

Rapport d'activité 2023



Table des matières

1. Le projet associatif de VRAC Bordeaux.....	4
1.1. Présentation.....	4
1.2. Missions	4
1.3. Valeurs	6
2. L'organisation.....	7
2.1. Les groupements d'achats VRAC en 2023	7
2.2. Organisation opérationnelle des groupements d'achats	8
2.2.1. Adhésion à l'association	8
2.2.2. Les produits proposés par VRAC	9
2.2.3. Préparation et livraison des produits.....	10
2.2.4. Distributions	11
3. Les moyens de VRAC	11
3.1. Les financements mobilisés par VRAC.....	11
3.2. Ressources humaines (organigramme)	11
3.3. Locaux et équipements.....	13
4. Le bilan de l'année 2023	14
4.1. Budget annuel.....	14
4.2. Les adhérent.e.s et les commandes	15
4.3. Les ventes de produits.....	17
4.4. Poursuite du projet "Maison Popote"	17
4.4.1. Rappel du contexte du projet	17
4.4.2. L'épicerie de la Maison Popote	18
4.4.3. Un cycle d'animation autour de la démocratie alimentaire	20
4.4.4. Le marché de la Maison Popote et son cycle d'animation cuisine	21
4.5. L'animation des quartiers et les actions de sensibilisation	23
4.5.1. Les ateliers cuisine.....	23
4.5.2. Boxe & Cook : une semaine sport & alimentation pour 12 jeunes cenonais	32
4.5.3. Popote Story saison#1	33
4.6. La poursuite du projet Acclimat'action	43
4.6.1. Partenaires du projet et territoire du projet.....	43

4.6.2. Des parcours d'engagement vers une démocratie alimentaire	45
4.6.3. Vers l'expérimentation d'une caisse commune de l'alimentation	48
4.6.4. Vers la création d'une association autonome Acclimat'action	51
5. Les défis relevés par VRAC en 2023	52
5.1. Le lancement de la saison#2 de Popote Story.....	52
5.2. L'organisation d'un concours cuisine dans le quartier de Beaudésert à Mérignac	55
5.3. La participation (et la victoire !) au concours cuisine national	58
5.4. Le fond Manger Mieux Pour Tous et la mise en place de la triple tarification	60

1. Le projet associatif de VRAC Bordeaux

1.1. Présentation

L'acronyme « VRAC » signifie « **Vers un Réseau d'Achats en Commun** » et fait référence au projet de l'association : favoriser le développement de **groupements d'achats de produits de qualité** (c'est-à-dire sains, pas ou peu transformés, écologiques, issus de l'agriculture biologique et locale au maximum) dans les **quartiers prioritaires de la politique de la ville de la métropole bordelaise (QPV)**.

Son projet est orienté vers **l'accès du plus grand nombre à des produits de consommation courante de qualité**, et ceci à **prix juste**. Si les prix des produits choisis par VRAC peuvent être considérés comme raisonnables, c'est grâce à :

- **L'achat en grande quantité** permettant de baisser le prix unitaire ;
- La réduction des coûts intermédiaires en privilégiant les **circuits courts** ;
- La réduction des coûts superflus grâce à la **limitation des emballages** ;
- **Différentes tarifications** (en fonction de la situation de chacun)

VRAC permet ainsi aux habitant.e.s des quartiers prioritaires de s'inscrire dans un **mode de consommation digne et durable, reposant sur le collectif, la capacité à agir et les dynamiques locales**.

1.2. Missions

Depuis son implantation en 2017, VRAC Bordeaux s'est structuré en plusieurs pôles, afin d'étayer ses propositions et de répondre au mieux à ses ambitions.

Le pôle groupements d'achat

Proposition d'une offre qualitative accessible sous forme de groupements d'achat. Des distributions mensuelles sont mises en place avec les habitants et les partenaires du quartier.

Le pôle animation avec les ateliers cuisine et le projet Popote Story

Encourager les changements de pratiques à travers des actions de sensibilisation autour des questions environnementales et alimentaires.

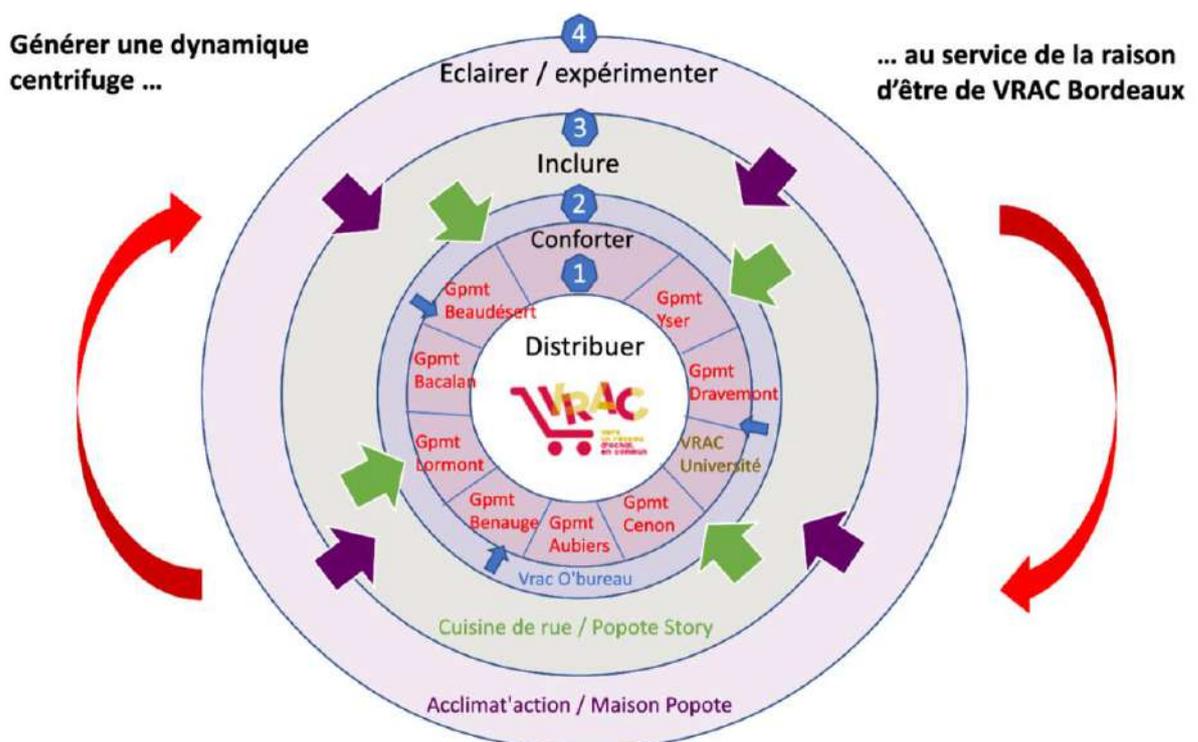
Le pôle expérimentation avec la Maison Popote et le projet Acclimat'action

La **Maison Popote** a ouvert le 14 février 2022 afin de répondre à l'enjeu premier d'un manque d'approvisionnement dans le QPV de Dravemont (Floirac) tout en défendant un accès digne et non stigmatisant à une alimentation durable et de qualité, à prix accessible pour tou.tes. L'offre d'épicerie a constitué une offre de substitution partielle à la GMS avec la proposition d'une gamme alimentaire élargie par rapport aux groupements d'achats actuels de VRAC : produits frais.

Ce lieu a aussi été un espace convivial où les habitant.es ont pu se retrouver, à s'entraider ou tout simplement à discuter autour d'un thé ou d'un café, et (re)créer du lien social entre eux.

Confrontés au double enjeu d'accélérer la lutte contre le changement climatique et d'opérer une transition des modèles alimentaires vers plus de justice sociale, plusieurs acteurs et actrices de Gironde se sont réunis pour créer le **collectif Acclimat'action**.

Le travail de compréhension et de sensibilisation sur les enjeux liés à l'agriculture et l'alimentation mené conjointement par le collectif Acclimat'action et les habitant.e.s de Gironde, a conduit à la préfiguration **d'une expérimentation de Sécurité Sociale de**



l'Alimentation. Le but de ce dispositif est d'expérimenter un droit à l'alimentation permettant à tous les mangeurs et mangeuses d'accéder à une alimentation durable, de qualité et de leur choix.

1.3. Valeurs

Les **valeurs de l'association**, partagées par les salarié.e.s, les adhérent.e.s et les partenaires, sont au cœur des missions menées sur le territoire de la métropole bordelaise :

QUALITE & DEMOCRATIE ALIMENTAIRE

VRAC propose une alternative à un système alimentaire inégalitaire où « qualité » rime trop souvent avec « gros budget » et où pour certain.e.s, le choix n'existe pas. En rendant accessibles à ses adhérents – sur le plan géographique, économique et culturel – des produits de qualité, biologiques et/ou locaux, l'association œuvre pour une démocratie alimentaire où les mangeur.se.s ont le droit de choisir, et reprennent le pouvoir sur leur alimentation !

COOPERATION & EMANCIPATION

Le projet VRAC fonctionne grâce à l'implication des adhérent.e.s dans le fonctionnement de leur groupement d'achats. Il s'inscrit dans une démarche émancipatrice et se reconnaît dans les valeurs d'éducation populaire en proposant à chacun.e de se réapproprier ses choix de consommation.

SOLIDARITE & JUSTICE SOCIALE

En rendant financièrement accessibles des produits sains et de qualité tout en rémunérant à juste prix les producteur.rice.s, VRAC œuvre pour compenser les inégalités socio-économiques et renforcer les solidarités collectives.

2. L'organisation

2.1. Les groupements d'achats VRAC en 2023

En 2023, l'association coordonne le fonctionnement de **11 groupements d'achats (dont 2 autonomes)** sur le territoire de la Métropole :



8 GROUPEMENTS DIRECTS :

Ils sont animés directement par l'équipe VRAC et des adhérent.e.s bénévoles.

- **Les Aubiers**, Bordeaux. En partenariat avec le Centre d'animation Aubiers Le Lac.
- **Bacalan**, Bordeaux. En partenariat le Centre d'animation de Bacalan.

- **Dravemont**, Floirac. En partenariat avec le bailleur social Aquitanis.
- **Génicart**, Lormont. En partenariat avec le centre social DIDEE.
- **La Benaugue**, Bordeaux. En partenariat avec le Centre d'animation Bastide Benaugue.
- **Yser Pont de Madame**, Mérignac. En partenariat avec la Maison des Jeunes et de la Culture Centre-ville.
- **Palmer**, Cenon. En partenariat avec le centre social et culturel La Colline.
- **Campus de l'Université Bordeaux Montaigne**, Pessac. Distribution organisée à la Maison des Etudiants, à destination des étudiants et du personnel de l'Université.

3 GROUPEMENTS AUTONOMES :

La préparation logistique des commandes est réalisée par l'équipe VRAC mais l'acheminement des denrées et l'animation de la distribution sur place est autonome (équipe salariée de la structure partenaire ET bénévoles mobilisés par le structure partenaire).

- **Centre Social Bordeaux Nord**, dans le cadre de son projet alimentaire « Maison Interculturelle de l'Alimentation et des Mangeurs ».
- **Paty-Monmousseau-Dorat**, Bègles. En partenariat avec le CCAS de Bègles et le Centre Social et Culturel L'Estey.
- **Siège Aquitanis**, distribution à destination des salariés d'Aquitanis. Marge appliquée sur le tarif des produits.

2.2. Organisation opérationnelle des groupements d'achats

2.2.1. Adhésion à l'association

L'adhésion à l'association se fait au moment du retrait de sa première commande.

Les habitants d'un parc social ou les personnes bénéficiant de petits revenus (non-assujetti à l'impôt sur le revenu) paient une **cotisation annuelle libre à partir de 3€**. Les autres s'acquittent **d'une cotisation annuelle libre à partir de 30€**.

A partir de fin 2023, le système d'adhésion change et une triple tarification est mise en place (voir chapitre 5.4 Le Fond Mieux Manger pour Tous)

L'association continue à assurer la **mixité sociale** sur ses groupements. Ainsi, en plus des habitant.e.s des quartiers où sont implantés les groupements d'achats VRAC, des personnes issues de quartiers extérieurs ou du centre-ville se rendent dans les points de distribution. Cela permet une rencontre entre des publics qui se croisent rarement. Les distributions sont alors de vrais lieux de **socialisation** et de mixité où des gens d'horizons divers se croisent, échangent et coopèrent.

