



## Du jardin à l'assiette

Se réunir autour d'un bon repas, rien de tel pour favoriser le vivre ensemble. À l'Accoord, on a toujours su l'importance de partager des temps de convivialité autour de plats d'ici et d'ailleurs. Ateliers cuisine, activités de jardinage, fête de quartier avec repas partagé où chacun.e est invité.e à mettre la main à la pâte : la nourriture nous rassemble.

Encore faut il avoir les moyens d'accéder à des ressources alimentaires en quantité suffisante et de qualité. La précarité alimentaire : un enjeu qui concernait une minorité des publics accueillis à l'Accoord il y a encore quelques années et que nous avons malheureusement vu se développer depuis 2020.

À Nantes, les initiatives se multiplient et l'Accoord y participe activement. Aux côtés des habitant.es, nos équipes font preuve d'inventivité pour créer de nouveaux réseaux de solidarité, tout en intégrant la dimension environnementale dans les actions que nous déployons. Et parce qu'il ne suffit pas de manger à sa faim pour bien manger, l'éducation aux enjeux liés à la nutrition commence dès le plus jeune âge : de nos accueils de loisirs et espaces ados jusqu'aux défis alimentations et ateliers cuisine proposés dans les centres socioculturels.

Du jardin à l'assiette, c'est le menu de ce Vu de l'Accoord que je vous invite à savourer !

**Laurent Hugot**  
Président de l'Accoord

### Chiffres-clés

**13**

JARDINS PARTAGÉS

**5**

JARDINS PARTICIPANT AUX  
PAYSAGES NOURRICIERS

**2 800**

PANIERS ALIMENTAIRES BIO  
ET RAISONNÉS DISTRIBUÉS  
EN 2022

**3**

ÉPICERIES SOLIDAIRES





# Les jardins

La démarche de transition écologique est engagée depuis de nombreuses années dans les accueils de loisirs et les maisons de quartier Accoord. À travers ce plan, nous souhaitons renforcer notre action éducative sur les aspects de transition écologique et mener des actions concrètes avec les habitant.es (jardins, défi alimentation ou énergie, ateliers do it yourself, etc.).

## Une activité intergénérationnelle

L'Accoord gère 13 jardins situés dans les centres socioculturels ou dans les accueils de loisirs. Ces jardins sont gérés par les habitant.es du quartier ou les enfants du centre, en lien avec les équipes de l'Accoord. Pour participer, pas besoin de connaissance en jardinage. Juste l'envie de mettre la main à la pâte et de contribuer à une activité ludique qui embellit le quartier et favorise le lien social.

Depuis 2021, l'Accoord prend part à l'initiative des Paysages Nourriciers lancée par la Ville de Nantes. Des plants de légumes de saison sont installés dans les jardins de quatre centres socioculturels de l'Accoord (à Bellevue, à la Boissière, à la Halvêque Bout des Landes) ainsi qu'à l'accueil de loisirs du Martray et de la Méta. Ils sont entretenus par des collectifs d'habitant.es et par des associations de proximité ou, comme à la Méta, par le service Nature & Jardins de la Ville. Ces potagers sont qualifiés de « solidaires » car la totalité des légumes récoltés bénéficie aux familles nantaises en difficulté économique ou est partagée entre les jardiniers bénévoles si les récoltes ne sont pas suffisantes.



## Le jardin poétique de la Halvêque

La Halvêque compte parmi les jardins participant au dispositif « Paysages Nourriciers ». En plus de prendre part à une action de solidarité, les habitant.es de tous âges prennent plaisir à se réunir les samedis matins pour échanger astuces, conseils pratiques et idées de recettes : « On a réussi à mobiliser à la fois les habitants qui souhaitaient profiter des distributions, ceux qui venaient passer un bon moment et des militants qui voulaient changer le monde », se réjouit Alain Prédour, directeur de la maison de quartier.

## Des jardins... et des poules

En plus des jardins, certains accueils de loisirs accueillent depuis quelques mois de nouveaux pensionnaires. A Port-Barbe et à l'Observatoire (près du Petit Port), les enfants participent à la gestion et à l'entretien du poulailler. Cette activité est plébiscitée par les enfants...mais aussi par leurs parents. A l'Observatoire, les familles ont co-construit le poulailler avec les équipes d'animation.



# Le droit à une alimentation de qualité

Se nourrir sainement et préserver sa santé dans un contexte économique tendu est devenu primordial pour beaucoup de familles, de personnes seules et d'étudiant.es. Avec les acteurs des politiques publiques et les associations nantaises, l'Accoord s'engage pour développer des initiatives locales au plus près des besoins des habitant.es.

Afin de concrétiser cet engagement, l'Accoord a intégré l'alimentation aux 7 Essentiels de son projet associatif. Les Essentiels, ce sont des champs d'actions-clés, en écho aux défis sociétaux actuels, qui répondent aux attentes des publics que nous accueillons toute l'année.

## Distribution de paniers fermiers en circuit court

Alors que la crise sanitaire a révélé de grandes inégalités d'accès à l'alimentation dans les quartiers, l'Accoord affirme son rôle pour contribuer au bien-manger. Plus d'une dizaine de centres socioculturels proposent aux usagers de bénéficier de paniers fermiers. Les produits sont récoltés chez des producteurs locaux pour favoriser les circuits courts. Les distributions ont lieu chaque semaine. Lorsque les conditions le permettent, elles peuvent être suivies de cours de cuisine pour apprendre à préparer les fruits et légumes de saison.

