

# L'alimentation durable au sein du réseau

Illustrations de projets autour de l'alimentation durable dans les Régies de Quartier et les Régies de Territoire.



## RÉPONDRE À UN BESOIN LOCAL

---

La France compte 8,8 millions de pauvres, vivant sous le seuil des 50% du revenu médian. 92% des Régies de Quartier et des Régies de Territoire se situent au sein d'un Quartier prioritaire de la Politique de la Ville (QPV) et travaillent avec et auprès d'habitants ayant une situation économique précaire, rencontrant des difficultés pour se nourrir. L'alimentation durable répond à cette problématique car elle offre une alimentation accessible à tous et en quantité suffisante. Elle est saine et équilibrée, est produite par des modèles agricoles respectueux de l'environnement et répond aux besoins nutritionnels.



## COMBATTRE L'ISOLEMENT

---

L'alimentation devient une source de tension et d'angoisse quand les foyers rencontrent des difficultés à se nourrir en quantité suffisante et selon leurs envies. La culpabilité et la honte de ne pas subvenir à ses besoins par ses propres revenus engendrent un isolement des publics précaires. Les Régies de Quartier et les Régies de Territoire structurent des espaces permettant d'avoir accès à une alimentation à moindre coût et mettent en place des ateliers de cuisine pour retrouver l'envie de préparer des plats, avec un budget petit ou moyen.



## FAVORISER L'ÉCONOMIE LOCALE

---

À partir des années 70, le modèle dominant de consommation a favorisé la distribution agro-industrielle, où l'approvisionnement alimentaire des ménages se fait en grande partie dans les hypermarchés. En mettant en place des circuits de vente courts, des animations de sensibilisation à l'alimentation bio et locale, les Régies de Quartier et les Régies de Territoire encouragent une façon de consommer qui favorise les productions et les emplois locaux.



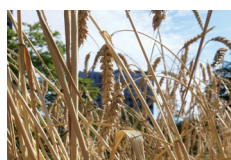
## LUTTER CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

---

Le gaspillage alimentaire se définit comme toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée, dégradée. On estime que la production est responsable de 32% du gaspillage alimentaire, la transformation, le transport et le stockage de 21%, la distribution de 14% et la consommation de 33% du gaspillage alimentaire. En récupérant et transformant des produits alimentaires destinés à la liquidation, les Régies de Quartier et les Régies de Territoire participent à la réduction des déchets. Elles organisent également des ateliers pour sensibiliser les habitants sur la lutte contre le gaspillage alimentaire, en leur montrant les économies réalisées par une bonne gestion des dates de consommation et l'impact environnemental du gaspillage alimentaire.



## Production



Les Régies de Quartier et les Régies de Territoire participent à la création de jardins dans les quartiers, permettant de soutenir la sécurité alimentaire des habitants tout en proposant un accès aux fruits et légumes. Les Régies de Quartier et les Régies de Territoire animent des jardins collectifs, où les habitants cultivent ensemble une même parcelle ou gèrent des jardins d'insertion, rendant possible des productions de meilleure qualité et plus importantes qui peuvent être distribuées dans des circuits locaux.

### LES ATOUTS POUR LES RÉGIES DE QUARTIER ET LES RÉGIES DE TERRITOIRE

- Être un espace de mobilisation sociale, où les habitants peuvent se rencontrer et échanger.
- Cultiver un potager permet aux habitants de se reconnecter à la nature et d'être sensibilisés aux problématiques environnementales.
- Vendre des produits cultivés est une ressource financière pour les Régies de Quartier et les Régies de Territoire. Le retour sur la qualité des produits valorise le travail des salariés en insertion.

## Transformation



Les ménages français privilégient de plus en plus les produits transformés, prêts à l'emploi qui se cuisinent vite au détriment des produits frais. Les produits transformés présentent l'intérêt de se conserver plus longtemps. Les Régies de Quartier et les Régies de Territoire se sont inspirées des techniques de conservation pour proposer des produits de qualité aux habitants des quartiers et de lutter contre le gaspillage en transformant les invendus de leur récolte.

### LES ATOUTS POUR LES RÉGIES DE QUARTIER ET LES RÉGIES DE TERRITOIRE

- Lutter contre le gaspillage alimentaire en transformant des produits qui peuvent être destinés à la destruction,
- Transmettre le savoir faire à travers l'animation d'ateliers autour de la conservation d'aliments.

## Distribution



Le budget alimentaire pour un foyer pauvre est le deuxième poste de dépenses après le logement. Les dépenses liées à l'alimentation sont la première variable d'ajustement lorsqu'il est nécessaire d'assurer d'autres dépenses. Afin de permettre aux populations dans le besoin, de pouvoir avoir accès à une alimentation diversifiée et suffisante, les Régies de Quartier et les Régies de Territoire portent des structures, comme des restaurants ou des épiceries solidaires, proposant des denrées alimentaires à moindre coûts.

