons ce cahier dans lequel tu pourras noter tes impressions et coller les recettes que tu pourras refaire à la maison.





PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.



Voici un tableau à compléter permettant  
le suivi des ateliers

Date de l'atelier	Avec qui ?	Menu réalisé



# Mon premier atelier La Compagnie des Gourmands

Date :



Emplacement pour coller recette entrée



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.



Emplacement pour coller recette plat





Emplacement pour coller recette dessert



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.

# Pas à pas



A partir des photos prises lors du dernier atelier, reconstitue les étapes de la préparation de la recette.



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.



## Jeu: « Comment ça pousse? »

Tu viens de réaliser différentes recettes lors de cet atelier. Retrouve parmi les vignettes, les fruits et légumes dont tu as eu besoin et trouve l'endroit où ils ont poussé sur l'image ci-dessous.





# Page « Libre cours »







# Page « Libre cours »



Carotte

Abricot

Raisin

Tomate

Framboise

Pomme de terre

Pêche

Clémentine

Aubergine

Banane

Courgette

Fraise

Chou-fleur

Citron

Chou

Kiwi

Châtaigne

Oignon

Pomme

Poireau

Poire

Poivron

Melon

Navet

Pastèque

Brocoli

Endive

Cerise

Potiron

Figue

Laitue

Orange

Ail

Prune

Asperge

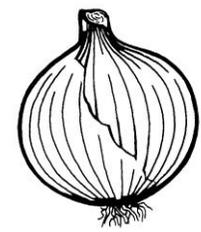
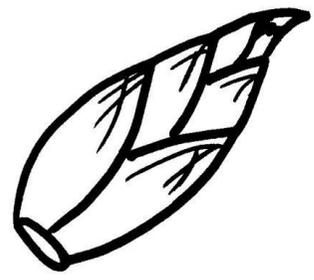
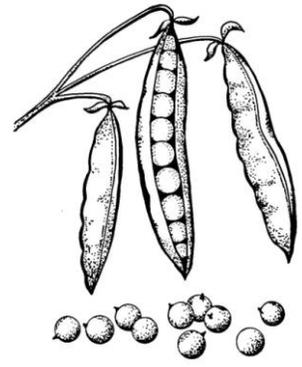
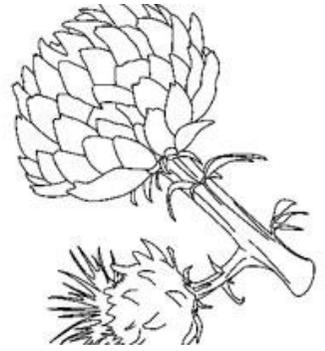
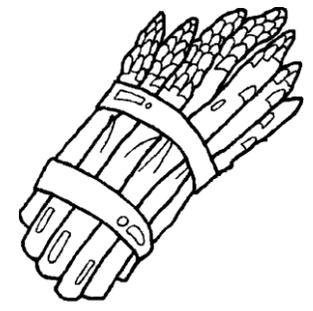
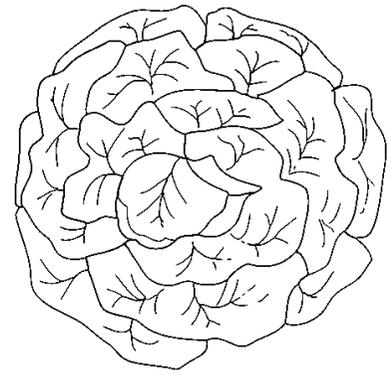
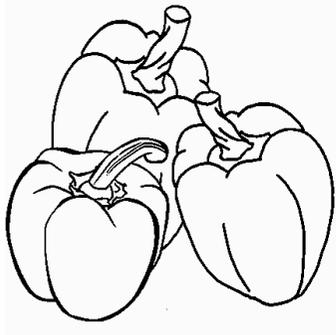
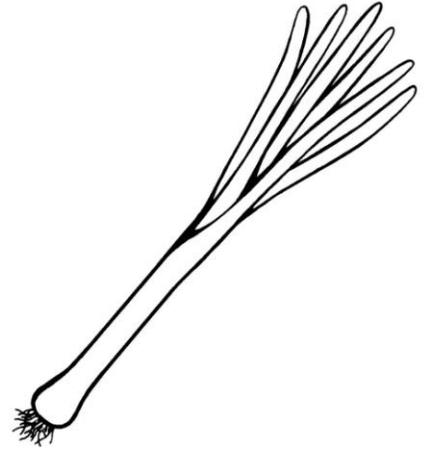
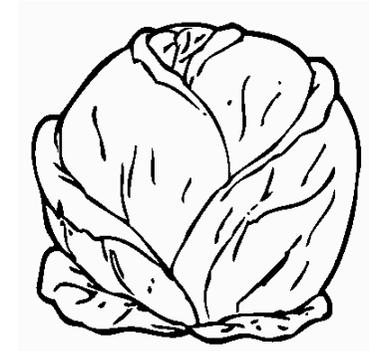
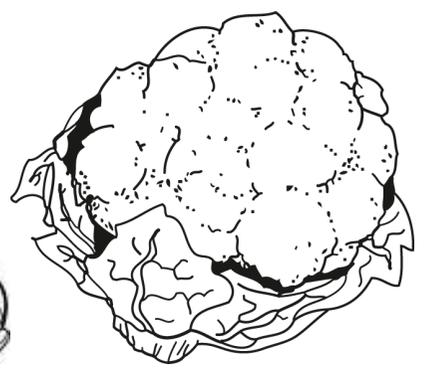
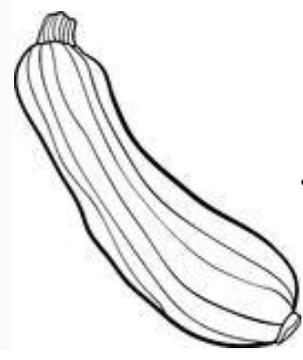
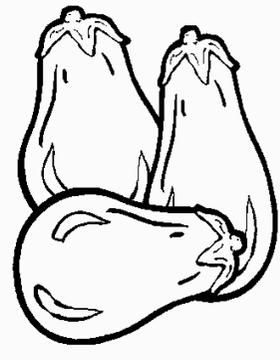
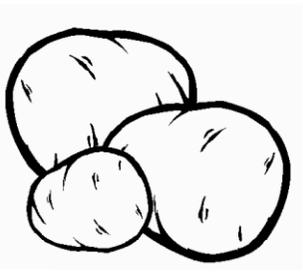
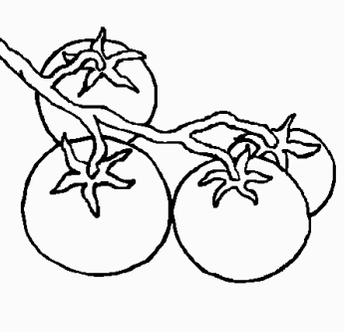
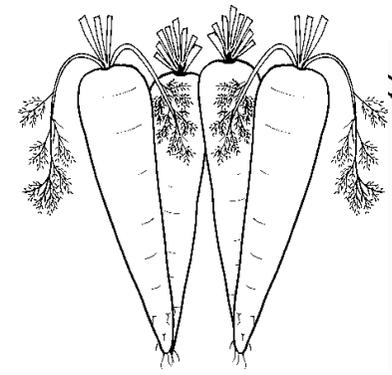
Groseille