2.2.2. Les produits proposés par VRAC

Chaque mois, VRAC propose à ses adhérent.e.s une soixantaine de références de produits. Les produits proposés sont issus de l'agriculture **biologique, locaux, français et/ou approvisionnés en circuit court dans la mesure du possible** et favorisent d'une manière générale des démarches durables sur le plan social et environnemental.

Le catalogue de produits en fin 2023 :

PRODUITS ALIMENTAIRES EN VRAC Produits issus de l'agriculture biologique

HUILE DE COLZA 3,30 € / L Landes - France	HUILE DE TOURNESOL 3,60 € / L Landes - France	HUILE D'OLIVE 7,20 € / L Andalousie - Espagne
VINAIGRE DE CIDRE 3,10 € / L Lot-et-Garonne	FARINE DE BLÉ T65 ET T110 1,10 € / KG Deux-Sèvres - France	GROL SEL 1,30 € / KG Île de Ré - France
RIZ LONG BLANC 3,30 € / KG Italie	RIZ SEMI-COMPLET 3,20 € / KG Italie	COUCOUS BLANC 2,50 € / KG France
SPAGHETTIS 2,10 € / KG Italie	PENNE RIGATE 2,10 € / KG Italie	PÂTES SPIRALES SEMI-COMPLÈTES 2,10 € / KG Italie
POIS CASSÉS 3 € / KG Charente - France	HARICOTS ROUGES 4,60 € / KG Charente - France	POIS CHICHE 3,10 € / KG Charente - France

LENTILLES VERTES 3,50 € / KG Tern et Garonne - France	DATTES 5,15 € / KG Turquie	FIGUES SÉCHÉS 7,10 € / KG Turquie
RAISINS SECS 3,60 € / KG Turquie	AMANDES EN POUDRE 13 € / KG Espagne	AMANDES DÉCORTIQUÉES 12,50 € / KG Espagne
SUCRE BLOND 1,95 € / KG Brésil	CACAO EN POUDRE 100% 6,65 € / KG République Dom., Equateur, Sao Tomé	PALETS DE CHOCOLAT NOIR 50% 9,70 € / KG République Dom., Pérou, Émirats, Sao Tomé
FLOCONS D'AVOINE 1,60 € / KG Allemagne	THÉ VERT MENTHE 3,1 € / 100G Hubei - Chine	THÉ NOIR BREAKFAST CEYLAN 3 € / 100G Kandy - Sri-Lanka
ÉPICERIE		
PURÉE DE POMMES 0,30 € / PPT 100 G Dôme - France	JUS DE POMMES 100% 8 € / 3L Lot et Garonne - France	PRUNEAUX MI-CUITS 4,50 € / U Pêche 100% Lot et Garonne - France
CAFÉ ARABICA 5,30 € / 500 G Répub. Dém. populaires, Guatemala, Mexique	MIEL FORÊT, FLEURS DÉTÉ, PRINTEMPS 7 € / PPT 500 G 13 € / PPT 1 KG Gironde - France	

PRODUITS FRAIS		
ŒUF DE POULE DE FERME  0,25 € / U Charente - France	PAIN COMPLET 500G  1,25 € / U Gironde - France	FRUITS & LÉGUMES  SELON ARRIVAGE ET SAISON DISPONIBLE SUR LE SITE L'ÉPICERIE VRAC
SOINS DU CORPS		
GEL DOUCHE - VERVEINE  EN VRAC 5,50 € / L Gard - France	SHAMPOING FORTIFIANT  QUINQUINA-SAUGE-CITRON BOUTEILLE 5L 5,60 € / U Gard - France	
PRODUITS D'ENTRETIEN		
NETTOYANT MULTI-USAGES  3,60 € / L Gironde - France	LIQUIDE VAISSELLE  1,80 € / L Gard - France	LESSIVE  2,40 € / L Gard - France
CONTENANT ET MATÉRIEL DE CUISINE		
POT TRANSPARENT 2L  1,50 € / U Bruges - France	CASSEROLE  DIAMÈTRE 20 CM VOLUME 5L 15 € / U Rumilly - Haute-Savoie	MOULE À GÂTEAU  DIAMÈTRE 23 CM 7 € / U
MOULE À TARTE  DIAMÈTRE 23 CM 7 € / U	COUTEAUX TEFAL  SET 4 COUTEAUX 13 € UN COUTEAU 10,5 CM 4,50 €	FOUET TEFAL  FOUET 5 €

2.2.3. Préparation et livraison des produits

Après la centralisation de toutes les commandes et pour chaque jour de distribution, **l'équipe VRAC**, largement aidée par les volontaires en service civique, **assure la préparation des palettes** dans les 100m2 aménagés de stockage VRAC (se trouvant dans le hangar de la Régie de Quartier Habiter Bacalan).

Les palettes préparées, contiennent les produits commandés en quantité exacte pour la distribution du jour.

Pour chaque distribution, la livraison des palettes est assurée par l'équipe de salariés dans les véhicules acquis en 2019 puis en 2021.

2.2.4. Distributions

La distribution des produits a lieu entre **une et deux semaines après la prise de commande** et se déroule le plus souvent sur une demi-journée.

Avant la distribution, l'équipe VRAC et des adhérent.e.s bénévoles déchargent le camion et installent les produits et le matériel dans le lieu de distribution.

Après l'installation, les adhérent.e.s sont invités à récupérer leur commande. Muni.e.s de leurs contenants et de leur bon de commande, ils/elles participent directement au passage du vrac au détail avant de passer en caisse.

3. Les moyens de VRAC

3.1. Les financements mobilisés par VRAC

En 2023, VRAC Bordeaux a bénéficié de financements, détaillés dans le rapport financier 2023 qui accompagne ce rapport d'activités.

3.2. Ressources humaines (organigramme)

Fin 2023, l'équipe VRAC était composée de :





David



David

Mouvements RH durant l'année 2023:

- Janvier 2023 : départ de Hugo Vasseur
- Aout 2023 : départs de Nicolas Trezeguet et Mayara Siridiwe
- Aout 2023 : arrivée de Yohan Taris sur le poste de chargé d'animation
- Octobre 2023 : arrivée de Lucile Lucas sur le projet Acclimat'action
- Décembre 2023 : arrivées de Jérémiah Kuster sur le poste de chargé de mission groupement d'achat et Oxana Ulatowski sur le poste de chargé de mission Maison Popote

3.3. Locaux et équipements

Bureau de l'équipe

En 2023, l'équipe VRAC occupe 1 bureau au sein d'un espace de travail partagé par plusieurs structures, en plein cœur du quartier des Aubiers.

Stockage des produits

Le stockage des produits VRAC se fait toujours au sein du hangar de la Régie de Quartier Habiter Bacalan, dans la zone d'activité Achard. Une surface de 100m², aménagée et sécurisée, permet l'entreposage de 69 palettes de produits. On y trouve également un point d'eau chaude pour le nettoyage du matériel de distribution, des étagères de rangement et un cabanon de 6m² permettant de stocker de façon plus hermétique les contenants déjà ouverts.



Autres locaux

En 2023, nous occupons toujours :

- l'épicerie Maison Popote dans le quartier de Dravemont (Floirac) pour assurer les distributions hebdomadaires de fruits et légumes
- le QG du projet Popote Story dans le quartier Palmer (Cenon) pour le stockage du matériel d'animation à destination du projet



4. Le bilan de l'année 2023

4.1. Budget annuel

Voir Rapport financier 2023.

4.2. Les adhérent.e.s et les commandes

En 2023, le nombre de foyer **adhérent** VRAC s'élève à **571**.

Le nombre de **personnes touchées** par la consommation de produits secs distribués par l'association est de **1240**.



Le nombre de **commandes** sur les groupements d'achats s'élève à **5186** dont 1533 de fruits et légumes à la Maison Popote.

Le **nombre moyen de commandes par mois** sur les groupements d'achats de produits secs est de **332**.

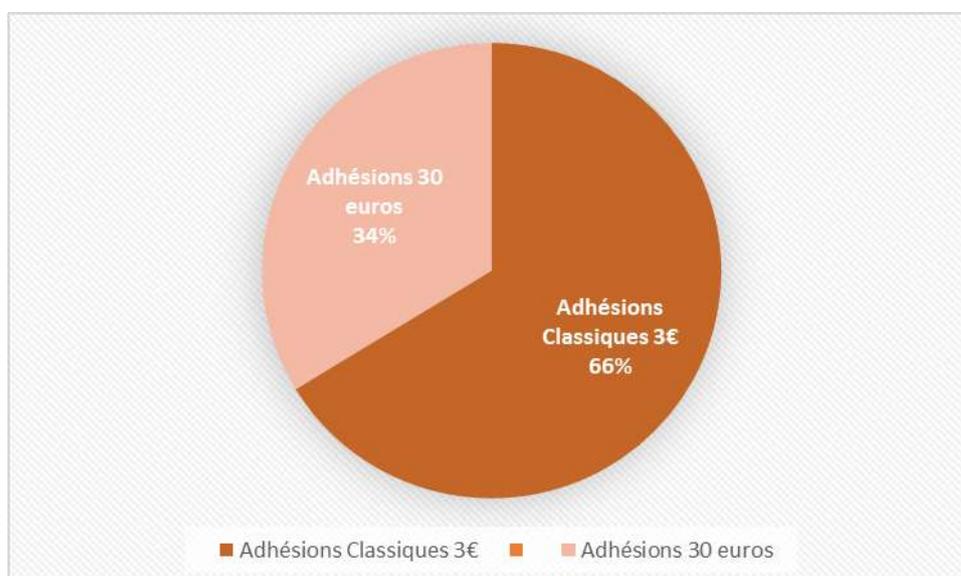
Le **montant moyen des commandes VRAC** sur l'ensemble des groupements est de **35 €** :



Types d'adhésions 2023 :

66% des foyers adhérents en 2023 ont payé une **adhésion classique** libre à partir de **3€** (ce qui correspond à des foyers locataires de logements sociaux et/ou des foyers non imposables)

34% des foyers ont payé une **adhésion libre à partir de 30€** et sont donc des foyers non-locataires d'un logement social et imposables.



4.3. Les ventes de produits

En 2023, **176 000€** de produits (secs et frais) ont été vendus sur les groupements d'achats.

Le **volume total** de **produits secs** vendus en 2023 sur les groupements d'achats s'élève à presque **37 tonnes**.



4.4. Poursuite du projet «Maison Popote »

4.4.1. Rappel du contexte du projet

Dans le cadre du projet de renouvellement urbain du quartier de Dravemont à Floirac et la fermeture temporaire du supermarché lidl pour travaux pendant plusieurs mois durant l'année 2022/2023, la Maison Popote a vu le jour (février 2022) afin de répondre à l'enjeu premier d'un manque d'approvisionnement dans le quartier tout en défendant un accès digne et non stigmatisant à une alimentation durable et de qualité, à prix accessible pour tou.tes. Le projet Maison Popote a été pensé dès son début comme un lieu à double vocation puisqu'il a offert pendant son année d'expérimentation, un accès à une épicerie et à des animations autour de l'alimentation de qualité, dans un objectif de démocratie alimentaire. Les

habitant.es partageant une insatisfaction due au peu d'offre alimentaire accessible et de qualité dans leur quartier, notamment de fruits et légumes, se sont investis pour voir perdurer ce lieu d'approvisionnement, de vie et de convivialité dans leur quartier. A partir de début avril 2023 le projet a donc évolué, à l'initiative des habitant.es bénévoles, et s'est structuré autour d'un point d'approvisionnement hebdomadaire (marché) de produits frais et de qualité (fruits, légumes, œufs et pains). Cette évolution a permis de penser un modèle qui allie qualité de fruits et légumes à prix accessible et développement du pouvoir d'agir des habitant.es avec un fonctionnement allégé.

RAPPEL : Pour (re)découvrir la Maison Popote en 3 minutes > [CLIQUEZ ICI](#) <

4.4.2. L'épicerie de la Maison Popote

De janvier à mars 2023, le projet d'épicerie à prix accessible (qui a débuté en février 2022) a poursuivi son action. Cette épicerie ouverte 3 demi-journées par semaine a proposé une offre alimentaire issue d'une agriculture durable et locale (produits d'épicerie sèche, fruits et légumes frais, oeufs et pain) ainsi que des produits d'hygiène et d'entretien.



