

Rapport d'impact Social

automne
2023



Version
détaillée

LES PETITES
CANTINES
GRENOBLE

LES
RENCONTRES
ONT
DU GOÛT



Bienvenue dans le rapport d'impact social des Petites Cantines Grenoble

Celui-ci est le fruit d'une démarche apprenante initiée avec l'ouverture de la première Petite Cantine à Lyon en 2016.

Il s'appuie sur le travail des référent.es de la Cantine et du réseau qui ont oeuvré pour en collecter la matière sur le terrain en direct avec les convives et derrière leur écran : entretiens qualitatifs, questionnaire quantitatif, traitement des données, regard académique, coordination de la méthodologie... Ce travail est donc l'aboutissement concret de l'énergie collective. Pardonnez-en les imperfections : l'essentiel est de continuer à progresser ensemble sur ce sujet

Ce rapport est une photographie à l'instant T de l'impact social de la Petite Cantine de Grenoble. Son intention est d'évaluer si et dans quelle mesure les Petites Cantines répondent à leur raison d'être, que nous prenons plaisir à nous répéter souvent :

“ Les Petites Cantines est un réseau non lucratif de cantines de quartier où les convives s'accueillent et se rencontrent au travers de repas durables, participatifs et à prix libre, pour tisser des relations de qualité et contribuer à la construction d'une société fondée sur la confiance. Il s'appuie sur l'entraide et l'intelligence collective. ”

Les chiffres présentés dans ce rapport sont issus de l'enquête quantitative réalisée du 21/03 au 20/04/2023 auprès de 1567 adhérents dont 146 répondants. Les verbatims sont issus des 6 entretiens qualitatifs réalisés sur la même période. Tous les prénoms ont été modifiés. Ce rapport a été corédigé par les référents locaux de la mesure d'impact et le réseau les Petites Cantines. Un rapport consolidé existe aussi à l'échelle du réseau les Petites Cantines.

Quelle est l'utilité de ce rapport ?

- **C'est d'abord un outil de pilotage pour nous aider à mettre notre énergie au bon endroit.**
- **C'est ensuite un puissant créateur de sens.** Ce rapport vient poser des mots à la fois sur des faits et sur des ressentis plus subjectifs issus de l'observation de l'expérience des convives. Ce récit rend explicite ce qui est implicite.
- **Enfin ce rapport est un trait d'union avec nos partenaires.** Il est une manière de les remercier, de restituer le résultat de leur soutien et de leur présence à nos côtés et de parler de l'avenir. La mesure d'impact est un outil de dialogue pour nourrir ces relations dont nous avons besoin.

Les 3 axes de la mesure d'impact

Nous nous sommes demandé dans quelle mesure l'action des Petites Cantines, à travers des repas en alimentation durable, participatifs et à prix libre, permet aux convives de tisser des relations de qualité, et contribue à construire une société fondée sur la confiance. Nous avons choisi de structurer l'analyse des résultats de notre mesure d'impact au travers de trois axes :

- la confiance en soi
- la confiance en l'autre
- la confiance en l'avenir

Les Petites Cantines Grenoble

La genèse du réseau les Petites Cantines

En 2013, Diane perd son mari dans un accident de la route. L'un de ses trois enfants est dans le coma.

Il s'en sort. Bien entourée, la jeune femme continue d'exercer sa profession de journaliste mais sent qu'elle se replie. Conscient.es de sa situation, des voisin.es la soutiennent. L'un d'eux cuisine chaque mardi un plat pour sa famille et le dépose devant sa porte. L'idée des Petites Cantines germera un an et demi plus tard avec Étienne. Très vite, le binôme est rejoint par Éric, Fatou, Annick, Paulo, Juliette, Bertrand, Isabelle : la dynamique participative est lancée. Le 1^{er} septembre 2016, la première Petite Cantine ouvre ses portes à Lyon, dans le quartier de Vaise.*