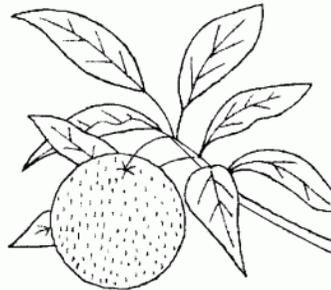
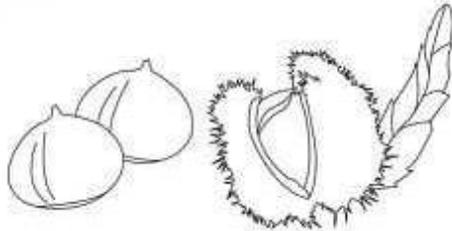
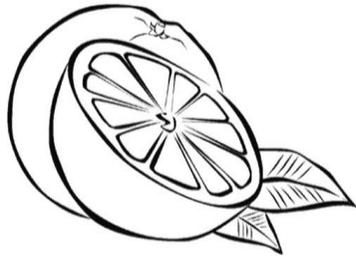
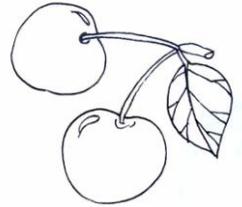
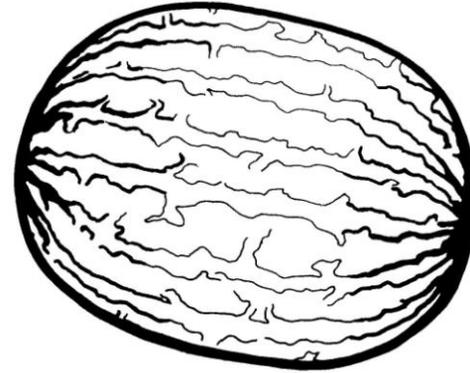
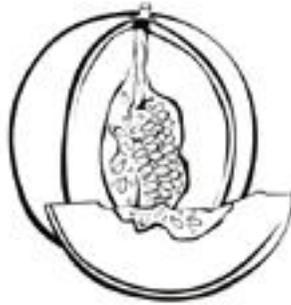
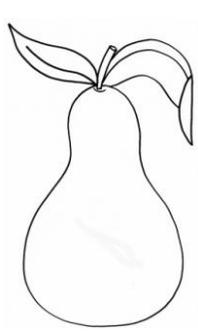
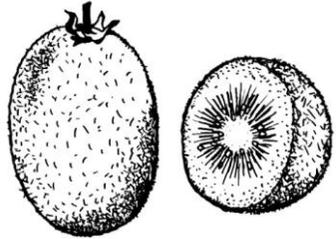
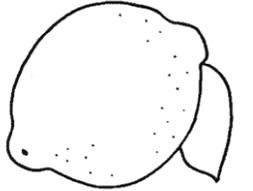
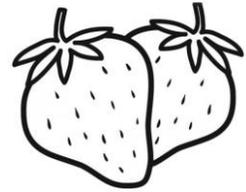
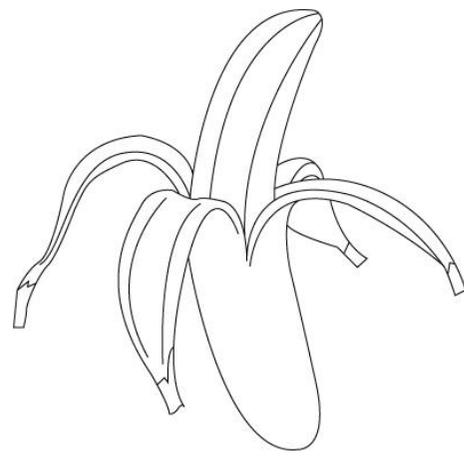
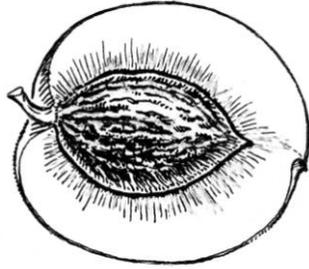
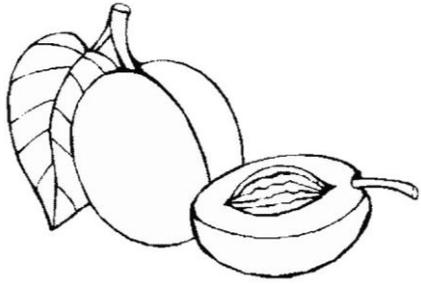
Artichaut