Grâce à un système solidaire qu'est la caisse commune d'ajustement des prix mise en place à la Maison Popote, chacun.e a pu contribuer selon ses moyens :

3 PRIX AFFICHÉS

↪ **Prix accessible = Prix coûtant - 30%**

L'objectif de proposer un prix juste pour ceux et celles qui travaillent la terre pour préserver notre santé, nos assiettes et notre environnement, c'est pourquoi l'ajustement des prix ne se fait pas au détriment des producteurs, ces -30% sont absorbés principalement par des financements extérieurs.

↪ **Prix producteur.trice = Prix coûtant**

Sans négociation avec les productrices et les producteurs, le prix indiqué correspond à ce dont les producteurs ont besoin à minima pour vivre de leur travail.

↪ **Prix épicerie = Prix coûtant + 20%**

Cette marge permet d'intégrer les coûts logistiques liés au projet, ici elle est directement réinjectée dans la caisse d'ajustement des prix.



La caisse commune d'ajustement des prix est un système solidaire pensé comme un mécanisme d'accessibilité financière expérimental permettant d'atténuer les freins financiers de l'accès à une alimentation durable et de qualité.

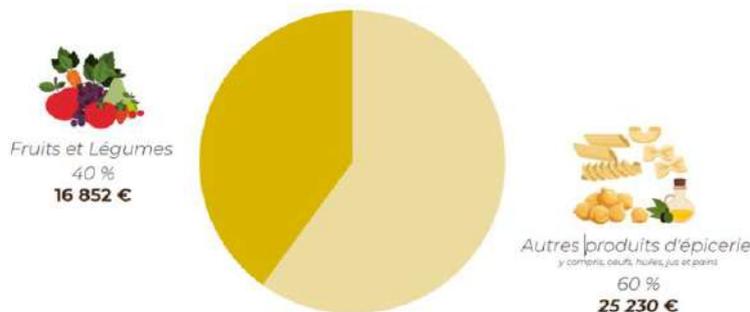


Le projet ayant pris fin en mars 2023, un bilan a pu être dressé (de février 2022 à mars 2023) : **165 foyers ont adhéré à l'épicerie**, représentant ainsi **334 habitant.es s'approvisionnant à l'épicerie régulièrement**. A noter que **90% des foyers ont bénéficié de la caisse d'ajustement des prix** (bénéficiant ainsi d'une remise de -30% par rapport au prix coûtant). Le volume horaire d'ouverture de l'épicerie s'élève à 756 heures. On comptabilise **4 175 passages en caisse**, ce qui représente 42 000 € de ventes, soit un panier moyen à 9,57€.

ZOOM SUR LES VENTES DES PRODUITS ALIMENTAIRES RÉALISÉES



Ventes en volume



Ventes en valeur

4.4.3. Un cycle d'animation autour de la démocratie alimentaire

Avec la perspective de fermeture de la Maison Popote au printemps 2023, les habitant.es se sont investis pour voir perdurer ce lieu d'approvisionnement, de vie et de convivialité.

Pour rappel, le travail engagé collectivement depuis septembre 2022 s'est organisé de la manière suivante :

➔ PHASE 1 : Se former, comprendre

Objectif : Réfléchir collectivement à des solutions pour diminuer les inégalités ou les difficultés d'accès à ces fruits et légumes frais de qualité dans le quartier de Dravemont à Floirac (en perspective de la fermeture de la Maison Popote en mars 2023)

➔ PHASE 2 : Rêver, imaginer, atterrir

Objectif : Imaginer et proposer des solutions réalistes pour une suite au projet La Maison Popote

En 2023, ce travail collectif s'est poursuivi de la manière suivante :

➔ PHASE 3 : Restituer

Objectif : Restituer le travail mené auprès des différents décideurs et partenaires.

Durant le mois de janvier les habitant.es ont participé à la réalisation d'une synthèse de la réflexion collective portée depuis septembre 2022. Cette synthèse s'est traduite par la proposition d'un marché hebdomadaire de produits frais (fruits, légumes, oeufs et pain). Nous avons accompagné les habitant.es dans la préparation de la restitution de cette synthèse. Et c'est fin janvier 2023 que les habitant.es ont pu restituer le fruit de leur travail afin de proposer une solution émanant de ces mois de réflexions collectives aux décideurs et partenaires : le Département de la Gironde, la ville de Floirac, le bailleur social AQUITANIS et le GPV Rive Droite.

Entre février et mars 2023, les décideurs et partenaires ont tous donné un avis positif vis-à-vis du projet imaginé et ont apporté un soutien moral ou financier.

➔ PHASE 4 : Concrétiser

Objectif : S'organiser collectivement autour d'un projet coconstruit

À la suite des retours positifs des partenaires et décideurs, la mise en place concrète du projet a débuté à partir d'avril 2023. Dans ce cadre, les habitant.es se sont mobilisés à 2 niveaux possibles :

- Participation mensuelle ou bi-mensuelle à la coordination du projet
- Participation hebdomadaire sur le terrain pour la mise en place du marché



Au total ce sont **21 ateliers, rencontres et réunions** qui ont été proposés pour réfléchir collectivement à la suite de ce projet, de septembre 2022 à mars 2023.

Un noyau dur d'une quinzaine de participant.es s'est impliqué dans cette démarche collective.

A partir d'avril 2023, ce sont **11 réunions et temps collectifs** qui ont été organisés avec les **habitant.es**.

Les temps forts portés par les habitant.es en 2023 ont été les suivants :

- Visite des jardins partagés du quartier : Le jardin RêVé à Cenon - quartier la Marègue et le jardin Le Pré vert à Floirac – quartier Dravemont
- Organisation d'une projection-débat du film "ZUT - Zones urgentes à transformer" dans le cadre du festival Alimentterre, en présence du maraîcher Luc Alberti (Au jardin de la Rivière en Dorgone) qui fournit les légumes à la Maison Popote

4.4.4. Le marché de la Maison Popote et son cycle d'animation cuisine

A partir d'avril 2023, le projet a donc pu perdurer mais sous un autre fonctionnement : celui d'un marché hebdomadaire de produits frais, avec des fruits et légumes, du pain et des œufs issus d'une agriculture durable et locale.



Aussi à partir de juillet 2023, des ateliers culinaires ont été proposés afin de valoriser les invendus de fruits et légumes et sensibiliser à des pratiques alimentaires durables, saines et économiques, en accordant une attention particulière à la valorisation des savoir-faire des habitant.es.

Des temps réguliers de formation, de rencontres, de réflexions sont également organisés et coconstruits avec les d'habitant.es. Il s'agit de faire vivre la démocratie alimentaire au sein du quartier, de créer du lien social à l'échelle locale et de proposer aux habitant.es de participer à la vie du lieu et aux prises de décisions qui en découlent.

ZOOM SUR LE FONCTIONNEMENT DE CE MARCHÉ HEBDOMADAIRE :



Sur l'année 2023 (d'avril à décembre), **49 foyers ont adhéré au projet**, représentant ainsi **167 personnes s'approvisionnant régulièrement sur ce marché**. Au total 37 distributions ont été réalisées et **1 533 commandes ont été passées**, dont **84% ont eu accès à la caisse d'ajustement des prix** (bénéficiant ainsi d'une remise de -30% par rapport au prix coûtant). Le prix moyen des commandes s'élève à 12.73€.

ZOOM SUR LES VENTES DES PRODUITS ALIMENTAIRES RÉALISÉES



Ventes en volume

Concernant les ateliers culinaires, **25 ateliers ont été réalisés avec les invendus de fruits et légumes**. Au total **125 personnes ayant participé à ces ateliers de cuisine**. Ces ateliers sont quelques fois suivis de **repas partagés afin de partager un moment convivial** et retisser du lien entre voisin.es.



Quelques exemples de recettes réalisées : ratatouille revisitée, salade irrésistible aux poires et betteraves crues avec sa vinaigrette citron-miel, fenouil gratiné à la Méditerranéenne, salade de Poivrons à la marocaine ...

4.5. L'animation des quartiers et les actions de sensibilisation

4.5.1. Les ateliers cuisine

En 2023, nous comptabilisons **100 animations cuisine** (dont les ateliers cuisine Popote Story, voir chapitre plus bas), à bord du Vélo Popote ou avec du matériel mobile (camion, tables et plaques à induction). Cela représente environs **8 animations par mois ou 2 par semaine** (moyenne sur 52 semaines).

Un calendrier d'animations saisonnier

Le calendrier d'animations s'organise en fonction des sollicitations et des projets construits avec nos partenaires. Le parti pris du Vélo Popote et la cuisine hors les murs nous emmène vers une activité saisonnière, avec un pic d'activités entre mai et septembre. Cependant, les animations continuent en dehors de cette période.

- L'hiver est calme avec un **temps de bilan en décembre-février**, préparation du calendrier et réflexion sur de nouveaux formats d'animation (réunions, concertations avec les partenaires et rédaction de nouveaux projets)
- Des cycles d'ateliers sur le campus – financés par Bordeaux Métropole et le CROUS - **positionnés stratégiquement en partie pendant la période creuse** entre mars et mai

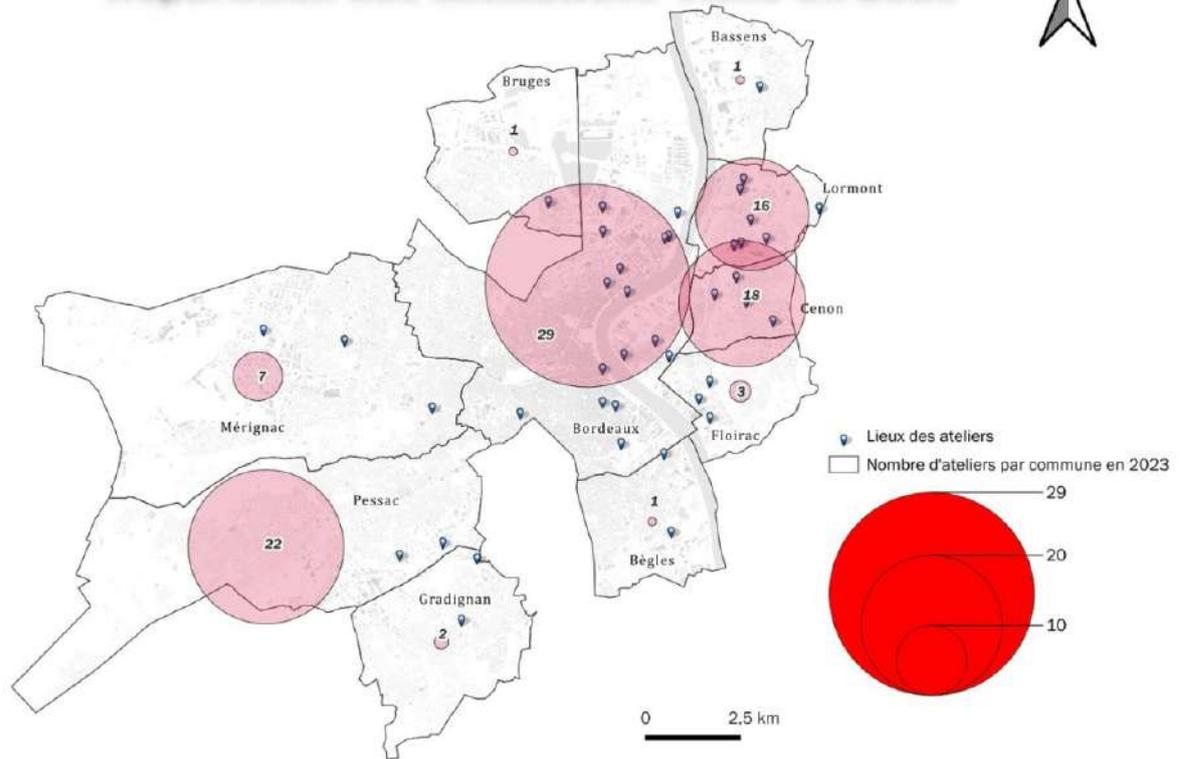
- Lancement de la saison estivale avec **60 ateliers entre mai et septembre**, soit une moyenne d'environ 3 ateliers par semaine : pieds d'immeubles, fêtes de quartier, programme d'animation lormontais Bel Eté, ateliers programmés dans le cadre de Quartiers d'été sur toute la métropole, ateliers cuisine dans le cadre du parcours Popote Story.
- Une **arrière-saison rythmée par la rentrée scolaire** sur le campus, en plus d'évènements ponctuels en pieds d'immeubles ou dans les centres sociaux, le festival Bon à Bordeaux, les ateliers anti-gaspi avec Bordeaux Métropole et la mobilisation pour le lancement de la saison 2 de Popote Story.