Contexte socioculturel et géographique du quartier

Les petites Cantines de Grenoble ont ouvert le 20 juin 2022, dans le centre ville historique de Grenoble, quartier Philippeville à deux pas du Jardin de Ville, de la Place Grenette, des rues piétonnes et des quais de l'Isère. Elle occupe le local d'une ancienne pizzeria. Un quartier calme, peu passant, au croisement de 2 rues relativement peu empruntées par les voitures. Des immeubles d'habitation plutôt anciens et bourgeois, des services sociaux d'aide aux familles, quelques commerces de proximité et restaurants, et l'UIAD¹ constituent le quartier proche.

Grenoble, la ville où l'on aperçoit “au bout de chaque rue une montagne”² possède des particularités sociologiques intéressantes. La ville comptait environ 160 000 habitants en 2019³, au cœur d'une métropole dense de 530 000 habitants.

Il existe une grande disparité sur le territoire grenoblois en termes de revenus et de catégorie socioprofessionnelle. En effet, près d'un actif

grenoblois sur trois est cadre, soit trois fois plus qu'à Mulhouse ou encore Perpignan. mais d'importants écarts sont à souligner entre les territoires, le sud de la ville abritant une population nettement moins diplômée et occupant des emplois peu rémunérateurs. Dans les secteurs 1 et 2, la part de cadres parmi les actifs atteint respectivement 37 % et 43 %, contre 18 % et 13 % dans les secteurs 5 et 6. La répartition des revenus suit de manière logique cette distribution géographique. Les revenus médians les plus élevés de la ville se trouvent en très grande majorité dans le secteur 2 (revenu médian de plus de 2500€ par mois), alors que les revenus médians les plus faibles sont observés dans les quartiers Sud (dans lesquels 50 % des habitants vivent avec moins de 1 000 €). Le secteur 2 (secteur des petites cantines) se révèle être un îlot de disparités en termes de revenus. Les 10 % les plus aisés du quartier le plus riche (Créqui-Victor Hugo) disposent d'un revenu 7 fois supérieur aux 10 % des plus défavorisés du quartier le plus pauvre (Notre-Dame). Les petites cantines de Grenoble ont donc de réels (beaux) défis à relever !

Voici quelques caractéristiques de sa population :

- **Plutôt jeune** (notamment dû aux nombreux étudiants) car 45% des habitants sont âgés de moins de 30 ans (73000 h.) et 20% de plus de 60 ans (32000 h.).
- La **mobilité est importante** puisque Grenoble se renouvelle par tiers tous les 10 ans.⁴
- **Cosmopolite** où 70 nationalités se côtoient⁵ et 80% des Grenoblois ne le sont pas d'origine.⁶
- **3eme ville française en terme de densité** (après Paris et Lyon).⁷
- **Présence importante de ménages d'une personne** : 50 % des Grenoblois vivent seuls dans leur logement, et leur nombre progresse plus fortement que l'ensemble de la population (+ 1,5 % entre 2010 et 2015).

¹ Université Inter-Age du Dauphiné

² citation de Stendhal, Grenoblois d'origine mais pas de cœur!

³ Analyse des besoins sociaux 2018-2019, CCAS, www.grenoble.fr

⁴ Sabine Germain, « Grenoble : Toujours plus haut » [archive], sur le site du magazine L'Express, 25 juillet 2007

⁵ « Conseil Consultatif des Résidents Étrangers Grenoblois » [archive], sur le site de la mairie de Grenoble