Ces distributions sont souvent l'occasion d'attirer un nouveau public dans les centres socioculturels. Ainsi, à la Boissière, les équipes ont œuvré pour promouvoir le dispositif auprès des étudiant.es des résidences universitaires voisines. En tout, 180 jeunes bénéficient de l'aide alimentaire, une manière concrète de lutter contre la précarité étudiante mais aussi de leur faire connaître les activités du centre socioculturel.



## Les épiceries solidaires

En complément de la distribution de paniers de légumes, plusieurs centres socioculturels de l'Accoord ont ouvert des épiceries sociales et solidaires qui proposent des denrées alimentaires, des produits secs en vrac, mais également pour certains des produits d'hygiène. L'objectif est de permettre aux habitant.es du quartier de bénéficier d'une alimentation de qualité, écologiquement responsable et accessible pour les foyers à bas revenu avec des tarifs adaptés au quotient familial. Après les Bourderies à l'Ouest et le Bout-des-Pavés au Nord, le Clos Toreau a rejoint la dynamique fin 2022 avec une épicerie ouverte tous les jeudis après-midis.

En plus de lutter contre la précarité alimentaire, ces lieux favorisent le lien social. Les épiceries solidaires sont des lieux de vie et d'échange pour les habitant.es du quartier qui y viennent pour échanger avec les équipes et partager un moment de convivialité.

## Connaissez-vous le MAB de Bellevue ?

Le Marché Alternatif de Bellevue (MAB) a vu le jour en 2020, en plein confinement, alors que de nombreuses familles se sont retrouvées en situation de précarité alimentaire. Chaque mardi après-midi, plus de 250 paniers composés de produits frais, de légumes de saison et de denrées non périssables, sont distribués au centre socioculturel Accoord de Bellevue. La création et la distribution des paniers nécessite tout un travail de préparation. A la belle saison, plusieurs équipes bénévoles et salariées se relaient pour entretenir les jardins, récolter et trier les légumes puis les répartir dans les paniers alimentaires. Depuis sa création, la réussite du MAB s'appuie sur la synergie entre habitant.es, associations, partenaires institutionnels et équipes de quartier, ainsi que sur la participation des entreprises de distribution ou du MIN pour donner leurs invendus.





# La cuisine : au service du vivre ensemble

## Dans les accueils de loisirs : choisir et faire ensemble

En 2022, la thématique choisie par la Ville de Nantes dans le cadre de la journée internationale des Droits de l'enfant était celle de l'alimentation. Les équipes des accueils de loisirs Accoord se sont mobilisées tout au long de l'année pour animer des ateliers autour de ce thème.

Dans plusieurs accueils de loisirs les enfants choisissent et cuisinent leurs repas et leurs goûters. Ainsi, pendant les vacances scolaires, à Félix Thomas et au Bout-des-Pavés, les enfants ont pris les rênes de la cuisine. Ils choisissent ensemble les recettes, font les courses et assurent la cuisine à tour de rôle. Résultat : le gaspillage est bien moindre lorsque les menus sont choisis et les repas préparés par les enfants.

Autre exemple : à Cloé le Baut, aux Bourderies, à Graine de Cosmos et au Linot, les enfants participent à des commissions goûter qui donnent la part belle aux goûters équilibrés et avec moins d'emballage plastique.

Tous ces projets ont été présentés par les enfants le 23 novembre, à la Mairie de Nantes, lors d'un événement consacré aux Droits de l'Enfant en présence de Johanna Rolland et de Ghislaine Rodriguez, adjointe à l'éducation.



## Menus végétariens dans les accueils de loisirs

Depuis novembre 2022, les familles qui en font la demande (via Nantes eServices) peuvent choisir que leur enfant bénéficie de repas végétariens les mercredis et pendant les vacances scolaires. L'association s'inscrit ainsi dans la continuité de la politique menée par la Ville pour proposer dans les cantines une alternative végétarienne aux familles qui le souhaitent.

## Sensibiliser les ados aux enjeux liés à la nutrition

Les équipes d'animation ados s'emparent pleinement de la thématique du « bien manger » car l'adolescence est un âge charnière où les troubles alimentaires peuvent se déclarer et/ou s'intensifier. Des temps de sensibilisation, des groupes de parole mais aussi des interventions de nutritionnistes sont régulièrement programmés, par exemple lors d'événements sportifs (pour faire le lien entre santé et alimentation) ou lors de temps forts sur la thématique du bien-être. Au Studio 11/15 (un espace ressources pour les familles d'ados situé à deux pas des Machines de l'île), les équipes ont organisé, cet hiver, des sessions avec une diététicienne, ouvertes aux jeunes et à leurs parents.

## Partager des temps de convivialité : les Toqués du Perray

Au centre socioculturel du Perray, un groupe de bénévoles passionnés de cuisine se sont regroupés en collectif : les Toqués du Perray. Régulièrement, les bénévoles, qu'ils soient novices ou experts, se réunissent dans un cadre convivial pour préparer de véritables festins, à petite ou grande échelle, du repas partagé au cocktail pour 200. Lorsque le collectif répond à des commandes, les recettes collectées sont réservées dans une cagnotte, utilisée pour des projets collectifs : sorties, fêtes...

## Former les équipes

En décembre 2022, une formation de deux jours a rassemblé six binômes composés de professionnels et de bénévoles de l'Accoord sur le thème de la précarité alimentaire. Ensemble, les équipes ont été formées à mieux repérer et accompagner les publics cibles, à monter des projets pour promouvoir une alimentation saine et à faire le lien avec les enjeux de santé.