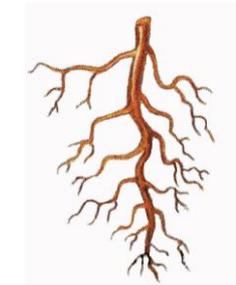
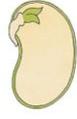
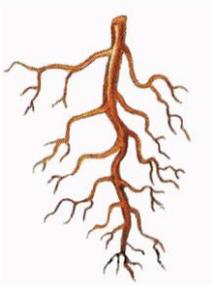
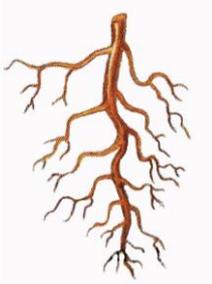
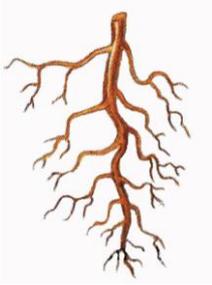
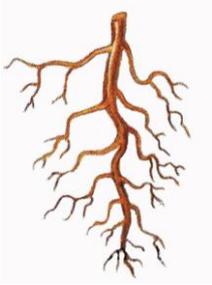
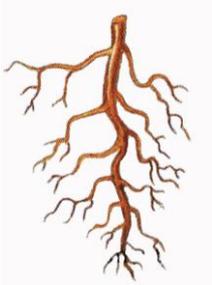
Concombre

Petits pois

Haricots verts







Tige

Racine

Graine

Feuille

Fruit

Bourgeon  
ou Fleur

PRINTEMPS

ETE

AUTOMNE

HIVER

PRINTEMPS

ETE

AUTOMNE

HIVER

PRINTEMPS

ETE

AUTOMNE

HIVER

PRINTEMPS

ETE

AUTOMNE

HIVER



# ANNEXE 8

Guide animateur jeu et guide  
d'utilisation

# Guide utilisation du livret pédagogique à destination de l'animateur



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.



Page de garde : Veillez à ce que l'enfant y inscrive son prénom et l'initiale de son nom

Page 1 : Présentation de la CDG

Page 2 : Tableau récapitulatif des ateliers à remplir à chaque séance

Page 3 : Mon premier atelier CDG y inscrire la date

Page 4 : Emplacement pour coller la recette de l'entrée

Page 5 : Emplacement pour coller la recette du plat

Page 6 : Emplacement pour coller la recette du dessert

Page 7 : Pas à Pas (à partir de la 2<sup>ème</sup> séance)

Pendant le 1<sup>er</sup> atelier, prenez des photos du déroulement de la séance afin que lors de la séance suivante les enfants et leurs parents puissent reconstituer les étapes du dernier atelier auquel ils auront participé (un maximum de 6 photos).

Page 8 et 9 : Jeu « comment ça pousse ? »

L'enfant et son parent doivent retrouver parmi les vignettes à découper les fruits, légumes et leurs noms dont ils se seront servis lors de l'atelier. Une fois découpés, ils peuvent, s'ils le désirent les colorier.

Sur la page apparaît une coupe transversale d'un potager où l'enfant et son parent à travers des échanges devront déterminer si le fruit ou le légume pousse dans ou sur la terre en collant la vignette au bon endroit.

Le parent pourra solliciter votre aide dans le cas où il aurait un doute (vous pourrez alors vous aider de la fiche mise à votre disposition reprenant toutes les informations sur les fruits et légumes).

Pour la suite du jeu, se référer à la fiche animateur du jeu « Comment ça pousse ? » à la 3<sup>ème</sup> partie.

Page 10 et 11 : Pages « libre cours »

Ici, les enfants pourront écrire, dessiner, coller ce qu'ils souhaitent se rapportant à l'atelier culinaire.