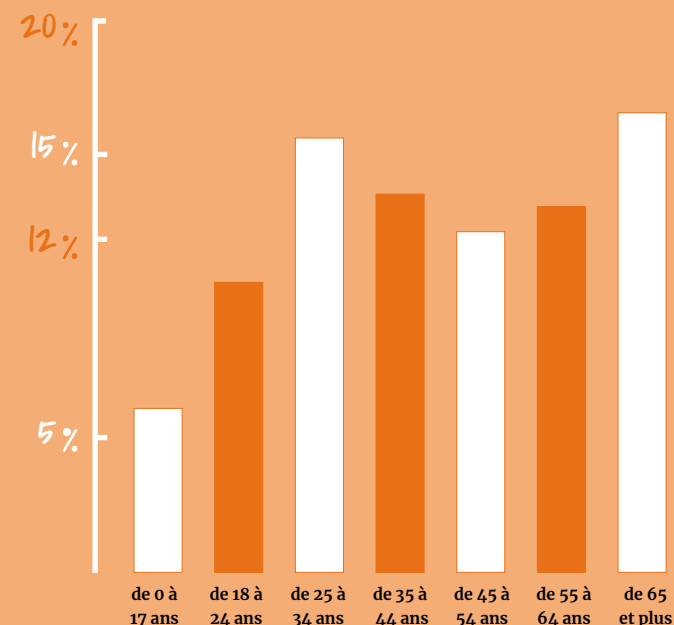
⁶ Sabine Germain, « Grenoble : Toujours plus haut » [archive], sur le site du magazine L'Express, 25 juillet 2007

⁷ source page wikipédia

Qui sont les convives ?

Un restaurant participatif qui attire une grande diversité générationnelle, et plus facilement les femmes

Âge des adhérents

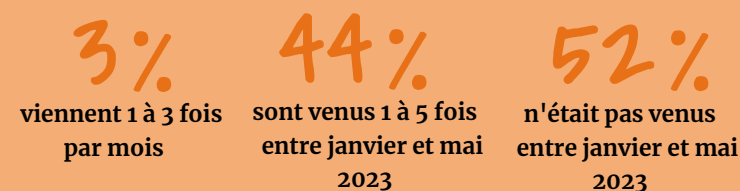


Civilité des adhérent.es

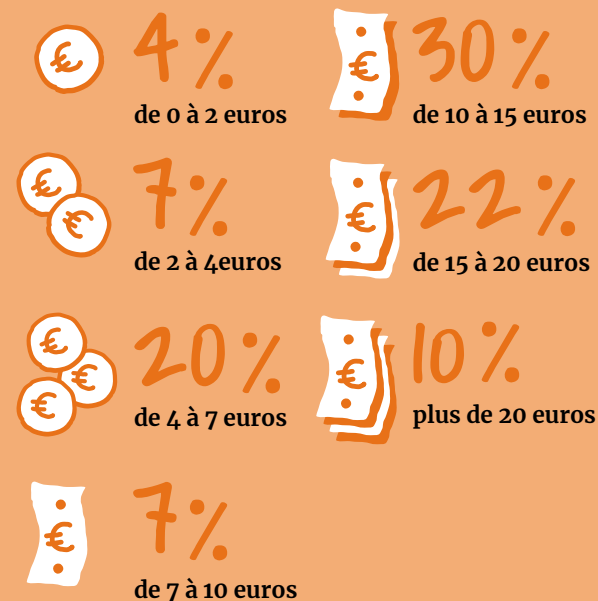


L'intention est d'aborder la diversité sous l'angle de ce que chacun apporte plutôt que de la relation aidant-aidé. Le parti pris des Petites Cantines est donc de ne pas questionner les convives sur leurs revenus ou leur catégorie socio-professionnelle. Ceci permet de ne pas systématiquement réduire la notion de solidarité à la situation de précarité monétaire.

Fréquentation des adhérent.es



Contribution au repas par tranche de prix*



Contribution par tranche d'âge*

	Cantine	Total
Contribution Moyenne par repas		11,07 €
	NR	13,42€
	[0-17]	11,98 €
	[18-24]	8,28 €
	[25-34]	11,51 €
	[35-44]	13,56 €
	[45-54]	9,91 €
	[55-64]	10,17 €
	[65-∞]	11,23€
Contribution Moyenne par adhésion		6,04€
	NR	6,52 €
	[0-17]	2,57 €
	[18-24]	4,03 €
	[25-34]	4,58 €
	[35-44]	7,49 €
	[45-54]	7,07 €
	[55-64]	5,79 €
	[65-∞]	6,82 €

* Ces données, issues de notre logiciel de caisse, concernent la période janvier-mai 2023.