### LES ATOUTS POUR LES RÉGIES DE QUARTIER ET LES RÉGIES DE TERRITOIRE

- Permettre de façon bienveillante à une population fragilisée de consommer des produits alimentaires à moindre coût.
- Contribuer à favoriser une alimentation équilibrée en proposant des produits et des repas variés.

## Z o o M

### PRODUIRE

#### RÉGIE DE TERRITOIRE DES DEUX RIVES, BILLOM, AUVERGNE-RHÔNE-ALPES (63)



La Régie de Territoire de Billom se trouve en territoire rural, où les exploitations agricoles sont nombreuses mais peu variées. Les élus et les habitants s'approprient l'alimentation durable, qui devient un enjeu du territoire.

■ En 2015, quatre terrains sont mis à disposition de la Régie qui y organise une activité d'insertion maraîchère. Dans un premier temps, l'exploitation de ces terres agricoles est occupationnelle et d'utilité sociale. L'arrivée en 2017 d'un chef de culture et d'une seconde encadrante technique dynamise et professionnalise l'activité de maraîchage.

■ La Régie met en place un réseau de commercialisation en circuit court, les

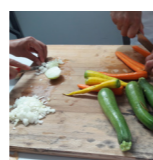
légumes sont vendus dans un rayon de 10 km, afin de répondre au besoin d'une alimentation durable pour les populations de son territoire. Quatre débouchés existent :

- Une AMAP contribue à la distribution de 50 paniers de légumes par semaine.
- L'épicerie solidaire fournit des légumes permettant aux personnes précaires d'avoir accès à des légumes de qualité.
- Une partie des récoltes est vendue au Biocoop de Cournon-d'Auvergne, situé à 8 km du terrain.
- La Régie propose également de composer son panier en ligne. A peu près 50 paniers sont commandés chaque semaine, en dehors de la trêve hivernale.

## Z o o M

### DÉVELOPPER DES PRODUITS EN CONSERVE

#### ASSOCIATION RÉGIE URBAINE, ANGOULÊME, NOUVELLE-AQUITAINE (16)



La Régie de Quartier cultive trois terrains en maraîchage bio sur lesquels 14 salariés en insertion travaillent, accompagnés par deux encadrants techniques. La production est vendue dans différents marchés d'Angoulême des quartiers populaires afin que les populations les plus précaires puissent bénéficier d'un apport en fruits et légumes locaux et bio.

■ De nombreux fruits et légumes ne sont pas vendus car ils ne présentent pas l'aspect ni le calibre correspondant aux normes du consommateur, et sont jetés.

■ Forte de ce constat, la Régie a établi un partenariat avec une conserverie qui lui a mis à disposition ses machines, baux et une partie de matière première

(huile, sel, poivre...). Les salariés en insertion ont transformé les fruits et légumes, acquérant ainsi de nouvelles connaissances qui leur ont permis de monter en compétences. Ce sont 728 conserves de haricots blancs, haricots verts, soupes et ratatouilles qui ont été fabriquées au cours de l'été 2017.

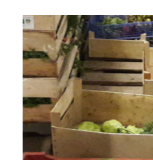
■ Les livraisons ont été assurées jusque dans les points de vente par les salariés qui ont participé à la vente sur le marché.

■ Suite à la réussite de cette première expérience, la Régie renouvellera sans doute l'activité...

## Z o o M

### GESTION D'UNE ÉPICERIE SOLIDAIRE

#### RÉGIE DE QUARTIER ASEM, NEVERS, BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ (58)



L'épicerie solidaire de Nevers a vu le jour suite à une co-construction entre le bailleur social, la Régie de Quartier, et le CCAS de la ville pour répondre à l'insécurité alimentaire des habitants des quartiers populaires. La Régie de Quartier et l'épicerie sociale fusionnent en une seule structure en 2012, mutualisant leurs activités et leurs locaux.

■ Sur critères financiers, l'épicerie solidaire vient en aide à plus de 4500 personnes par an. Les habitants en difficulté financière envoient un dossier pouvant justifier l'accès à la structure d'aide alimentaire qui est ensuite examiné par une commission. L'épicerie solidaire se présente comme un magasin de proximité où les usagers peuvent choisir

ce qu'ils désirent consommer en fonction de leurs goûts et pratiques culturelles tout en participant financièrement à leur achat. Les prix de participation sont entre 5 et 95 % des prix usuels du marché. L'épicerie solidaire distribue 450 tonnes de denrées alimentaires, issues à la fois de la récupération d'invendus alimentaires auprès des Grandes et Moyennes Surfaces et d'achats.

■ La spécificité de l'épicerie solidaire est qu'il ne s'agit pas seulement d'un lieu d'aide alimentaire. L'épicerie solidaire est un lieu agréable qui forge du lien social notamment à travers la mise en place d'ateliers.