Répartition territoriale des ateliers cuisine : 83% dans les quartiers avec groupements d'achat (GA)

Nous comptabilisons un total de 83% d'ateliers dans les quartiers où sont implantés les groupements d'achat, campus inclus.

Nombre d'ateliers						
Territoires avec GA						
Lormont	Floirac	Cenon	Mérignac	Aubiers	Bacalan	Benauges
17	3	21	7	6	2	5
Total GA hors campus						61
Campus						22
Total GA + Campus						83
Hors GA						17
TOTAL ATELIERS CUISINE 2023						100

Répartition des animations VRAC en 2023



Lormont, Cenon et le Campus de Pessac sont les territoires sur lesquels nous avons été le plus sollicité sur l'année 2023. Nous avons poursuivi le partenariat avec la Ville de Lormont et Aquitanis lancé en 2021 pour dynamiser le quartier Bois Fleuri, autour de la place Vercors avec d'autres partenaires associatifs (Sport Emploi, Ressourcerie Pépites, Ricochet Sonore) à un rythme régulier : 1 vendredi par mois en "afterwork" pour créer un rendez-vous récurrent avec les habitants et permettre de nouvelles habitudes d'appropriation de l'espace public. Par ailleurs, la Ville de Lormont et Mésolia ont fait appel à nous pour des événements plus ponctuels : la Fête du Vélo, la semaine *Rugby pour tous* (ville d'accueil de l'équipe fidjienne pour la coupe du monde de rugby), les *Vacances Curieuses* à l'école Condorcet, la fête de quartier des Alpilles et des pieds d'immeubles dans le quartier Alpilles-Vincennes.



Sur le territoire de Cenon, le nombre important d’ateliers s’explique surtout par le projet Popote Story, en partenariat avec les bailleurs sociaux Mésolia et Domofrance lancé en janvier 2023 (voir section 4.4.2).

Nous avons également été lauréat de l’appel à projet “lutte contre la précarité étudiante” de Bordeaux Métropole parmi 9 autres associations ce qui nous a permis de développer des animations à un rythme hebdomadaire sur le campus en partenariat avec le CROUS et l’AFEV (voir détail plus bas).

Parallèlement, nous avons mis en place un cycle d’ateliers aux Aubiers, permis grâce à l’appel à projet de la Ville de Bordeaux “Vers un territoire agissant en faveur de la transition écologique et solidaire”. Ces ateliers ont été pensé sous la forme de balades dont le but était de partager des expériences, des ressentis et des aspirations en matière d’alimentation durable, de découvrir et d’observer le territoire sous cet angle, de faire ressortir les enjeux locaux notamment en termes d’inégalités ou de difficultés d’accès. C’était également une occasion de créer du lien et de vivre un moment de rencontre et de partage susceptible d’engager une dynamique collective dans le quartier.



Cependant, la récurrence des animations n'est pas la norme et nous souhaitons nous orienter vers des projets qui s'articulent plus sur un temps long afin d'établir avec les habitants des liens de confiance, permettre des échanges plus qualitatifs sur les thématiques défendues par VRAC et aller vers un changement des habitudes alimentaires pour réduire l'empreinte environnementale liée à l'alimentation. Ce changement ne peut se produire que via une communication répétée pour déconstruire les préjugés et créer de nouvelles habitudes en proposant des alternatives. Selon l'INRAE, "on change un comportement alimentaire par « exposition répétée » à un nouvel aliment. Plus on est exposé à un aliment, qui au départ est nouveau et de ce fait plutôt rejeté [...] plus il a de chance d'être accepté".

La majorité de nos interventions de cuisine de rue s'inscrivent dans le cadre des Contrats de Ville pour Bordeaux et Mérignac, et les animations en pieds d'immeuble dans le cadre de financements des bailleurs Aquitanis, Mésolia et Domofrance ou directement des villes.

De nouvelles recettes et formats pour amorcer l'échange autour de l'alimentation saine et durable

Au fil des années, notre répertoire de recettes s'agrandit afin de répondre au mieux aux enjeux d'une alimentation saine et durable tout en s'adaptant aux sollicitations des partenaires et aux contraintes techniques des ateliers.

Les habitants montrent souvent de la curiosité et de l'intérêt lors des animations. Nous avons avant tout pour objectif de créer des moments privilégiés de convivialité, propices à l'échange et aux rencontres. Les recettes choisies permettent d'amorcer un débat et surtout de

proposer des alternatives facilement reproductibles à la maison (peu coûteuse et nécessitant peu de matériel).

Quelques exemples de recettes proposées en 2023 : crumble aux fruits, wraps végété, hot-dog végété, rouleaux de printemps, samoussas aux légumes, recettes fidjiennes, gnocchis de pain, bruschetta de butternut, galettes de dattes.



Nous avons également répondu à des sollicitations plus ponctuelles, sous des formats événementiels, en dehors des quartiers où sont implantés les groupements d'achats à Gradignan, Bruges, Bassens et Bordeaux. Nous avons aussi expérimenté des façons différentes d'amener nos ateliers :

- Ateliers "Food & Job, le speed dating de l'emploi" pour faciliter l'interaction entre les recruteurs et chercheurs d'emploi à travers la cuisine.
- Prestation traiteur wrap végété et buddha bowls en vente direct pour un événement organisé par Cap Sciences.
- Ateliers anti-gaspi, en partenariat avec E-Graine et Bordeaux Métropole pour sensibiliser les habitant.es au gaspillage alimentaire. Ces ateliers nous ont permis d'intervenir sur de nouveaux territoires : Gradignan, Bruges, la Bastide. Exemple de recettes : gnocchis de pain, galettes de légumes, pesto de salade
- Journée cohésion d'équipe pour la mairie de Floirac sous un format "traiteur participatif" pour 36 personnes.
- Intervention auprès d'un public scolaire à l'occasion des Vacances Curieuses à Lormont et du Festival Alimentterre à Cenon sur la thématique du goûter équilibré, un nouveau format de sensibilisation et cuisine adapté aux enfants de 8 à 12 ans. Sur la même thématique, nous avons aussi développé un format d'atelier à Arlac pour sensibiliser les enfants sur la composition des barres industriels VS barres fait maison.

- Jeu des boissons industriels pour l'inauguration de la Cité Bleue : sensibiliser sur la quantité de sucre présent dans les boissons industrielles et proposer des alternatives plus saines.
- Ateliers wrap végé pour les salariés d'Aquitanis lors d'une distribution Vrac O'Bureau



Logistique

Pour les animations à Pessac ou Mérignac, l'équipe s'appuie sur le matériel de cuisine mobile (plaques de cuisson électrique et tables) et utilise donc les véhicules lorsqu'ils ne sont pas mobilisés par les distributions.

Nous nous tournons vers le fabricant, Ecotriporteur, qui a une antenne en centre-ville de Bordeaux pour les révisions, rayonnage ou recalibrage des freins et c'est l'équipe VRAC qui se charge de l'entretien et réparations quotidiennes.

Les ressources humaines

Sur la première moitié de l'année de janvier à juillet 2023, le pôle animation était constitué de 2 salariés : Julie Mazzalovo (1 ETP), en binôme avec Mayara Siridiwê (1 ETP). Fin juillet, Mayara a quitté ses fonctions et a été remplacé par Yohan Taris en contrat d'alternance d'un an. Nous avons également pu compter sur le soutien des volontaires en service civique et stagiaires : Ninon et Astrid, étudiantes en diététique ont pu nous épauler sur la création de contenu en lien avec la santé (le sucre dans notre alimentation, une assiette équilibrée sans viande, les bienfaits de certains fruits et légumes). Moussa et Aïmen nous ont aidé sur certains ateliers de cuisine, Thais a participé au lancement de la saison 1 et suivi des groupes de Popote Story

(voir plus bas) puis Mathilde a pris le relais pour la saison 2 et Angélique était présente sur des missions transverses.

Nous avons constaté avec l'expérience qu'il est indispensable d'être au minimum 2 personnes pour assurer une animation surtout s'il s'agit d'une animation avec le Vélo Popote tant pour la sécurité (manœuvres sur la route, soucis techniques) que pour la qualité de l'atelier (nombre important de personnes présentes, volonté de pouvoir échanger avec chacun).

Les animations touchent un public très varié, cela dépend des événements et des dynamiques de quartiers : les étudiants sur le campus, une majorité de familles avec enfants en pieds d'immeubles, un public hétéroclite sur les fêtes de quartier et une tranche d'âge plus élevée (retraité, femmes seules) pour le projet Popote Story.

La participation moyenne par atelier est de 20 habitant.es, et un même groupe de quarante habitant.es pour les ateliers Popote Story, soit au total d'environ 1300 personnes touchées au cours de l'année 2023.

Les ateliers sur le campus Bordeaux Montaigne

Au cours de l'année 2022 nous avons animé une vingtaine d'ateliers cuisine sur le campus de Pessac et à l'IUT Bordeaux Montaigne en extérieur avec notre matériel de cuisine mobile et le vélo popote principalement sur les temps du midi. Ces actions ont pu être menées grâce au soutien de Bordeaux Métropole via l'appel à projets « Soutien aux initiatives de lutte contre la précarité étudiante ».

Nous avons à nouveau été lauréat de cet appel à projet en 2023. Nous souhaitons proposer cette année un projet innovant qui puisse palier directement aux difficultés financières rencontrées par les étudiants. C'est dans ce sens que nous avons développé les ateliers batch cooking.

Chaque mois, entre mars et mai, nous avons proposé à un groupe de 10 étudiants de participer à un cycle de 4 ateliers culinaires sur 4 semaines consécutives dans la cuisine commune de leur résidence CROUS et dans la coloc KAPS de SAIGE gérée par l'AFEV. Les ateliers étaient divisés en 2 parties : 2 heures de cuisine "batch cooking" et 1 heure de discussion autour de l'accessibilité alimentaire.

Les 2 heures de cuisine "batch cooking" avaient pour objectif de concentrer en un seul créneau la préparation des plats de la semaine et par cette pratique, apprendre une façon de s'organiser pour privilégier dans un quotidien où l'on manque parfois de temps, une alimentation saine, simple, variée malgré un budget contraignant. Il s'agissait également de partager des recettes et valoriser le savoir-faire des étudiants. La technique du batch cooking permet de cuisiner séparément les aliments en une seule fois pour les rassembler/réchauffer au moment du repas.

L'heure de discussion avait pour objectif d'interroger et mettre en commun la question de l'approvisionnement alimentaire : "où j'achète ma nourriture ?" quels facteurs entrent en

compte dans le choix de lieux d'approvisionnement (accessibilité en termes de budget, de mobilité, la qualité des produits et du service, l'impact environnemental).

Nos partenaires dans ce projet riche ont été nombreux : Université Bordeaux Montaigne, le CROUS, l'AFEV.



Parallèlement à ce projet, nous avons continué d'animer des ateliers plus ponctuels sur des temps forts du campus ou de l'IUT Bordeaux Montaigne.



Au fur et à mesure, nous identifions un besoin d'apporter plus de sens aux ateliers cuisine, souvent en format événementiel, une seule fois à un même endroit, sans pouvoir échanger en profondeur avec les participants. La sensibilisation nécessite du temps, c'est pourquoi nous privilégions de plus en plus les formats en cycle d'ateliers qui permettent un rendez-vous régulier avec des habitants. Le projet Popote Story répond justement à cette problématique et nous permet d'avoir une régularité dans nos actions, de construire un programme sur un temps long, avoir des échanges plus qualitatifs avec habitants et aller plus loin dans la sensibilisation et l'engagement des participants.