1. Confiance en soi : quel est le rôle du repas ?

Le lien entre l'alimentation et la confiance en soi ? L'énergie que tous les deux procurent



Se sentir accueillie

Le mot "accueil" vient du verbe latin colligere, "cueillir", qui a donné accueillir en vieux français, signifiant « réunir »*.

« Comme à la maison », kézako ? Une ambiance "comme à la maison" ne signifie pas qu'on y trouve le même papier peint ou les mêmes chaises que chez soi – surtout si on est sans domicile – mais que c'est un endroit où chacun se sent lui-même, et pleinement en sécurité. D'après le philosophe Charles Pépin, c'est le pré-requis pour la rencontre, et souvent le pas le plus difficile à faire.

* Santémentale.fr, L'accueil, la grammaire des relations. N° 264 - Janvier 2022
<https://www.santementale.fr/2022/01/laccueil-la-grammairedes-relations/>

99%

se sentent accueillis comme ils sont, sans qu'ils aient besoin de jouer de rôle.

Ce chiffre est stable suivant les âges, la fréquentation et le niveau d'engagement en cantine. C'est donc l'un des points communs les plus forts entre tous les convives : le sentiment de pouvoir être soi au milieu des autres.

71%

ont davantage conscience de leurs qualités et de leurs ressources et les valorisent plus grâce aux Petites Cantines.

Ce taux est supérieur chez les 18 - 24 ans : 89 %

66%

ont le sentiment de reprendre de l'énergie pour affronter les difficultés du quotidien.

66%

ont davantage envie de sortir de chez eux.

“ Les petites cantines m'ont énormément aidée du fait de pouvoir œuvrer ensemble, faire des connaissances avec des gens, des jeunes et puis parler d'autre chose que du quotidien. ”

Christiane, 70 ans, Grenoble



81%

découvrent de nouvelles recettes saines, de saison et peu coûteuses, qu'ils et elles ont envie de reproduire chez eux.

80%

ont envie de prendre soin de ce qu'il y a dans leur assiette



“ Je me suis révélé, je me suis trouvé des qualités aux Petites Cantines. ”

Léo, 31 ans, Grenoble

35%

d'aliments issus de l'alimentation durable

0 tonnes

d'invendus alimentaires collectés sur un an



93%

considèrent qu'aux Petites Cantines ils ont accès à un repas sain et savoureux, à travers des produits locaux et de saison.

288

services de créneaux ouverts*

1313

participant.es en cuisine*

5 643

Couverts servis*

* les chiffres correspondent à une année d'activité

2. Confiance en l'autre : Comment réactiver le muscle ?

→ Développer un sentiment d'appartenance tout en s'ouvrant à la différence

97%

considèrent que la diversité des convives à table est une chance.

89%

déclarent faire des rencontres de qualité grâce aux Petites Cantines.

66%

estiment qu'il est facile de demander de l'aide pour des petites choses ou de compter sur les autres.

L'indice de confiance en France en 2023*

37%

des personnes en France pensent qu'il est possible de faire confiance aux autres.

63%

pensent qu'on n'est jamais assez méfiant.

* Source Credoc 2023

L'indice de confiance aux Petites Cantines en 2023

87%

ressentent de la confiance vis-à-vis des autres convives des Petites Cantines, y compris vis-à-vis de ceux qu'ils ne connaissent pas.

“ Une fois qu'on a pris l'habitude de venir, c'est comme un 2ème chez nous, c'est pour moi, un peu comme une 2ème famille. on se connaît, on sait ce qu'on traverse, donc on peut s'encourager quand les choses sont un peu basses et puis se réjouir quand ça va un petit peu mieux. ”

Christiane, 70 ans, Grenoble

75 %

prennent conscience de certains préjugés et changent de regard/d'opinion.

