



ASSOCIATION 3PA¹ - LAHAGE
(HAUTE-GARONNE, NOUVELLE
AQUITAINE)

JEUNES DE L'ÉCOLE DE LA
TRANSITION

ANNEE SCOLAIRE
2018 - 2019

THÈME : AGRICULTURE DURABLE

TYPE : ATELIERS CUISINE

FICHE INITIATIVE

CROQUE, la cantine



Résumé

« CROQUE, la cantine » est un projet de lutte contre le gaspillage alimentaire à destination des jeunes en difficultés de l'École de La Transition Écologique. Ce projet a pour but de la confection de repas par des bénévoles de l'association et des jeunes à partir d'invendus de magasins biologiques. Les objectifs sont de sensibiliser les jeunes au gaspillage alimentaires, d'apprendre à cuisiner simplement et d'offrir à moindre coût un repas équilibré et de qualité.

OBJECTIFS

Sensibiliser à l'alimentation durable et à la lutte contre le gaspillage alimentaire à travers la mise en place d'une cantine solidaire et biologique à base d'invendus

PARTENAIRES

Région Occitanie, DREAL², AJH³, Communauté de Commune Cœur de Garonne, Commune de Lahage et Rieumes, Ecole de la Transition, 2 magasins bios, LEP du Savès, Jardins du Buréou

Contact : deborah@3paformation.fr

Site internet :
<https://www.3paformation.fr/>

² Direction Régionale Environnement Aménagement Logement

³ Association des Jeunes handicapés

Le contexte

L'association 3PA (Penser, Parler, Partager, Agir) accueille, par le biais de l'École de la transition qu'elle a créée, une vingtaine de jeunes qui sont pour la plupart en décrochage scolaire et rencontrent des difficultés financières. Elle les accompagne dans la construction de leurs projets professionnels.

CROQUE (Cantine Rurale Originale de Qualité Unique et Écologique) est une initiative née du constat que les jeunes scolarisés à l'École de la transition, située à proximité de l'association, n'ont pas accès à une alimentation équilibrée et/ou les moyens de s'acheter des repas sains, surtout à cause du manque de commerces sur ce territoire rural.

L'initiative a donc pour but de récupérer des fruits et légumes invendus venant de magasins bio ou de maraîchers des environs et de cuisiner des repas, pour et avec les jeunes. Ces repas sont des moments de partage et de valorisation des cuisiniers du jour. La démarche s'inscrit dans les valeurs défendues par ALIMENTERRE, en sensibilisant les jeunes par l'apprentissage aux bases de la cuisine. L'association a organisé la projection du film "L'empire de l'or rouge" à l'occasion du festival ALIMENTERRE 2018.

Objectifs

- Sensibiliser les jeunes au gaspillage alimentaire et à l'alimentation saine.
- Transmettre les bases et les gestes d'une cuisine simple.
- Bénéficier d'un repas équilibré et de qualité accessible à tous.
- Partager un repas pour se retrouver, échanger et valoriser le savoir-faire de chacun.

Acteurs impliqués et moyens mobilisés

Partenaires techniques et financiers

L'association est en partenariat avec une Biocoop de Toulouse et le magasin « So Bio » de Muret, ainsi que les jardins du Buréou à Poucharramet. Elle est soutenue par la Région Occitanie, la DREAL, l'ADEME et l'Association des Jeunes Handicapés qui a mis à disposition de l'association d'anciens locaux inoccupés. La Communauté de Commune Cœur de Garonne et Commune de Lahage, Commune de Rieumes soutiennent le développement du projet associatif.

Budget

Le budget de l'initiative est important et pour le moment non équilibré. L'association emploie une salariée en charge de CROQUE. A cela s'ajoute l'achat de certaines matières premières de base comme le lait et les œufs pour cuisiner des plats élaborés et les coûts liés aux transports pour récupérer les invendus.