4.5.2. Boxe & Cook : une semaine sport & alimentation pour 12 jeunes cenonais

En partenariat avec le Centre social et Culturel La Colline et la ville de Cenon, nous avons organisé 4 demi-journées fin octobre 2023 pendant lesquelles un groupe d'adolescent.es a pu se sensibiliser aux enjeux et impacts de l'activité physique et de l'alimentation sur notre santé.

Chaque matinée débutait par 1h de pratique de boxe pieds-poings : une découverte pour certain.es, un rappel des techniques pour d'autres. Cette première heure était surtout l'occasion d'être en mouvement, de démontrer les bienfaits d'une activité physique régulière, de pouvoir se challenger chacun.e à son niveau et de renforcer l'estime de soi.

Cette séance de boxe était suivie d'un retour au calme avec des jeux alliant toujours sport et nutrition (La bataille des restaurants, quiz alim', times-up de l'alimentation...). Une transition parfaite pour passer ensuite en cuisine, avec chaque jour une recette différente. Les 12 adolescent.es ont fait preuve de créativité et d'aisance face à leur plan de travail. Au menu des recettes sucrées et salées, de saison, équilibrées et végétariennes.

Ces sessions Boxe & Cook été intégrées à une semaine de "Chantier jeunes", coordonnée par Mourad BEHAR, éducateur jeunesse à la Colline. Ces jeunes participant.es se sont montrés curieux et impliqués durant ces 4 demi-journées Boxe & Cook !



4.5.3. Popote Story saison#1

L'aventure Popote Story a débuté en octobre 2022, lorsque nous avons commencé la mobilisation des habitant.es à Cenon. Ce projet ambitieux a pu voir le jour grâce au financement du Fonds pour l'Innovation Sociale et également des bailleurs sociaux Mésolia et Domofrance qui co-portent le projet sur une durée de trois ans.

Nous avons imaginé ensemble pour la première année un parcours d'animations de 6 mois, de janvier à juillet 2023 pour sensibiliser à des pratiques alimentaires durables, saines et abordables et promouvoir et valoriser les savoir-faire des habitant.es de Cenon et en particulier des quartiers de Palmer, la Marègue et la Sarailière. Ce parcours était ponctué d'ateliers thématiques afin d'aborder l'alimentation sous plusieurs angles : santé,

écologique, financier, culinaire. Ce parcours s'est clôturé par un grand concours cuisine avec tous les participants lors de la fête de la Sarailière en septembre.

Les premiers mois, de janvier à mars étaient dédiés à des ateliers de sensibilisation avec l'intervention de plusieurs partenaires : ateliers diététiques avec Caralim, jeux Acclimat'action avec Cap Sciences, et ateliers jardinage avec Germaine Veille. Cette première étape a permis aux habitants d'approfondir leurs connaissances en matière d'alimentation.

Par la suite de mars à juin, les participants ont pu développer leur talent culinaire lors d'ateliers cuisine jusqu'au jour du concours.

Au total, **45 actions** ont été mises en place de janvier à juin dont 11 ateliers de sensibilisation, 17 ateliers de cuisine, et 15 ateliers de préparation au concours cuisine.

Les bénéficiaires du projet

Sur un total de **45 participants au projet**, 5 étaient des hommes et 40 des femmes soit **90% de femmes**. En ce qui concerne l'âge des participants, une majorité de personnes avaient **entre 40 et 70 ans** (exceptée une participante de 25 ans) et 30% de participants de **70 ans et plus**.

La grande majorité d'entre eux étaient retraités ou sans emploi. Quelques participants étaient actifs, avec des emplois souvent précaires et les autres des femmes au foyer.

Un noyau dur de 33 participants s'est constitué au fil de l'année. Ces derniers étaient présents sur toutes les actions mises en place et les 12 autres personnes étaient présentes moins régulièrement ou sur seulement quelques actions.

Sur les 45 participants, **36 d'entre eux habitaient Cenon**. Les autres venaient de villes limitrophes, Lormont ou Floirac en raison de la cooptation de participants par des associations locales de Cenon (Panier des 4 saisons et l'Espace Textile).

Toutes les actions menées de janvier à juillet étaient organisées par équipe, soit **5 équipes de 7 à 11 personnes**. Parfois, plusieurs équipes étaient réunis notamment pour les jeux Acclimat'action et les ateliers thématiques.

Zoom sur les actions

Les ateliers thématiques

- **Atelier jeux Acclimat'action** menés par VRAC et Cap Sciences : Ces ateliers ont permis de poser les bases afin que tous démarrent le parcours avec le même bagage de connaissances : les participants ont pu appréhender la notion d'impact carbone et comprendre pourquoi l'alimentation est un des facteurs du réchauffement climatique.
- **Atelier diététique mené par Caralim** : l'objectif de cet atelier était de comprendre les besoins nutritionnels et constituer un repas équilibré sans viande ni poisson en vue de se préparer au concours cuisine.
- **Atelier "trucs et astuces pour bien manger sans se ruiner" mené par l'Atelier Budgétaire** : l'objectif de cet atelier était de partager des solutions pour maintenir une alimentation de qualité sans réduire son pouvoir d'achat. Les participants ont abordé plusieurs notions et en particulier celle du batch-cooking (préparer ses repas pour la semaine) et sont repartis avec des idées de recettes anti-gaspi, des astuces pour faire des économies d'énergie chez soi en cuisinant... Ils ont appris à calculer leur reste à vivre et identifier les dépenses à diminuer si besoin.
- **Atelier potager mené par Germaine Veille** : l'objectif était de faire découvrir aux participants le "jardin rêvé" situé à la Marègue dont ils n'avaient pas tous connaissance afin de s'approprier ce lieu de partage et de rencontre et apprendre à faire leur propre bouture d'herbes aromatiques. Ils ont pu également aborder la notion de saisonnalité.
- **Visite de l'exposition-spectacle "Réchauffe l'ambiance, pas la planète" à Cap Sciences**. Cette exposition - à la croisée entre théâtre, cinéma et atelier participatif - explorait avec humour nos interrogations et blocages sur le réchauffement climatique tout en proposant des solutions. Un spectacle percutant et engageant pour passer de la prise de conscience à l'action... Cette sortie a permis d'apporter une vision plus globale aux participants du parcours en abordant d'autres thèmes que l'alimentation.



Les ateliers cuisine

C'est lors de ces ateliers que les équipes testaient leur menu pour le concours cuisine. Au total plus de 50 recettes sans viande, entrée, plat et dessert ont été testé. Ces ateliers étaient un vrai moment de partage et d'échanges entre les habitant.es. Toutes les recettes provenaient de leur patrimoine culinaire avec l'objectif de mettre en avant leur savoir-faire et pouvoir le partager avec les autres habitant.es. C'était aussi l'occasion de mettre en pratique les connaissances acquises les premiers mois du parcours - constituer un menu peu coûteux, avec un faible impact carbone, respectant les saisons.



Les ateliers couture avec l'Espace Textile

Lors de cet atelier, les habitants se sont retrouvés dans le local de l'Espace Textile à Cenon pour confectionner leur tablier de cuisine et ainsi se démarquer visuellement en tant qu'équipe pour le concours.



Les ateliers de préparation au concours

Les équipes ont participé à l'organisation du concours cuisine et ont pu se préparer au mieux pour le jour J : vote du menu, amélioration possible des recettes, présentation de l'assiette (croquis des plats), liste des ingrédients et matériels (vaisselle pour le jury, pour le public, ustensiles pour cuisiner sur places etc) nécessaires pour le jour J, atelier d'écriture pour la prise de parole pendant le concours et rédaction du menu. L'objectif de ces ateliers était d'impliquer les habitants au maximum dans l'organisation du concours et de les préparer au mieux pour le grand jour.



Le buffet festif et le concours cuisine

Les habitants organisés en brigade ont eu pour mission de présenter et faire déguster leurs menus à un jury de chefs cuisiniers et pâtisseries de la métropole bordelaise. Cinq équipes concurrentes - **les Joyeuses Drilles, les Cinq Saveurs, Au Fil des Légumes, Marègue Cooking, le Panier des 4 Saisons** – ont présenté une assiette sucrée et une assiette salée. Pour les départager le jury a attribué des notes selon différents critères : esthétique, goût, créativité, saisonnalité. Le concours Popote Story a clôturé le cycle d'ateliers thématiques et mettait à l'honneur une cuisine sans viande, ni poisson, avec des fruits et légumes de saison et surtout a permis de partager la créativité culinaire qui se veut plurielle et multiculturelle des habitants de Cenon. Au total, **20 habitants** étaient présents pour défendre leur menu et le public a également répondu à l'appel avec **une centaine de personnes**. Nous avons organisé le concours pendant la fête de la Sarailière le vendredi 15 septembre.

Voici le détail des membres du jury :

- Thomas Brasleret, chef du Clandestin et de la Belle Saison (ancien chef du Cap à Cenon, restaurant étoilé)
- Hasnaa Ferreira, artisan chocolatier bean to bar
- Amanda Hû, gagnante du concours cuisine 2022 à Floirac
- Elise Thorel, co-fondatrice de Marie Curry

L'équipe du panier des 4 saisons composée de Malika, Manaar, Rkia, Zalihata, Khadiga et Omar a remporté le grand prix du concours grâce à leur "couscous belboula", un couscous revisité à base d'orge et sans viande et des pâtisseries orientales. L'équipe des 5 saveurs composée de Manon, Jeanine, Aicha et Jamaa ont remporté le coup de cœur du jury grâce à leur assiette sucrée, "soleil d'amande et sa crème montée".



Cenon : le concours de cuisine Popote Story a réuni les habitants

Lecture 1 min

Accueil • Gironde • Cenon



Nous avons rencontré quelques difficultés pour l'organisation de ce concours, initialement prévu le 30 juin lors de la fête de la Marègue. La ville de Cenon, le matin même, a annulé tous les événements prévus ce jour-là et le reste de la semaine, dû au climat social. Le lieu que nous avons investi pour organiser le concours avait en parti pris feu. Toutes les équipes étaient déjà mobilisés pour cuisiner et préparer le concours. Nous avons finalement réussi à maintenir l'évènement en petit comité (les événements publics étant strictement interdits), dans le jardin d'un des adhérents de VRAC avec les participants et leur famille/ amis. **Au total une cinquantaine de personnes** étaient présentes pour l'évènement dont **30 habitants**. Un des chefs, Roman Winicki de l'Atelier des Faures était présent pour soutenir les équipes. La soirée a pris la forme d'un grand buffet festif.

Le report de la date du concours après les vacances d'été explique la baisse du nombre de participants. Il était plus difficile de mobiliser les équipes qui avaient prévu de s'engager de janvier à juin. Certaines personnes étaient encore en vacances, d'autres avaient repris une formation et d'autres n'avaient plus la motivation de recommencer une deuxième fois.



L'opération coup de pouce :

Sur toute la période du parcours, après la phase de mobilisation, 20€ par mois de bons d'achat ont été distribués de février à juin à utiliser sur le groupement d'achat VRAC de Cenon au centre social et culturel La Colline. Une moyenne de **30 bénéficiaires** a utilisé ce bon d'achat tous les mois et **un total de 147 bons** ont été distribués. Ces bons d'achat ont permis de maintenir l'engagement des habitants au parcours et d'améliorer leur pouvoir d'achat. C'était également un bon moyen d'ancrer chez les participants de nouvelles habitudes de consommation, plus respectueuses de l'environnement et avec des produits de qualité dans un lieu d'approvisionnement pas forcément connu par ces derniers. La plupart ne connaissaient pas non plus le système de courses en VRAC et ont pu découvrir ce nouveau mode de consommation.

Les résultats obtenus

- **La création d'un espace de sociabilisation** : les participants venant de milieux défavorisés avec une précarité économique et sociale ont eu l'opportunité de se réunir et se rencontrer dans un cadre "ludique" qui les changeait de leur quotidien. La majorité participait avant tout pour rencontrer de nouvelles personnes et sortir de chez eux, la cuisine étant un prétexte pour créer un espace propice à la rencontre et à l'échange.
- **L'apprentissage de nouvelles compétences culinaires** : lors des ateliers de cuisine, les participants ont appris de nouvelles recettes, techniques de cuisson via l'échange avec les autres participants. Cela a pu être bénéfique pour les personnes au foyer qui

cherchaient à améliorer leurs compétences culinaires ou découvrir de nouvelles recettes pour leur famille ou pour les participants qui souhaitaient acquérir de nouvelles compétences pour un projet professionnel.