79 %

osent plus facilement aller vers les autres, et considèrent que le repas est une occasion de lien social.

82 %

ont envie d'accorder plus de temps et plus d'attention à la qualité des relations autour d'eux.



“ Je sais que si besoin je pourrais trouver aux Petites Cantines un soutien, une aide, des guides. ”

Sandrine, 51 ans, Grenoble



22 partenaires locaux mobilisés par les cantines sur le terrain

Acteurs médico-sociaux, acteurs de l'alimentation durable, acteurs de la transition

3.

Confiance en l'avenir :
le courage de relever le pari ?

15 %

déclarent avoir trouvé un emploi ou créé leur structure (entreprise, association) grâce aux Petites Cantines*.

31 %

ont réussi à se lancer dans un autre projet collectif en cantine ou hors cantine.

92 %

découvrent en cantine d'autres acteurs intéressants.

103

ateliers par an pour prendre soin de soi, des autres et de la planète.

81 %

ont davantage envie de passer à l'action pour contribuer à construire une société plus conforme à leurs valeurs.

→ Passer à l'action dans de petites choses et ouvrir le champ des possibles



“ Aux Petites Cantines, la confiance se voit dans la façon dont les gens se parlent, se regardent, avec aisance. ”

Marcel, 76 ans, Grenoble

*Pour réduire le risque d'erreur d'interprétation, nous n'avons conservé que les réponses indiquant "Tout à fait d'accord" et n'avons pas pris en compte les réponses indiquant "Plutôt d'accord"



95%

des convives considèrent que les Petites Cantines contribuent à expérimenter, transmettre et faire grandir les relations de confiance au sein de la société.

Un taux croissant en fonction de la fréquentation : 82 % pour les convives qui viennent moins d'une fois par an, 93 % pour les convives qui viennent au moins une fois par semaine

98%

recommandent volontiers à leurs amis de venir aux Petites Cantines.

97%

aimeraient que d'autres Petites Cantines voient le jour.

91%

ont le sentiment de vivre une solution qui propose un autre regard sur le lien social et qui est un bon remède contre la solitude subie.

“Aux Petites Cantines on s'apporte ne serait-ce que cette bienveillance, cette gentillesse, on s'apporte beaucoup.”

Christiane, 70 ans, Grenoble



91%

considèrent que le prix libre est un outil fiable pour démocratiser l'accès à une alimentation saine et de qualité pour tous.

“Le prix libre permet à tout le monde de venir. Pas de différence, pas de critères, tout le monde peut venir et si à tout hasard vraiment, la personne a vraiment pas les moyens, on peut-on peut payer le repas à cette personne. Y a toujours des solutions.”

Henri, 63 ans, Grenoble

90%

ont davantage conscience qu'un autre modèle de société est possible, et de pouvoir changer les choses, seul.e ou en collectif.



71%

ont envie de se relier aux autres et se sentent acteurs du lien social dans leur quartier.

On note une forte disparité selon les tranches d'âges allant de 86 % pour les 25-34 ans à 50 % pour les 18-25 ans et pour les plus de 65 ans.

18

acteurs par an testent l'offre entreprise

Cette ressource permet de compléter les revenus issus du prix libre.