Voici une petite liste non exhaustive d'exemples de suggestions dans le cas où vous seriez à court d'idées. Vous pourrez leur proposer de :

- Dessiner le fruit ou le légume qu'ils ont préféré (goût, forme, couleur...)
- Une fois à la maison, représenter les éléments cuisinés chez eux lors d'un ou plusieurs repas (soit les dessiner, les photographier, les découper dans un prospectus et les coller)
- Dessiner un fruit ou un légume et son arbre ou sa plante
- Imaginer un fruit ou légume et son arbre ou sa plante et lui inventer un nom

# Fiche animateur

## Fruits :

Abricot : été  
Banane : fruit tropical  
Cerise : été  
Citron : hiver  
Clémentine : hiver  
Figue : été, hiver  
Fraise : printemps, été  
Framboise : été  
Groseille : été  
Kiwi : hiver  
Melon : été  
Mirabelle : été  
Mûre : été  
Orange : hiver  
Pastèque : été  
Pêche : été  
Poire : été, automne, hiver  
Pomme : automne, hiver  
Raisin : automne

## Légumes :

Ail : toute l'année, racine  
Artichaut : été, automne, inflorescence (=groupement de fleurs) bourgeons qui n'ont pas encore éclos.  
Asperge : printemps, tige  
Aubergine\* : été, fruit  
Brocoli : été, automne et hiver, tige et bourgeon fleur  
Carotte : toute l'année, racine  
Chou : automne, hiver, feuille  
Chou-fleur : toute l'année, organe préfloral  
Courgette\* : été, fruit  
Endive : hiver, bourgeon  
Haricot vert\* : été, automne, fruit  
Laitue : été, automne, feuille  
Navet : toute l'année, racine  
Oignon : toute l'année, racine  
Petits pois : printemps, été, graine  
Poireau : été, automne, hiver, feuilles  
Poivron\* : été, fruit  
Pomme de terre : toute l'année, racine  
Potiron\* : automne, hiver, fruit  
Radis : été, racine  
Tomate\* : été, automne, fruit

\*Appelés légumes dans le langage courant pourtant ce sont des fruits.

# Fiche animateur du jeu « Comment ça pousse ? »

## 1<sup>ère</sup> partie

L'enfant et son parent doivent identifier les fruits et légumes qui ont été nécessaires à la réalisation des recettes lors de l'atelier culinaire.

Une fois identifiés, l'enfant découpe les vignettes en essayant de suivre les contours du fruit ou du légume. Dans un second temps, il détermine le nom des fruits et des légumes et récupère les vignettes correspondantes.

## 2<sup>ème</sup> partie

L'enfant en concertation avec son parent doit retrouver l'endroit où le fruit ou le légume s'est développé avant d'être consommé: « sous la terre » ou « à l'extérieur de la terre ». Après validation du parent (qui aura obtenu la validation en amont de l'animateur), l'enfant pourra coller les vignettes qu'il a découpées à l'endroit correspondant sur la coupe transversale du potager.

## 3<sup>ème</sup> partie (à adapter en fonction de l'âge de l'enfant)

Consiste à ce que l'enfant et son parent s'interrogent sur la partie de la plante qu'ils consomment. S'agit-il de la racine, de la tige, de la feuille, de la graine ou du fruit ? Enfin s'agit-il d'un fruit ou d'un légume ? Et comment les distinguer ? Alors pourquoi appelle-t-on « légume » beaucoup de fruits ? Tout simplement parce qu'ils ne sont pas sucrés.

« Techniquement », le fruit est toujours le produit d'une fleur. C'est l'organe comestible des plantes à fleurs qui succède à la fleur et protège les graines, noyaux ou pépins en son sein.

Le légume quant à lui, provient d'une plante potagère et se présente sous des formes variées : Feuilles (salade, épinard, chou), tubercules ou racines (pommes de terre, carottes, radis), bulbes (oignons, échalotes), germes (soja), tiges ou pousses (asperges, poireaux, bambous), graines (pois chiches, lentilles)...

## 4<sup>ème</sup> partie

A quoi ressemble l'arbre ou la plante sur le(la)quel(le) pousse le fruit ou le légume ?

## Jeu de carte

Le but du jeu consistera pour l'enfant à associer le fruit ou le légume à la plante ou à l'arbre auquel il se rapporte. Sous forme d'un jeu de cartes où il faut reconstituer les paires grâce aux indices qui seront inscrits au dos de la carte « arbre » ou « plante ».

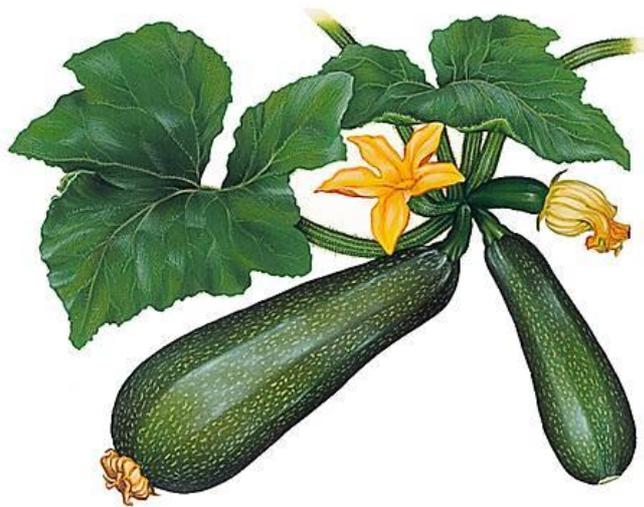
Sur les parties vierges du cahier les enfants pourront, s'ils le souhaitent, dessiner l'arbre ou la plante et son fruit ou son légume.