- **La promotion d'un mode de vie sain et l'apprentissage de nouveaux repères** : Le projet met l'accent sur une alimentation saine et équilibrée, ce qui peut être particulièrement important pour les personnes âgées qui ont des besoins nutritionnels spécifiques. Les participants ont appris à cuisiner des plats sains et gourmands ce qui peut les encourager à adopter de meilleures habitudes alimentaires sur le long terme. C'était aussi l'occasion pour eux d'avoir un répertoire de recettes avec des produits de saison et plus respectueux de l'environnement. La notion de saisonnalité et d'impact carbone des aliments a pu être acquise au fur et à mesure du parcours. Par ailleurs, la majorité des participants a affirmé avoir reproduit par la suite certaines des recettes à la maison.

Flyer pour la mobilisation :

VRAC
Vos lieux préférés d'achat en commun

POPOTE STORY

Rejoignez la communauté de cuisiniers VRAC et participez au grand concours cuisine de votre quartier !

Au menu, un parcours culinaire de 6 mois pour les habitants de Cenon avec de nombreux partenaires

POURQUOI JE PARTICIPE ?

- Rencontrer mes voisins
- Echanger autour de l'alimentation
- Découvrir de nouvelles recettes
- Cuisiner à prix réduits avec des produits de qualité
- Questionner l'impact de mon alimentation sur la planète
- Travailler la terre

En bonus, bénéficiez d'un bon d'achat mensuel d'une valeur de 20€ utilisable dans les groupements d'achat VRAC

VOUS ÊTES INTÉRESSÉ ? CONTACTEZ JULIE AU 07.78.20.67.23 OU MAYA AU 06.41.58.12.66

3/5 rue Joachim du Bellay, 33150, Cenon

@VracBordeaux

POPOTE STORY

Le parcours culinaire des habitants de Cenon

Ce parcours culinaire destiné aux habitants des quartiers de la Sarailière, la Marègue et Palmer est un projet porté par l'association VRAC, Mésolia et Domofrance. Il débutera dès le mois de janvier et se terminera en juillet 2023 lors d'un concours de cuisine : un moment de convivialité ouvert à tous. L'inscription et la participation au parcours sont gratuites.

- 1 Inscrivez-vous au parcours culinaire avant fin décembre 2022 et rencontrez l'ensemble des participants lors du goûter-partage du 22 décembre.
- 2 Rencontrez une équipe avec laquelle vous allez participer au parcours jusqu'à l'étape finale.
- 3 Réservez une demi-journée toutes les deux semaines de janvier à juin 2023 pour participer aux ateliers thématiques proposés par l'association VRAC et d'autres structures partenaires.
- 4 Vous êtes prêts à participer au grand concours cuisine des habitants de Cenon en juillet !

L'occasion d'explorer vos pratiques alimentaires grâce à des ateliers thématiques

- Le jardinage**
Pour visiter les jardins horticoles de Cenon avec des associations locales et jardiner ensemble.
- La nutrition**
Pour comprendre nos besoins nutritionnels et améliorer l'équilibre de notre alimentation.
- Le paysage alimentaire**
Pour partager nos expériences alimentaires au travers de balades au sein et autour de nos quartiers.
- Le budget alimentaire**
Pour trouver des solutions pour maintenir une alimentation de qualité sans réduire son pouvoir d'achat.
- La cuisine**
Pour mettre en avant les diversités culturelles et cuisiner des produits de saison.

VRAC Mésolia Domofrance

Aperçu du projet en vidéo : [Popote Story & le Concours de cuisine VRAC Bordeaux 2023 - Cenon \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=...)

Affiche du concours cuisine



4.6. La poursuite du projet Acclimat'action

4.6.1. Partenaires du projet et territoire du projet

Le projet Acclimat'action est porté par VRAC Bordeaux au sein d'un collectif d'acteur de terrain de l'alimentation durable et solidaire (E graine, Cap Sciences, Râteleurs, Saluterre, Supercoop, Centre Social de l'Estey, la Boussole et la MIAM du Centre Social Bordeaux Nord) ainsi que des acteurs d'interface et de la recherche (Du Vert dans les rouages, le laboratoire CEDS de l'université de Bordeaux, l'UMR MOISA de l'INRAE)

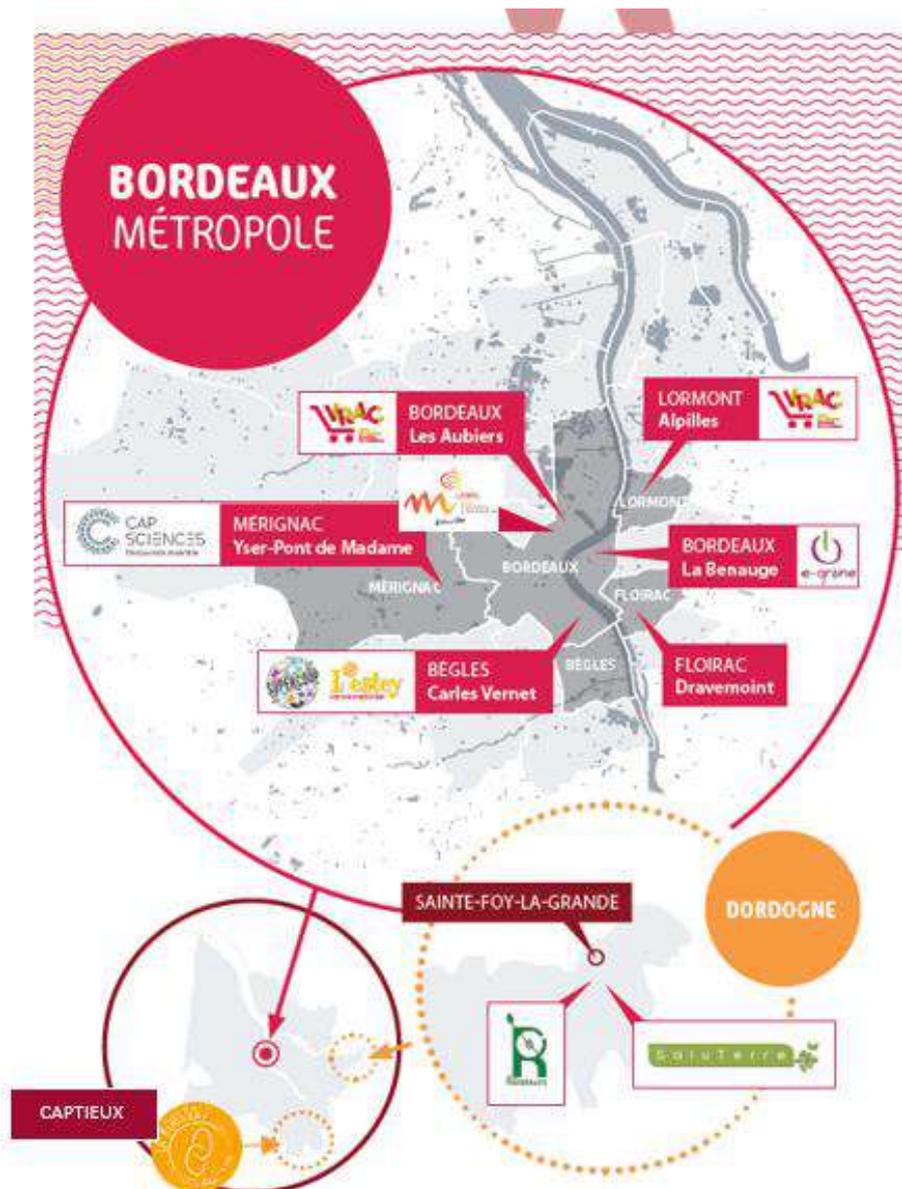
Ce partenariat consiste à :

- partager nos expériences et mûrir nos réflexions pour concilier accès à l'alimentation et urgence climatique
- réfléchir ensemble à des actions communes à mener chacun sur son territoire de « référence », afin d'expérimenter des outils de sensibilisation à l'évolution vers des pratiques alimentaires accessibles et répondant à l'urgence climatique
- construire ensemble à l'élaboration de préconisations de politiques publiques pour une alimentation accessible répondant à l'urgence climatique (à partir de l'expérimentation de mécanismes plus poussés d'accès financier à une alimentation durable et de démocratie alimentaire)

L'ensemble des réflexions sur les actions sont menées par le collectif au sein d'un comité technique auquel tous les partenaires participent.

Les expérimentations sont conçues et menées par les acteurs de terrain de l'alimentation durable et solidaire avec l'appui et le regard des acteurs d'interface et de la recherche.

Un site internet www.acclimataction.fr permet de mettre à jour les outils et résultats de nos actions



4.6.2. Des parcours d'engagement vers une démocratie alimentaire

L'objectif était d'accompagner celles et ceux qui ne s'expriment plus à élaborer la mise en place expérimentale de caisses locales de l'alimentation

-Nous étions conscients des limites d'une approche trop théorique ou techniciste de la re-politisation de l'alimentation (au sens de participer de nouveau à la vie et aux orientations de la société, dans sa facette agricole et alimentaire). Nous pensons que parler de prime abord de démocratie alimentaire ou de SSA ne permettrait pas de franchir « les barrières » de la participation dans les territoires populaires et chez les plus modestes : le découragement

vis-à-vis des démarches dites « participatives » n'ayant jamais abouties, la défiance vis-à-vis de « la » politique et des institutions, ou tout simplement la contrainte matérielle et l'urgence du quotidien. Nous souhaitons donc partir sur de la convivialité, sur le vécu des pratiques alimentaires et sur les idées reçues. Il serait temps ensuite, de mettre ces constats communs en perspective de nos possibilités d'action individuelles et collectives.

=> Cela s'est traduit par une première partie du parcours axée sur la convivialité, la dynamique de groupe et la construction d'une culture commune sur l'agriculture, l'alimentation et l'histoire de la sécurité sociale. Nous avons ainsi combiné différentes approches pédagogiques (création d'un spectacle de théâtre, accompagnement à l'expression orale, alternance travaux en binôme et en groupe, mini conférences...) autour de 6 idées reçues identifiées : fiches thématiques, capsules vidéos d'experts

=> Le concept d'une sécurité sociale de l'alimentation via une explication simple a été posé dès le départ, mais sans entrer trop dans les détails, afin d'aborder les notions et questions associées de manière progressive. Notre posture a été d'être garants du cadre d'une SSA tel que porté dans le collectif SSA, de son appropriation et de son questionnement.

=>Ce choix volontaire consistait à éviter 3 écueils : 1/effrayer et noyer les participants avec les nombreuses notions associées, 2/ nous positionner comme des experts-sachant, 3/ se projeter dans la mise en place et les aspects techniques sans avoir un cadre partagé et une culture commune de la SSA

-De janvier 2023 à juin 2023 le parcours d'engagement a concerné 40 citoyens (10 sur chaque territoire : Bordeaux, Bègles, Sud Gironde, Pays Foyen) : à chaque fois il a été accompagné par 2 à 3 animatrices des structures locales du collectif Acclimat'action (VRAC et Centre social l'Estey sur Bègles, VRAC, e-Graine et le centre sociale Bordeaux Nord sur Bordeaux-avec l'appui du CCAS de Bordeaux, Râteleurs et Saluterre sur le Pays Foyen, Vrac et la Boussole en Sud Gironde) . Durant celui-ci a été élaboré une charte commune aux 4 territoires de conventionnement de produits et de lieux. L'objectif de départ de ces parcours ? Accompagner celles et ceux qui ont le moins la parole à la prendre et formaliser des propositions politiques concrètes sur l'accès à une alimentation de qualité. Nous avons identifié dans la littérature et auprès des habitants, 6 idées reçues comme point de départ de déconstruction des savoirs et de construction d'une culture commune (fin janvier-début mars). Nous avons ensuite mis ces constats en perspective pour élaborer une charte qui poserait les principes d'une expérimentation de SSA en Gironde (fin mars-mi-juin).