Les pistes de travail

Besoin identifié	Piste de travail suggérée
Augmenter la part de l'alimentation durable (aujourd'hui : 35%, vs 55% pour le réseau).	Objectif : augmenter cette part, à 50 % sur 1 an.
Continuer le développement de la collectes d'invendus (lancé en juin 2023).	• Continuer à tester le partenariat avec Leclerc. Lancement d'un test avec Episol. • Voir avec d'autres partenaires si on peut recevoir des aliments durables (cf objectif 1).
Valoriser et fidéliser les partenariats existants.	Les impliquer dans des événements, les valoriser (réseaux sociaux, ou par affichage en cantine...).
Continuer à accueillir les stagiaires dans des conditions satisfaisantes.	Privilégier si possible les stages longue durée.
Continuer et diversifier les ateliers et animations, les valoriser et les communiquer. Les chiffres actuels (env 1/Sem) montrent une augmentation de l'activité.	Roulement d'ateliers réguliers (ex: fresque du climat).
Continuer à viser 1 à 2 privatisations par mois sur l'année.	• Communication pour rechercher de nouveaux partenaires, campagnes, viser les groupements d'entreprise (Rotary, CJD, ...). • Faire connaitre (reseaux sociaux, radio, ...). • Solliciter étudiants de GEM dans cadre de leur projet.

Maintenir le nombre de services classiques existants et en expérimenter d'autres en fonction des capacités.	• Consolider l'expérience du dimanche en ayant des Maîtres ou Maîtresses de maison d'un jour. • Expérimenter un service en soirée le jeudi. • S'associer à des événements le soir.
Les chiffres montrent un bon niveau de qualité relationnelle. Des tensions apparaissent au quotidien qui nécessitent d'y travailler.	• Réfléchir au meilleur format pédagogique pour accompagner des pratiques de bienveillance dans la durée.(le format atelier est il efficace et adapté ?). • Point d'appui : la diversité des convives plait !
On a un bon socle d'habitues revenant quotidiennement. Néanmoins cela questionne sur leur capacité à sortir ailleurs qu'aux LPC, et à être réellement accueillant pour d'autres personnes.	• Comment trouver un juste équilibre entre présence quotidienne d'habitues et inclusion de nouveaux convives ?
Education à l'alimentation durable : 1/5 des convives ont changé leurs habitudes alimentaires contre 1/2 au niveau national.	• Réfléchir à une manière de sensibiliser à l'alimentation durable (ex : fresque de l'alimentation). • Communiquer lors des repas ou des événements.
Les convives ont confiance en l'idée du prix libre.	• Travailler sur le prix "libre et conscient"... l'idée n'est pas de donner que ce qu'on veut.. Education à long terme.

Et demain ?



Pour changer collectivement de regard sur la lutte contre la solitude et réactiver le muscle de la confiance, le besoin social en France est de plus de 500 restaurants participatifs. Les Petites Cantines ne pourront pas y répondre seules.

Ce que nous pouvons faire en revanche, c'est continuer à approfondir la qualité de notre impact, transmettre notre savoir-faire à d'autres organisations et favoriser l'émergence, en France et en Europe, d'autres réseaux de restaurants participatifs, qui viseront le même objectif mais avec des couleurs et des périmètres géographiques différents. Avec eux nous pourrions interagir, et continuer à progresser.

Pour voir émerger une longue série de villes françaises - et pourquoi pas européennes - maillées de restaurants participatifs, capables de transformer à la fois ce que nous sommes et les histoires que nous nous racontons.



Les partenaires

> Nos grands partenaires



> Nos partenaires institutionnels



> Nos partenaires nationaux



> Nos partenaires locaux



Conclusion

Les résultats sont plutôt bons, proches du réseau, malgré l'ouverture récente.

L'ADN des relations de qualité est bien présent.

Des axes de travail sont proposés par rapport à l'alimentation durable.

Un travail sur la qualité relationnelle nous semble également nécessaire bien que n'apparaissant pas dans les résultats de l'enquête.

Merci à tous



Miki Rohu
Administratrice



Laure David
Porteuse du projet

Eponine Sauze
Service Civique

Anaïs Reboullet
Service Civique



Les convives



Julia Goutagny
Responsable de Cantine



Joana Escobert-Selga
Responsable de Cantine



Marie-Hélène Bret
Administratrice



Gregory D'hahan
Administrateur



grenoble.lespetitescantines.org

1 rue Marius Gontard – 38000 Grenoble
contact@lespetitescantines.org

Association Loi 1901