# Consommation



Consommer est un acte politique. En sélectionnant certains produits plutôt que d'autres, le consommateur peut influencer l'impact qu'aura sa consommation sur la préservation de l'environnement. Les Régies de Quartier et les Régies de Territoire portent des actions qui valorisent les circuits courts, les repas végétariens, l'accès aux produits bio, le vrac... Pour sensibiliser les populations à ces modes de consommation, les Régies de Quartier et les Régies de Territoire mettent en place des ateliers de cuisine et des animations.

## LES ATOUTS POUR LES RÉGIES DE QUARTIER ET LES RÉGIES DE TERRITOIRE

- Mettre en place des activités favorisant la rencontre et le partage entre individus au sein des quartiers.
- Accélérer le changement de comportement grâce à des actions ludiques et des conseils bienveillants.

## Z o o M

### PROGRAMME AUTOUR DU BIEN MANGER ET DU BIEN ÊTRE

#### RÉGIE DE QUARTIERS, ANGERS, PAYS-DE-LA-LOIRE (49)



Pour apporter un nouveau dynamisme aux six jardins partagés animés par la Régie de Quartier, des ateliers de cuisine sont organisés à partir des productions dans le jardin pour partager des moments de convivialités entre habitants et de faire découvrir des plats végétariens.

■ Suite à l'engouement pour ces repas, avec le soutien des habitants et de la mairie, depuis 2017, la Régie impulse un programme autour de la santé et de l'équilibre alimentaire « du potager à l'assiette : plaisir, sport et santé », dupliqué sur six quartiers de la ville La Roseraie, Grand Pigeon, Monplaisir, Les hauts de Saint-Tobin, Belle-Beille et Savary.

■ Ce programme se construit en trois temps :

- Des balades découvertes dans chaque quartier sont organisées pour proposer un autre regard sur le quartier.
  - Un atelier de cuisine accueillant 20 personnes sensibilise les participants sur le bien-être alimentaire en composant un menu équilibré.
  - Un village bien-être accueille les habitants dans chaque quartier, où des intervenants du corps soignant prodiguent des conseils. Des animateurs sportifs sont également présents pour faire découvrir différentes pratiques sportives.
- Chaque année, plus de 1000 personnes participent à ce programme.

# Accompagner la réduction des déchets alimentaires

Le gaspillage alimentaire intervient à toutes les étapes de la production alimentaire. Les Régies de Quartier et les Régies de Territoire mettent en œuvre des projets de lutte contre le gaspillage alimentaire et sensibilisent les populations sur cette thématique.



## LES ATOUTS POUR LES RÉGIES DE QUARTIER ET LES RÉGIES DE TERRITOIRE

- Sensibiliser les habitants en leur montrant des gestes simples pour réduire le gaspillage alimentaire.
- Donner une seconde vie aux produits alimentaires permet de favoriser l'économie circulaire.
- Participer à la réduction des déchets.

## ZOOM

### RÉCUPÉRER ET CUISINER LES INVENDUS DES SUPERMARCHES

#### RÉGIE ASSOCIATIVE PIERREFITTOISE D'INSERTION ET DE DÉVELOPPEMENT (R.A.P.I.D.), PIERREFITTE-SUR-SEINE, ILE-DE-FRANCE (93)



La Régie de Quartier s'est lancée depuis juillet 2018 dans l'aventure d'un restaurant solidaire, le Bocal, restaurant « 0 gaspi », 70% des produits cuisinés sont issus de la récupération d'invendus alimentaires auprès des Grandes et Moyennes Surfaces (GMS).



■ Une fois par semaine, un chauffeur-collecteur en insertion va chercher les invendus auprès d'une GMS qui sont ensuite répartis par des salariés en insertion et les bénévoles dans une plateforme de tri. Un travail de repères des dates de consommation des différents produits a été réalisé avec les différents salariés de la plateforme de tri, pour valoriser au maximum des produits qu'il est encore possible de consommer. Chaque mois, une tonne d'invendus est triée, dont 1/4 des produits partent au restaurant.



■ La Régie de Quartier a par ailleurs noué des partenariats avec des structures qui lui fournissent des produits pour assurer un approvisionnement tout au long de la semaine et récupèrent les produits encore consommables que la Régie de Quartier ne peut pas transformer. Une partie des produits est recyclée dans un compost ou transformée en nourriture animale.

■ La Régie peut servir une cinquantaine de personnes autour d'un menu unique réinventé chaque jour en fonction des invendus, grâce à une salariée et une bénévole qui assurent la qualité des plats et le service en salle.

#### NOS PARTENAIRES



• 144 boulevard de la Villette • 75019 Paris  
• [www.regiedequartier.org](http://www.regiedequartier.org) • [accueil@cnlrq.org](mailto:accueil@cnlrq.org)



AGENCE NATIONALE DE LA COHÉSION DES TERRITOIRES



Ce projet est cofinancé par le Fonds social européen dans le cadre du programme opérationnel national « Emploi et Inclusion » 2014-2020