4.6.3. Vers l'expérimentation d'une caisse commune de l'alimentation

A partir de Juin les dynamiques citoyennes locales béglaises, bordelaises, foyennes et sud girondines se sont élargies à de nouveaux acteurs citoyens, associatifs, du monde agricole et des collectivités

Le processus de prototypages de l'expérimentations d'une caisse commune de l'alimentation s'est donc poursuivi de façon à préfigurer la mise en place de l'expérimentation future : 4 collectifs locaux se sont réunis tous les mois pour contribuer aux choix de départ de l'expérimentation : recrutement, conventionnement, règles de calcul d'allocations, de cotisation, gouvernance et suivi scientifique

CRÉATION DES CONDITIONS DE COOPÉRATION POUR UNE DÉMOCRATIE ALIMENTAIRE, ENTRE INSTITUTIONS, ACTEURS AGRICOLES, DE L'AIDE ALIMENTAIRE, DE LA RECHERCHE ET LA SOCIÉTÉ CIVILE. CELA S'ESTR TRADUIT PAR :

-L'intégration progressive de nouveaux acteurs et publics dans la démarche globale, notamment du monde agricole, des collectivités, d'acteurs de la société civile et de l'aide alimentaire

-Création, structuration et animation de collectifs locaux de préfiguration des 4 caisses locales, à partir de la dynamique citoyenne des parcours d'engagement sur les 4 territoires

-La définition d'un cadre de gouvernance de composé :

*d'un comité stratégique réunissant des représentants du Conseil Départemental, la ville de Bordeaux, Acclimat'action, les citoyens des parcours d'engagements et les 4 collectifs territoriaux sur la SSA où se prennent les décisions sur les choix de départ de l'expérimentation SSA

*d'une assemblée inter territoriale réunissant le plus grand nombre de personnes des acteurs du comité stratégique qui définit les grandes orientations de l'expérimentation

*d'un comité technique composé des mêmes acteurs dont l'objectif est de préparer les sujets et d'assurer le lien entre les collectifs locaux et le comité stratégiques

-La rédaction par les citoyens d'une charte de conventionnement commune des produits et des points de vente

-La rédaction d'une charte de valeur et d'engagement fixant des enjeux objectifs communs entre les citoyens, Acclimat'action, le conseil Départemental et la ville de Bordeaux

-5 comités stratégiques ont eu lieu

-3 assemblées inter territoriales ont eu lieu

-7 comités techniques ont eu lieu

CO-CONSTRUCTION D'UN DISPOSITIF PILOTE DE CAISSES COMMUNES DE L'ALIMENTATION SUR 4 TERRITOIRES URBAINS ET RURAUX EN GIRONDE : CELA S'EST TRADUIT PAR:

Formalisation des choix de départ de l'expérimentation d'une caisse commune de l'alimentation

- Définition des modalités de la cotisation (autodéterminée avec un montant de 10^e minimum), et élaboration d'une grille d'aide à la décision
- Définition des modalités de l'allocation alimentaire mensuelle (150^e par foyer, 75^e par personne supplémentaire, plafond égal au double de l'allocation mensuelle),
- Définition des modalités de recrutement (192 foyers, selon une représentation par revenu et taille de foyer, avec une surreprésentation de la catégorie revenuS bas)
- Analyse et capitalisation de la conduite des parcours d'engagement sur 4 territoires de janvier à juin 2022
- Focus sur les modalités de prise de décision dans les 4 territoires afin d'aiguiller les choix de modalités d'organisation démocratique dans le dispositif expérimental pilote

L'Etude de la faisabilité technique des propositions

- Réalisation d'une étude comparative et d'un cahier des charges pour le développement et l'installation d'un outil de portefeuille numérique permettant de cotiser et dépenser les monnaies alimentaires collectées dans les points de vente
- Réalisation d'une étude juridique sur les conditions d'intervention des citoyens, des collectivités et d'acteurs associatifs dans la gestion et la délibération des caisses communes de l'alimentation : celle-ci ayant conclu à un portage privé associatif de l'expérimentation

Elaboration des outils et ressources opérationnelles préalable au démarrage de l'expérimentation du dispositif à l'échelon départemental

- Elaboration d'un film retraçant les motivations et le vécu des participants au parcours d'engagement vers une démocratie alimentaire
- Elaboration d'un guide d'accueil et d'une plaquette d'information sur l'expérimentation
- Développement et Mise en place de la plateforme numérique (Kohinos-MonA) permettant la collecte et la dépense de monnaie alimentaires dans les points de vente conventionnés
- Elaboration d'un guide et d'une grille d'auto évaluation pour le conventionnement des points de ventes alimentaires



4.6.4. Vers la création d'une association autonome Acclimat'action

Le 17 mai 2023, le collectif Acclimat'action prenait la décision de se constituer en association pour poursuivre son action, dans un contexte d'émergence d'une expérimentation de sécurité sociale de l'alimentation, de souhait de l'association VRAC Bordeaux d'assumer un portage collectif d'Acclimat'action et de volonté de renforcer la crédibilité du collectif Acclimat'action.

Ce jour-là étaient également dessinées les premières orientations fortes que souhaitait se donner le collectif : 4 comités techniques d'une demi-journée ont eu lieu pour définir l'objet, les missions et les modalités de gouvernance de la future association. L'élaboration collective des statuts doit aboutir à la création de l'association début 2024 .



5. Les défis relevés par VRAC en 2023

5.1. Le lancement de la saison#2 de Popote Story

A la fin de la saison #1, plusieurs habitants ont formulé le souhait de continuer l'aventure et de participer à un projet d'avantage tourné vers la **création artistique**, également propice à la rencontre et à l'échange. Nous avons donc mis en place d'octobre à janvier des ateliers de réflexion avec une quinzaine d'habitant.es "ambassadeurs", sur lequel nous nous sommes appuyés pour préciser le format de la saison 2 et mobiliser de nouveaux habitants.

Suite à ces ateliers de co-construction, nous avons élaboré un nouveau parcours pour la saison 2 et le collectif d'habitant.es ambassadeurs a pu se former à la thématique choisie pour être en mesure de parler du projet à leur entourage. En effet, le meilleur vecteur pour faire parler d'un projet et mobiliser des habitants est avant tout le bouche à oreille via les habitants eux-mêmes. Nous avons également mobilisé de notre côté, lors d'évènement phares de la ville de Cenon, en sortie d'écoles, pieds d'immeubles et affichage dans les halls d'immeubles.

Pour cette seconde édition, le programme Popote Story s'appuie sur les idées reçues liées à notre alimentation - établi par le collectif Acclimat'action. Le format vidéo a été retenu pour mettre en avant ces idées reçues.

Zoom sur les idées reçues et ateliers de co-construction :

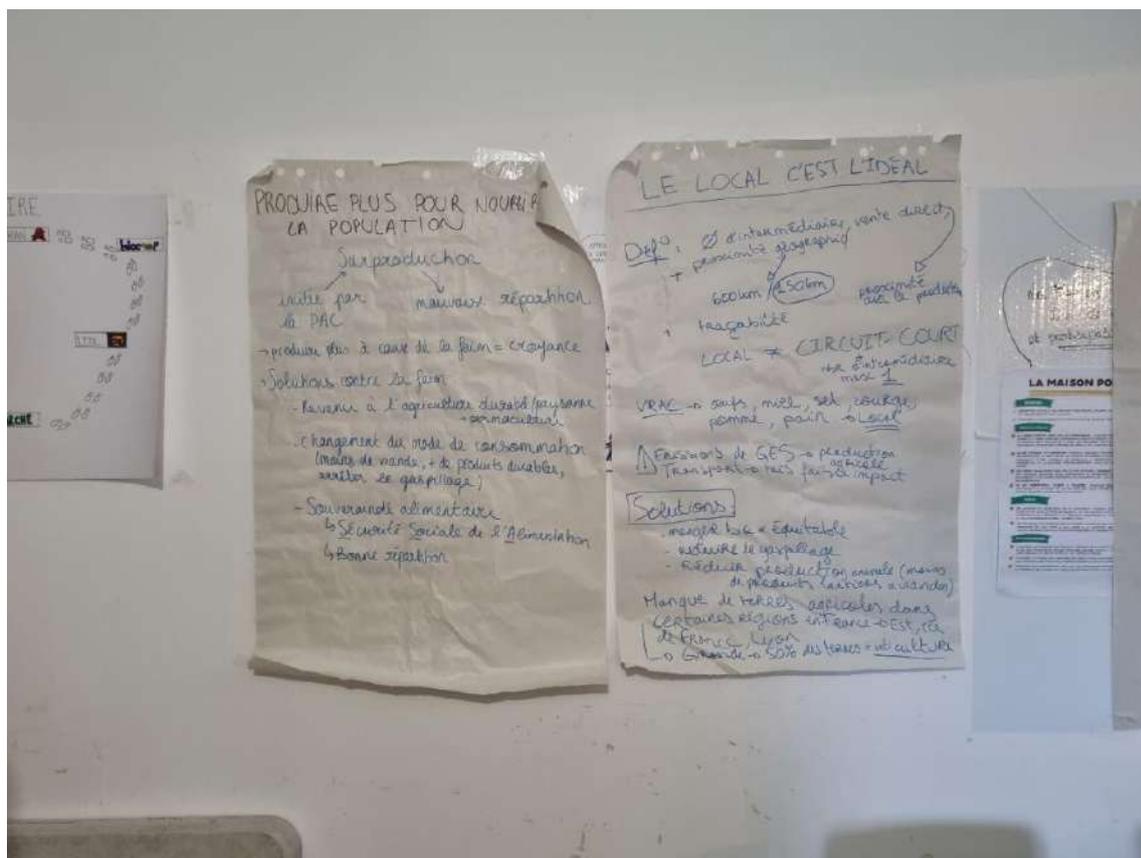
- **"Manger maison permet d'être en bonne santé"** : Atelier cuisine recette maison VS produits industriels pour mettre en avant les avantages du manger maison tout en se questionnant sur les limites.
- **"Il faut produire plus pour nourrir la population mondiale"** : Projection "la Révolution Verte" à la Colline dans le cadre du Festival Alimenterre suivi d'un débat pour comprendre les enjeux de l'agriculture intensive et de ses conséquences.
- **"Cela coûte cher de bien manger"** : Atelier ludique via le programme optcourse de Nicole Darmon, chercheuse à l'INRAE, pour mettre en place des stratégies afin de manger équilibré avec un petit budget.
- **"L'aide alimentaire permet de lutter contre la précarité alimentaire"** : Atelier jeu "La Marmite / La solidarité alimentaire à la carte" pour sensibiliser et informer autrement aux enjeux du droit à l'alimentation.

- **“Le changement climatique n’a rien à voir avec mon assiette”** : atelier jeu “Fresque de l’alimentation” pour comprendre l’impact de notre alimentation sur le climat.
- **“Le local c’est l’idéal”** : Rencontre avec Aurore de la Cocotte Limousine, productrice d’œufs de VRAC, pour parler de la production locale de ses avantages mais aussi de ses limites.

Dès janvier 2024, les habitant.es mobilisés ont eu pour mission de créer une œuvre collective, soit un court-métrage en lien avec les idées reçues et ont acquis au fur et à mesure de nouvelles connaissances et compétences qu’ils auront l’occasion de révéler lors d’une projection festive et gourmande à la fin du parcours.

Au terme de ce parcours, chacun sera en mesure d’échanger sur les problématiques environnementales, sanitaires et financières liées à notre alimentation et de déconstruire les idées reçues.

La saison 2 a été ouverte aux habitant.es de Floirac et Lormont, déjà présents lors de la saison 1 afin de faciliter la mobilisation et étendre l’impact du projet.





Flyer de mobilisation

VRAC
BORDEAUX

Vous résidez sur la Rive Droite ?
Rejoignez l'aventure

POPOTE STORY 2

En bonus, bénéficiez d'un bon d'achat mensuel pendant 5 mois d'une valeur de 15€ utilisable dans le groupement d'achat VRAC à Cenon

Pour plus d'informations, contactez Julie

- par téléphone : 07.78.20.67.23
- par mail : julie-bordeaux@vrac-asso.org

@VracBordeaux Contact : 07.78.20.67.23 www.bordeaux.vrac-asso.org

POPOTE STORY 2

LES IDÉES REÇUES

- 1 Manger maison permet d'être en bonne santé
- 2 Le local c'est l'idéal
- 3 Le changement climatique n'a rien à voir avec mon assiette

Le parcours Popote Story destiné aux habitant.es de la Rive Droite commence en février à Cenon avec la création d'un court-métrage suivi d'ateliers cuisine en lien avec des idées reçues sur l'alimentation. Il se clôturera en juillet 2024 lors d'une projection festive et gourmande.