## 5<sup>ème</sup> partie

### Les saisons

Retrouver les saisons auxquelles correspondent les fruits et légumes.

Suite aux indices du jeu précédent, solliciter la mémoire des enfants et leur demander de retrouver la saison des fruits et légumes qu'ils auront cuisinés. De petites vignettes représentant les 4 saisons seront mises à disposition des enfants afin qu'ils puissent les coller auprès du fruit ou du légume auxquelles elles se rapportent.



# ANNEXE 9

## Fiche d'évaluation

7 questions aux participants pour avoir un retour sur l'outil...

1. Avez-vous appris le nom d'un légume ou d'un fruit ?

Si oui, lequel ?

2. Avez-vous appris autre chose au sujet d'un fruit ou d'un légume ?

Si oui, quoi ?

3. Le jeu de carte vous a-t-il appris quelque chose ?

Si oui, quoi ?

4. Souhaiteriez-vous y rejouer à la prochaine compagnie des gourmands ? Et réutiliser le petit livret ?

Si non, pourquoi ?

5. Aimeriez-vous apprendre quelque chose d'autre au sujet des fruits et légumes ?

6. Qu'avez vous préféré lors des jeux et pourquoi ?

7. Qu'avez vous les moins aimé et pourquoi ?

1. Avez-vous appris le nom d'un légume ou d'un fruit ?

Si oui, lequel ?

2. Avez-vous appris autre chose au sujet d'un fruit ou d'un légume ?

Si oui, quoi ?

3. Le jeu de carte vous a-t-il appris quelque chose ?

Si oui, quoi ?

4. Souhaiteriez-vous y rejouer à la prochaine compagnie des gourmands ? Et réutiliser le petit livret ?

Si non, pourquoi ?

5. Aimeriez-vous apprendre quelque chose d'autre au sujet des fruits et légumes ?

6. Qu'avez vous préféré lors des jeux et pourquoi ?

7. Qu'avez vous les moins aimé et pourquoi ?

# ANNEXE 10

Fiche d'évaluation remplie

7 questions aux participants pour avoir un retour sur l'outil...

Aude, 6 ans

1. Avez-vous appris le nom d'un légume ou d'un fruit ? **Oui**

Si oui, lequel ? **Le concombre**

2. Avez-vous appris autre chose au sujet d'un fruit ou d'un légume ?

Si oui, quoi ? **Oui, que les oignons poussent dans la terre et les courgettes en dehors.**

3. Le jeu de carte vous a-t-il appris quelque chose ?

Si oui, quoi ? **La plante de la courgette**

4. Souhaiteriez-vous y rejouer à la prochaine compagnie des gourmands ?

**Oui**

Si non, pourquoi ?

5. Aimeriez-vous apprendre quelque chose d'autre au sujet des fruits et légumes ?

**Ne sait pas**

6. Qu'avez vous préféré lors des jeux et pourquoi ? **De retrouver les fruits et légumes que l'on a cuisinés avant de les découper car c'est facile.**

7. Qu'avez vous le moins aimé et pourquoi ?

**Le jeu de cartes, parce que je n'arrivais pas à trouver les réponses.**

1. Avez-vous appris le nom d'un légume ou d'un fruit ?

Si oui, lequel ? **Non**

2. Avez-vous appris autre chose au sujet d'un fruit ou d'un légume ?

Si oui, quoi ? **Que l'aubergine est aussi un fruit**

3. Le jeu de carte vous a-t-il appris quelque chose ?

Si oui, quoi ? **Comment reconnaître un fruit d'un légume**

4. Souhaiteriez-vous y rejouer à la prochaine compagnie des gourmands ?

**Oui**

Si non, pourquoi ?

5. Aimeriez-vous apprendre quelque chose d'autre au sujet des fruits et légumes ?

**Pas d'idée.**

6. Qu'avez vous préféré lors des jeux et pourquoi ?

**Le jeu de paires, c'est amusant et on apprend des choses.**

7. Qu'avez vous le moins aimé et pourquoi ?

**Le moment où l'on a retrouvé les fruits et légumes cuisinés et leur nom car je les connaissais déjà.**

Lana, 10 ans



# ANNEXE 11

Devis Graphiste



A.N.D.E.S  
7 RUE DOMREMY  
75013 PARIS

Paris, le 26 juillet 2013

## DEVIS ESTIMATIF N° 130702

Référence : LIVRET - COMPAGNIE DES GOURMANDS

### DESCRIPTIF PRESTATIONS

#### CREATION

Conception et réalisation de maquettes

Présentation de 2 axes pour la couverture et principe des pages intérieur

Mise au point de l'axe retenu

..... 1 500,00 €

#### Exécution et remise d'un PDF HD

• Livret format A5 plié - Sur la base d'un 56 pages - 30 euros la page

..... 1 680,00 €

#### ILLUSTRATIONS

• Illustration en coupe d'un potager - Tous droits cédés

..... 800,00 €

• 20 pictos fruits

• 20 pictos légumes

• 6 vignettes (Tige, racine, feuille...)