La cantine solidaire rencontrant un franc succès, l'initiative a vocation à se développer en proposant plus d'un repas par semaine et la création d'une formation cuisine. L'investissement prochain dans une cuisine professionnelle aura un coût important.

Moyens

Des bénévoles, surtout des retraités et des services civiques sont présents pour la récupération des fruits et légumes et pour la confection des repas.

La démarche

Janvier - Février 2019	Lancement de la cantine "CROQUE, la cantine"
Mars - Juin	Début de partenariat avec le LEP du Savès : Lycée Enseignement Professionnel (labellisé ECOCERT niveau II). Ce partenariat a pour but d'aboutir sur la création d'une épicerie solidaire d'ici deux ans, dans le but de vendre les produits d'invendus transformés.
Juillet	Arrivée d'un chef cuisinier pour aider à la confection des repas
Septembre	Ouverture d'une formation CAP « Cuisine responsable et végétarienne »
Octobre	Objectif d'atteindre 2 repas par semaine confectionnés par "CROQUE, la cantine".

Calendrier des actions

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
Récupération des invendus et tri	Récupération des invendus et tri	Récupération des invendus, tri et sélection des légumes, et choix du menu du lendemain	Atelier cuisine le matin et partage du repas (plat et dessert) le midi avec les jeunes de l'Ecole de la Transition, les salariés de l'association 3PA, les adhérents et bénévoles
Bénévoles et salarié	Bénévoles et salarié	Bénévoles et salarié	3 bénévoles et 2 jeunes

Les repas sont proposés pour le moment une fois par semaine dans l'optique de les proposer du lundi au vendredi. 350 kg d'invendus sont récupérés par semaine. Toute la quantité ne peut pas être cuisinée pour le repas du jeudi. Une quantité importante d'invendus est transformée en bocaux. L'association envisage d'ouvrir une épicerie solidaire, pour proposer ces soupes, tartinades, compotes, confitures, à la vente. L'objectif est aussi d'ouvrir un CAP Cuisine responsable et végétarienne.

Les résultats et effets quantitatifs et qualitatifs

Les jeunes

L'inclusion de la vingtaine de jeunes dans le processus de tri et de préparation en cuisine permet de susciter une plus grande ouverture et un intérêt de leur part pour ensuite goûter des plats auxquels ils ne sont pas habitués. En effet, les repas sont exclusivement végétariens et à base de légumes qui leurs sont souvent méconnus. Lors de la préparation des repas, les jeunes découvrent et testent de nouvelles saveurs. Le résultat est très positif, « nous avons réussi à faire manger du chou kale et tout ça sans gaspillage évidemment ! ». D'un point de vue éducatif, les activités en

cuisine permettent aux jeunes de sortir du cadre de l'école, ce qui favorise le dialogue et l'apprentissage de nouvelles compétences.

Le territoire

L'association propose entre 25 à 30 repas tous les jeudis. La moitié des invendus récupérés est cuisiné ce qui équivaut à peu près à 800 kg de nourriture par an. Les repas, composés d'un plat et d'un dessert, sont vendus 2,5 euros pour les jeunes et 5 euros pour le grand public. Le projet permet aussi de favoriser les échanges intergénérationnels : les jeunes cuisinent avec des bénévoles, souvent retraités. De plus, cette initiative participe à la dynamisation d'un territoire rural et à la création de liens entre les différents acteurs.

Les freins et les leviers

Le financement est un problème pour développer l'activité de l'association et investir dans une cuisine professionnelle.

Liens des supports illustrant le projet

<https://www.youtube.com/watch?v=jiZ7Kvhf6Lw>

Fiche élaborée par Deborah Dutrey de l'association 3PA avec l'appui du CFSI.



COMITE FRANÇAIS POUR
LA SOLIDARITE INTERNATIONALE

32 rue Le Peletier
F-75009 Paris

Tél. : 33 (0) 1 44 83 88 50
Fax : 33 (0) 1 44 83 88 79

@ : info@cfsi.asso.fr
www.cfsi.asso.fr