POURQUOI PARTICIPER ?

- ECHANGER AUTOUR DE L'ALIMENTATION
- DÉCOUVRIR L'UNIVERS DE L'AUDIOVISUEL
- CRÉER ET CUISINER DES PLATS ORIGINAUX
- ET SURTOUT PASSER DES MOMENTS DE CONVIVIALITÉ !

Gratuit et ouvert à tous.tes (sur inscription)

PARTENAIRE AUDIOVISUEL
Peripheries Productions

VRAC Domofrance Mésolia aquitanis Cenon

5.2. L'organisation d'un concours cuisine dans le quartier de Beaudésert à Mérignac

Organisé le 25 mai 2023, *"Les Délices de Beaudésert"* a été un événement inédit dans ce QPV Mérignacais rassemblant environ **150 habitant.es de tous âges, 18 candidat.es et 4 chef.fes**, dans une ambiance conviviale en plein cœur du quartier.

Ce projet a été **co-construit avec plusieurs acteurs du territoire**, à savoir la Ville de Mérignac, CAP Sciences, le Centre de loisirs de Beaudésert et VRAC.

**JEUDI
25
MAI**

**Les Délices
de Beaudésert** *MIAM!*

**Le concours cuisine
des habitant.es**

à partir de 18h30
Avenue des Marronniers
devant le Centre de Loisirs & Côté Sciences

**DÉGUSTATION PAR
UN JURY DE PROFESSIONNEL.LES**
Marie-Pierre Munoz - Maison Musubi
Cécile Convent - Souquo
Frédéric Schueller - Truck de Chef
Michaël Guedj - Elite Group

BUFFET - AUBERGE ESPAGNOLE
Nous vous invitons à amener un plat salé
ou sucré pour le partager !

ANIMATIONS pour toute la famille
par CAP Sciences, le Centre de Loisirs et la
Médiathèque de Mérégnac

AMBIANCE MUSICALE
par Ricochet Sonore

**NOMBREUX LOTS
À GAGNER**
pour tous
les participants

DEUX GRAND.ES GAGNANT.ES
1 catégorie plat
1 catégorie dessert

*événement
gratuit et
ouvert à
tous.tes*

CONTACT
Alicia au 07 44 59 65 74
alicia-bordeaux@vrac-asso.org

Mérégnac CAP SCIENCES AIR & ESPACE VRAC

La mobilisation a débuté en mars avec plusieurs actions dans le quartier :

- Deux goûters infos-rencontres au Centre de Loisirs
- Distributions d'affiches et de flyers sur des lieux stratégiques et points relais
- Une vente flash de produits VRAC dans la cour du Centre de loisirs
- Un atelier de cuisine de rue à la sortie de l'école primaire Ferdinand Buisson

Cette mobilisation a permis de rencontrer un grand nombre d'habitant.es du quartier et de les inviter à participer à 4 ateliers de cuisine organisés en amont du concours. Les objectifs de ces ateliers étaient de créer du lien, de partager des connaissances culinaires et de préparer les futur.es participant.es grâce à l'accompagnement de professionnel.les de la cuisine. Ces **4 ateliers de cuisine** étaient ouverts à tous.tes, gratuits et encadrés par des professionnelles de l'alimentation/cuisine :

- 22/03/2023 - **Atelier conserves de légumes** : techniques et astuces pour faire de délicieuses conserves de légumes maison - animé par Cécile de la Conserverie mobile (Lieu : Espace Côté Science)
- 06/07/2023 - **Atelier de cuisine végétarienne** : réaliser une assiette équilibrée avec des protéines végétales - animé par Camille de la Maison de la Nutrition et du Diabète (Lieu : Espace Côté Science)
- 03/05/2023 - **Atelier de cuisine arménienne** : découvrez des techniques et des saveurs invitant au voyage - animé par Nariné cheffe cuisinière de la formation Marie Curry (Lieu : Centre de Loisirs)
- 06/05/2023 - **Atelier pâtisserie** : apprendre à cuisiner et dresser un dessert de chef à petit prix - animé par Laurie - cheffe pâtissière indépendante (Lieu : Centre de Loisirs)

Après ces 4 ateliers, place à l'organisation du concours cuisine :

Répartis en **deux catégories (salée et sucrée)**, les participant.es ont eu pour défi de convaincre un jury de quatre chef.fes à la tête de restaurants dans la métropole bordelaise et écoles de cuisine :

- Cécile Convent - créatrice et cheffe de "Souquo", café-cantine engagé au cœur du quartier Sainte Croix à Bordeaux
- Michaël Guedj - fondateur de deux écoles de cuisine "Elite Group"
- Marie-Pierre Munoz - co-créatrice et cheffe du bistrot japonais "Maison Musubi"
- Frédéric Schueller - créateur et chef du camion-cuisine "Truck de Chef"

Ce concours a mis à l'honneur une cuisine sans viande, ni poisson, avec des fruits et légumes de saison et surtout a permis de partager la créativité culinaire qui se veut plurielle et multiculturelle des habitant.es de Beaudésert.

A l'issue de la dégustation, le jury a désigné **trois équipes gagnantes** (1 par catégorie + 1 coup de cœur). Toutes les équipes participantes ont été récompensées de lots offerts par nos partenaires, notamment des robots de cuisine de la fondation SEB et des invitations à déjeuner dans les restaurants des chef.fes membres du jury.

La remise des prix a été suivie d'un buffet partagé pendant lequel le public a pu apprécier une ambiance musicale assurée par l'association Ricochet Sonore et un groupe de Batucada. Aussi, tout au long de l'événement, des animations sur les thèmes de l'alimentation et de la santé ont proposées par CAP Sciences, le Centre de Loisirs et la Médiathèque de Mérignac.

[Lien Youtube - Vidéo du concours cuisine](#)



5.3. La participation (et la victoire !) au concours cuisine national

Mardi 4 juillet 2023, VRAC France et VRAC Lyon Métropole organisaient la première édition nationale du Concours de Cuisine des quartiers : “Chef-fes de la Cité”. Un événement de taille pour célébrer les 10 ans d’existence de l’association.

Cet événement a réuni les gagnant-es des concours de cuisine des antennes locales. Ces derniers sont devenus des rendez-vous incontournables sur chaque territoire.

9 équipes de cuisinières (et 1 cuisinier) venues des quatre coins de la France et de Belgique se sont ainsi retrouvées pour deux jours d’échange et de préparations culinaires, au sein de la Cité Internationale de la Gastronomie de Lyon, un lieu emblématique dédié la cuisine.

VRAC Bordeaux été représenté par deux candidates passionnées de cuisine et plus généralement d’alimentation saine et durable :

- Julie, habitante du quartier de la Marègue à Cenon, adhérente de la Maison Popote et citoyenne du Parcours d’engagement de la SSA Gironde

- Samia, habitante de la Marègue également, adhérente de la Maison Popote et du groupement de VRAC Cenon, participante de la saison 1 de Popote story.



Ce concours fut aussi l'opportunité de lier des parcours de vies, de faire cohabiter des cultures différentes et de créer des recettes uniques, rassemblant des saveurs variées et complémentaires.

Quelques critères à respecter : utiliser des produits de base vendus par les associations VRAC dans les distributions (pois chiches, fèves, farine, fruits secs...), en complétant avec des ingrédients de saison, en privilégiant au maximum le local et en jouant le jeu de l'anti-gaspillage (légumes invendus du marché récupérés pour l'occasion).

Les 21 participant·es ont pu compter sur l'accompagnement du chef étoilé et consultant Alain Alexanian et de la cheffe et consultante spécialisée en thé Sandra Dunand-Dalloz, devenus coachs pour l'occasion. Depuis la conception originale du plat jusqu'au dressage final, chaque équipe a bénéficié des précieux conseils et de l'aide des chefs, tous les deux soucieux de sublimer chaque plat.

Julie et Samia ont conquis le jury comme le public, avec leur assiette engagée *"Tout est bon et beau dans le légume"* qui mettait l'accent sur l'utilisation de produits de saison dans leur totalité et ont remporté le Grand Prix du Public.



[Lien Youtube – Vidéo concours cuisine national](#)

5.4. Le fond Manger Mieux Pour Tous et la mise en place de la triple tarification

VRAC France et ses associations locales dont VRAC Bordeaux fait partie, reçoivent une aide du Fonds « **Mieux manger pour tous** » (Ministère du Travail, de la Santé et des Solidarités) pour financer l'achat de denrées alimentaires de qualité sur **3 ans** (2023 à 2025).

Cette aide financière permet de continuer à soutenir les actions et expérimentations locales de lutte contre la précarité alimentaire, notamment en élargissant l'**accès à des produits de qualité à des personnes en situation de grande précarité**, qui ne seraient pas encore identifiées par les associations VRAC aujourd'hui.

Ce fond nous a permis de mettre en place des nouvelles tarifications sur l'ensemble de nos groupements d'achats depuis décembre 2023. L'application des tarifications dépend de la situation de l'adhérent.e. Toutes les situations et tarifications associées sont indiquées sur le formulaire d'adhésions désormais.

Les nouvelles tarifications sont les suivantes :

- **Une tarification à -50%** sur le prix coûtant pour des personnes orientées par des travailleurs sociaux et/ou allocataires de minimas sociaux et/ou étudiant.es boursiers et/ou bénéficiaires des repas CROUS à 1€.
- **Une tarification à -10%** sur le prix coûtant pour les adhérents habitant en QPV et/ou en logement social et/ou non imposable et/ou étudiant.e
- Ceci entraîne automatiquement la distinction avec une 3ème **tarification de +10%** sur le prix coûtant concernant les personnes n'habitant pas en logement social et imposable. Ces adhérents ne sont pas éligibles au fonds MMPT.

Nous veillons à conserver une mixité des publics au sein des groupements d'achats et limitons le nombre d'adhérents concernés par cette 3ème tarification grâce à la mise en place d'une liste d'attente par groupement sur le site l'Épicerie VRAC.

La mise en place de ces nouvelles tarifications et notamment la tarification -50% nous permet d'accueillir de nouvelles personnes et de retrouver d'anciens adhérent.es qui jusque-là n'avaient pas ou plus le pouvoir d'achat nécessaire pour passer commande régulièrement.

Aussi, un travail collaboratif est mené sur chacun des territoires avec les travailleurs sociaux. Le dispositif a été présenté à plusieurs structures d'aides sociales (MDS, MDSI, CCAS, Services de la Politique de la Ville et CESF dans les MJC et Centres Sociaux et Culturels) des QPV sur lesquels nous sommes présents. Il a été convenu que :

- les travailleurs sociaux peuvent nous orienter les personnes et familles qu'elles accompagnent
- lors des permanences et distributions, VRAC peut identifier des personnes en dehors des radars sociaux et pour qui la tarification -50% représenterait un réel coup de pouce, ces personnes sont mises en relation avec les structures d'aides sociales référentes.

Une fiche de suivi a été mise en place pour assurer le lien et servir de justificatif si nécessaire.



Vers un réseau
d'achat en commun



Nouveauté sur les prix !

pour permettre un meilleur accès à des produits alimentaires de qualité !

-50%

sur l'ensemble du catalogue VRAC* et
ADHÉSION offerte

- ☞ Si vous êtes allocataire de minimas sociaux
- ☞ Si vous êtes orienté.e par un travailleur social
- ☞ Si vous êtes étudiant.e boursier et/ou bénéficiaire des repas CROUS à 1€

-10%

sur l'ensemble du catalogue VRAC* et
ADHÉSION libre à partir de 3€

- ☞ Si vous résidez dans un logement social
- ☞ Si vous habitez en Quartier Politique de la Ville (QPV)
- ☞ Si vous êtes non imposable
- ☞ Si vous êtes étudiant.e

+10%

sur l'ensemble du catalogue VRAC* et
ADHÉSION libre à partir de 3€

- ☞ Si vous n'habitez pas en logement social
- ☞ Si vous êtes imposable