• 4 vignettes saisons

60 euros par picto .....soit 3 000,00 €

Ces prix s'entendent hors taxe, hors achat d'art et hors corrections d'auteur.

# ANNEXE 12

## Guide La Compagnie Des Gourmands



# LA COMPAGNIE DES GOURMANDS

PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.



Guide destiné à l'usage des  
bénévoles et travailleurs  
sociaux pour la mise en place  
de la Compagnie des  
Gourmands



# Qu'est-ce que la Compagnie des Gourmands ?

- La Compagnie des gourmands (CDG) est un programme d'ateliers de cuisine destinés aux familles (adultes et enfants) bénéficiaires des épiceries solidaires ; l'impact de ces ateliers doit être régulièrement **évalué** pour en mesurer les effets sur les habitudes alimentaires des familles.

- Les objectifs de ce programme sont :

- a. promouvoir des habitudes alimentaires favorables à la santé (en particulier augmentation de la consommation de fruits et légumes)
- b. renforcer la fonction de parentalité. Pour cela, il est important que les participants soient sous la forme d'un « couple parent-enfant(s) », c'est-à-dire que le parent vient avec son (ou ses) enfant(s) pour cuisiner AVEC LUI. Les enfants sont sous la responsabilité de leur parent et ne doivent pas perturber le fonctionnement de l'atelier.



- A l'issue de la préparation des différents plats, les participants prennent le repas ensemble avec les animateurs et participent au rangement et nettoyage de la salle et de la cuisine. Ils peuvent repartir avec des restes des plats préparés.
- Il est prévu un minimum de 8 ateliers par an dans chaque épicerie participant au projet : cela permet de proposer les ateliers régulièrement aux bénéficiaires et ainsi d'observer une évolution dans leur comportement.

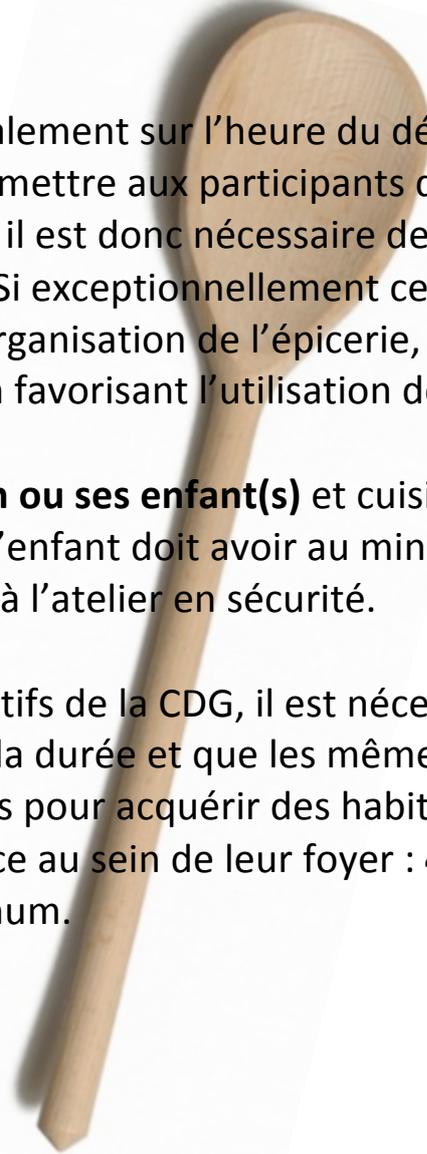
A l'issue de chaque atelier, une évaluation sera réalisée et envoyée à l'A.N.D.E.S.

# Quand ? Qui ? Combien ?



Les ateliers ont lieu idéalement sur l'heure du déjeuner, de **10h à 14h** environ, pour permettre aux participants de préparer un repas complet et varié ; il est donc nécessaire de convier les participants vers 9h30. Si exceptionnellement cet horaire n'est pas compatible avec l'organisation de l'épicerie, l'atelier peut se dérouler l'après-midi en favorisant l'utilisation de fruits.

- Le parent vient avec **son ou ses enfant(s)** et cuisine avec lui pendant tout l'atelier. L'enfant doit avoir au minimum 3 ans pour pouvoir participer à l'atelier en sécurité.
- Pour atteindre les objectifs de la CDG, il est nécessaire que ces actions se fassent dans la durée et que les mêmes familles reviennent plusieurs fois pour acquérir des habitudes qu'elles pourront mettre en place au sein de leur foyer : **4 séances** semblent être un minimum.



