

Métropoles, communes, communautés d'agglomération, bailleurs sociaux : devenez un territoire à Haute Chaleur Ajoutée



Vous cherchez des solutions éprouvées, innovantes et sans frais de fonctionnement pour que vos concitoyens soient reliés entre eux et combattre la solitude de certains ?

- **30%** des Français notent un certain **effritement de la solidarité entre voisins** durant la décennie écoulée (sondage BVA, 2019)
- **7 millions de personnes se trouvent en situation d'isolement** (Fondation de France, 10 ans de solitudes, 2020) et **26% des Français se sentent exclus, abandonnés ou inutiles**
- Avec la crise sanitaire, **16 % des étudiants se sentent « si découragés que rien ne [peut] leur remonter le moral »** et 50 % souffrent de solitude ou d'isolement pendant le confinement (observatoire national de la vie étudiante, juillet 2020)



Nous vous accompagnons à mobiliser vos habitants pour qu'ils ouvrent une ou plusieurs cantines de quartier

Des cantines de quartier, où les habitants et salariés du quartier **se rencontreront pendant le repas**, dans une ambiance simple et conviviale. Ceux qui le veulent pourront cuisiner ensemble, autre moment privilégié pour la rencontre

Un projet **par et pour les habitants**, qui lutte contre le sentiment d'**anonymat et d'isolement en ville** en alliant **mixité sociale, intergénérationnelle, bien manger et accessibilité financière**.

La présence d'une Petite Cantine dans un quartier a des effets bénéfiques sur la qualité relationnelle dans l'environnement. Plus de détails sur les coûts évités grâce à la présence d'une Petite Cantine d'ici fin 2021.

Un projet **économiquement viable**, créateur de **1 à 2 CDI non délocalisables**.



Notre méthode d'accompagnement

6 cantines dans 4 villes de France fonctionnent déjà sur ce modèle

ÊTRE ANCRÉ LOCALEMENT

Afin de s'intégrer dans le tissu associatif existant, nous élaborons une **cartographie des acteurs** agissant déjà pour tisser des relations de qualité et promouvoir une alimentation durable sur le territoire.

VIVRE L'EXPERIENCE

3 cantines éphémères ; des sessions de cuisine participative, en alimentation durable et à prix libre sont organisées pour **vivre les Petites Cantines** le temps d'un **atelier de cuisine ou d'un repas** (repas à emporter en cas de restrictions sanitaires) et **tisser des relations de qualité entre voisins** !

MOBILISER

Nous facilitons une **réunion publique de contribution** à destination des habitants (en présentiel ou en distanciel). L'objectif : partager le **retour d'expérience** des Petites Cantines et **faciliter l'engagement des habitants**.

PERMETTRE LE PASSAGE A L'ACTION

Nous aidons à la **constitution d'une équipe projet d'habitants** puis les accompagnons sur la phase de montage, de lancement, et de consolidation de la Petite Cantine.



Une Petite Cantine, qu'est-ce que c'est?

Participatif

Le repas est l'occasion de rencontrer des convives d'autres générations et parcours de vie. Tout est fait pour faciliter les échanges, se sentir relié aux autres, et renouer avec un sentiment d'utilité sociale. Tout le monde met la main à la pâte, de la préparation du repas, au ménage, en passant par la vaisselle !

Alimentation durable

Parce que nous souhaitons prendre soin, tant de nos convives que de la planète, nous privilégions une alimentation durable, à travers des critères identifiés : productions locales, circuit court, agriculture bio, diminution des protéines animales, collecte d'invendus bios, achat en vrac.



Contribution libre

Chacun participe financièrement, avec le montant de son choix, de manière à couvrir les frais. Cela permet d'accueillir un public très large. Nous communiquons de manière transparente sur le coût d'un repas et sur notre modèle économique.



Points clés de notre impact social

55% des convives sont passés à l'action pour créer du lien social en dehors de la cantine.

78% des plus de 60 ans déclarent prendre plus de plaisir à manger depuis qu'ils viennent aux Petites Cantines.

59% des convives ont changé leurs habitudes alimentaires depuis qu'ils viennent en cantine.

A Lille, **95%** des fruits et légumes sont issus de l'alimentation biologique ou en permaculture, en circuit court ou en récupération d'invendus.

23 698 fin 2020, c'est le nombre d'adhérents uniques depuis le début de l'aventure.



Le réseau des Petites Cantines

6 Petites Cantines ouvertes, 5 en projet. 18 emplois créés depuis 2016.



Envie de devenir un Territoire à Haute Chaleur Ajoutée?

Contactez Bénédicte :
benedicte.pachod@lespetitescantines.org



Les partenaires du réseau

Nos grands partenaires



Nos partenaires nationaux



Nos partenaires écosystème