# Les étapes nécessaires à la mise en place des ateliers CDG

## Quelques semaines avant la CDG

- Identifier les bénévoles et/ou salariés de l'épicerie qui seront en charge de l'animation (« animateurs » dans la suite du document) de la CDG : il faut que ce soit toujours les mêmes personnes pour créer un climat de confiance et une continuité dans le projet
- Informer l'équipe de l'épicerie de ce projet. En effet, l'ensemble de l'équipe peut être amené à mobiliser et informer les bénéficiaires lors de leurs passages à l'épicerie
- Commencer à en parler aux bénéficiaires
- Identifier les besoins matériels au sein de l'épicerie :
  - ustensiles, plats, planches....
  - tabliers parents ET enfants (fournis par l'ANDES), torchons
  - mobilier : chaises adaptées aux enfants...
  - tables pour pouvoir prendre le déjeuner ensemble
  - nappe, vaisselle...pour pouvoir proposer le repas dans un cadre convivial et agréable
  - tableau ou paperboard pour écrire le menu proposé
  - Identifier le nombre de personnes qui pourront être accueillies dans de bonnes conditions



# Les étapes nécessaires à la mise en place des ateliers CDG



## Quelques jours avant la CDG

- Contacter les familles susceptibles d'être intéressées par le projet : prendre leurs coordonnées, identifier l'enfant (ou les enfants) qui viendra avec son parent, connaître son âge, voir si interdits alimentaires (religieux ou allergies)
- Choisir les recettes qui seront réalisées (en fonction des demandes des familles, des ingrédients disponibles dans l'épicerie, de la saison...)
- Préparer les recettes et faire des photocopies afin que les participants repartent avec un support



## La veille de la CDG

- Rappeler les familles pour confirmation de leur participation
- Penser aux ingrédients qui pourront être utilisés pour l'atelier (stock de fruits et légumes non vendus par exemple) : adaptation des recettes, milk-shake...
- Recenser les ustensiles qui seront nécessaires pour l'atelier (mixer, économes, planches, plats...) et organiser le déroulement de l'atelier : ordre de préparation des plats ; il est parfois nécessaire de commencer par le dessert pour laisser une pâte reposer, faire cuire un gâteau...



# Les étapes nécessaires à la mise en place des ateliers CDG

## Le jour de la CDG, avant l'arrivée des participants

- Préparer la salle : tables, matériel de cuisine, tabliers, torchons...
- Sortir de l'épicerie les ingrédients (sauf ingrédients frais) qui vont être utilisés pour l'atelier. Les recenser pour déduction dans le logiciel de traçabilité Escarcelle
- Préparer les recettes qui seront utilisées durant l'atelier dans des pochettes plastique, mettre les recettes photocopiées de côté
- Penser à acheter du pain en fonction du menu
- Préparer éventuellement certains ingrédients (par exemple, lavage légumes si taille de la cuisine ne permet pas de le faire par la suite)



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.E.S

# Le jour « J »

## Accueil



- Accueillir les participants, y compris s'ils ont du retard
- Leur rappeler les objectifs de l'atelier (« vous allez cuisiner avec votre (ou vos) enfant »), votre rôle
- Leur proposer le menu ; profiter de ce moment pour montrer, aux enfants et aux parents, les ingrédients (en particulier les fruits et légumes) : leur demander s'ils connaissent, s'ils ont déjà utilisé ces ingrédients...
- Répartir les tâches : préparation d'un plat, épluchage, préparation de la pâte...
- Leur demander de se laver les mains (le faire également avec eux), de s'attacher les cheveux pour ceux qui ont les cheveux longs, de mettre un tablier...

Ces quelques minutes de mise au point sont indispensables, même si les participants arrivent un peu en retard : elles permettent de gagner un temps précieux par la suite



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.

# Le jour « J »



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.

## Pendant la préparation des plats

- Les animateurs sont là pour répondre aux questions, apporter de l'aide (aller chercher certains produits dans l'épicerie...), ranger au fur et à mesure, **aider les parents à cuisiner avec leur enfant** (leur montrer comment casser un œuf, couper un légume, mélanger une préparation...), rappeler l'objectif de l'atelier mais ils ne remplacent en aucun cas le parent
- Inciter les enfants à demander de l'aide à leur parent et inciter les parents à montrer les bons gestes à leur(s) enfant(s) :  
« demande à ta maman de t'aider à couper les légumes, à laver la salade, à mixer les légumes... »
- Surveiller le temps et faire en sorte que les différents plats soient terminés pour l'heure fixée de déjeuner
- Rassurer les participants si un plat semble raté et ne pas chercher à le refaire à tout prix



# Le jour « J »

## A la fin de la préparation

- Commencer le rangement et la vaisselle
- Dresser la table

## Pendant le repas

- Proposer des portions adaptées aux enfants (quitte à leur en proposer à nouveau s'ils ont aimé)
- Echanger avec les participants : problèmes rencontrés, solutions trouvées, composition et équilibre du repas



## A la fin du repas

- vaisselle et rangement par un ou deux couples « parent-enfant » : l'enfant doit rester avec son parent et peut tout à fait participer à ces tâches
- pendant ce temps de rangement, proposer aux autres parents-enfants des activités autour de l'alimentation : livres, dessins, jeux...+ évaluation de l'atelier : fiche à remplir et/ou cahier à remettre à l'enfant avec recettes et « logo gourmand » (toque, fruit, légume ...) attestant de sa participation à la CDG



# Le jour « J »



## Avant de terminer

- Proposer la fiche d'évaluation aux participants
- Proposer les dates du prochain atelier
- Leur proposer de choisir les recettes (parmi un choix d'entrées, de plats et de desserts, répertoriés dans un classeur) pour le prochain atelier
- Leur proposer de ramener les restes des plats préparés chez eux (en rappelant les précautions nécessaires de conservation)

## Après le départ des participants

- Faire le bilan de l'atelier : difficultés rencontrées, améliorations...
- Remplir la fiche d'évaluation à transmettre à l'ANDES après chaque atelier



# FOIRE AUX QUESTIONS



PAR LE RÉSEAU  
DES ÉPICERIES SOLIDAIRES  
A.N.D.E.S.

## **Un parent souhaite venir avec plusieurs enfants, est-ce possible ?**

- Oui, s'il vient avec ses enfants (et non avec les enfants d'une amie ou d'un voisin) et au maximum avec 2 enfants

Si un parent vient avec plusieurs enfants, il est important d'en tenir compte pour ne pas dépasser le nombre maximum de personnes qui peuvent être accueillies

## **Un enfant peut-il venir avec un grand-parent ?`**



- Oui, s'il ne peut pas venir avec un de ses parents et s'il passe régulièrement du temps avec sa grand-mère ou son grand-père

## **Une famille peut-elle continuer à participer aux ateliers même si elle n'est plus bénéficiaire ?**

- Oui, cela se produira souvent, surtout si la durée de fréquentation de l'épicerie est courte

## **Combien de familles peuvent participer à un même atelier ?**

- Il n'y a pas de règle précise mais l'idéal est d'avoir minimum 2 familles et maximum 4 familles pour que l'animateur puisse encadrer tout le monde et que chaque participant tire profit de l'atelier

# FOIRE AUX QUESTIONS



## **Certains bénéficiaires ont des interdits alimentaires ; peuvent-ils participer ?**

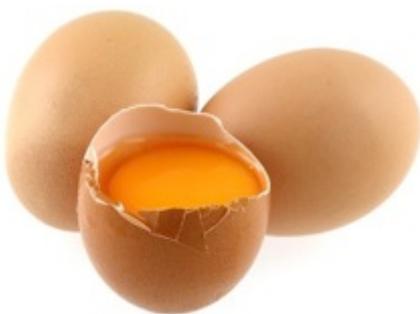
- Oui, tout à fait. Rassurez-les sur le fait que les recettes proposées seront adaptées à leurs contraintes (se renseigner sur les aliments qu'ils ne consomment pas)

## **Si une famille se retrouve seule à un atelier, doit-on maintenir l'atelier ?**

- Oui, la famille a fait l'effort de s'organiser (éventuellement de faire garder des enfants), veillez à ce que le nombre d'encadrants soit adapté à une seule famille

## **Si l'animateur identifie des soucis en terme de parentalité, que doit-il faire ?**

- Ne pas hésiter à en parler au responsable de l'épicerie qui contactera et orientera si besoin vers les professionnels compétents (assistante sociale, psychologue...)



# ANNEXE 13

## Tronc commun

## Annexes

### Finalité

(Enquêter les activités de l'emploi participatif aux objectifs de la structure employeuse)

Dans le cadre du projet éducatif de la structure, la mission a pour objectif l'impulsion, le développement et la coordination d'actions et de projets d'éducation à l'environnement en mobilisant les acteurs du territoire.

Dans le cadre de sa mission, le (la) coordonnateur(trice) de projets participe à la mise en œuvre du projet de la structure.

### Descriptif de l'emploi

### Missions

Coordination de projets multipartenaires en éducation à l'environnement

- Participer à la définition du contenu et des modalités de mise en œuvre de projets.
- Elaborer un programme annuel ou pluriannuel d'actions.
- Rechercher des financements - publics et privés, participera au montage des dossiers de demande de subvention, répondre aux appels d'offre...
- Repérer et solliciter des compétences internes et externes, nécessaires au projet.
- Constituer et animer des instances de pilotage, de groupes techniques, apporter un appui méthodologique.
- Animer des réunions participatives, rédiger des comptes rendus.
- Promouvoir les projets.
- Construire des méthodologies, des outils de suivi et d'évaluation.
- Assurer une veille informative.

Suivi budgétaire

- Elaborer des budgets prévisionnels, assurer le suivi du budget des actions programmées.
- Rendre compte de l'utilisation des moyens financiers.

Fonctionnement de la structure

- Contribuer à la réflexion, à la mise en place, aux rapports d'activités et à l'évaluation du projet de la structure.
- Participera au temps de la vie associative.
- Participera au développement du projet associatif, en lien avec les adhérent(e)s et l'équipe de salarié(e)s.

Communication

- Assurer la communication interne et externe sur les projets qui lui sont propres.

Coordination de projets multipartenaires en éducation à l'environnement

- Participera au développement d'opérations innovantes, à l'émergence de projets.
- Animer la mutualisation des compétences, expériences, ressources (mise en place d'outil collaboratif).
- Définir la politique du secteur avec les bénévoles et assurer le suivi de la mise en œuvre.
- Manager une équipe : Animation d'une équipe de travail - Coordination de l'ensemble des activités de l'équipe du secteur : organisation et charge de travail, affectation des projets - Participation aux recrutements - Participation aux entretiens annuels de l'équipe ou à leur préparation.
- Réaliser des diagnostics.
- Gérer des bases de données.
- Assurer le suivi des conventions de partenariat et des marchés publics.

Suivi budgétaire

- Elaborer et assurer le suivi des conventions, des factures, des devis en relation étroite avec le service de comptabilité et la direction...

Fonctionnement de la structure

- Mettre en œuvre des choix stratégiques du secteur en lien avec la direction et les axes de développement de la structure.

Communication

- Concevoir une démarche de communication

