



Pour une alimentation saine & durable pour tous



Répondre au défi de l'insécurité alimentaire

Aujourd'hui en France, 8 millions de personnes sont en situation de précarité alimentaire. Les études sur l'alimentation de ces personnes en situation d'insécurité alimentaire montrent un lien entre la faiblesse des revenus et la qualité nutritionnelle de l'alimentation et, par conséquent, des répercussions néfastes sur la santé (carences en fruits et légumes, pain complet et produits de la mer). De plus, des freins supplémentaires peuvent limiter l'accès à une alimentation saine et diversifiée (habitudes alimentaires, mésestime de soi, méconnaissance des bases nutritionnelles...).



Le Réseau Cocagne a mis en place les Paniers Solidaires pour répondre aux enjeux suivants :

- Donner accès à des **légumes frais et diversifiés de qualité** pour tous
- Proposer une aide alimentaire dans un **cadre digne** (panier payant, à retirer au même titre que tout adhérent à un Panier Cocagne)
- **Favoriser l'autonomie alimentaire** au travers d'actions d'échanges en matière d'alimentation (cuisine, préparation, conservation) en associant le rite culinaire au plaisir, au bien-être et à la convivialité.
Cet accompagnement alimentaire est réalisé par des professionnels de la nutrition et de l'insertion socioprofessionnelle (CESF, diététiciens, animatrices en alimentation durable etc.).

« *Le Panier Cocagne, c'est essentiel, parce que l'aide alimentaire, ça dépanne, mais ce sont des pâtes, des conserves, il n'y a pas de légumes.* » **Daniel, bénéficiaire**

L'impact des paniers solidaires

40% des bénéficiaires ont déjà eu accès à une aide alimentaire d'urgence

1- Un impact sur les pratiques alimentaires

Une progression nette de la consommation journalière de légumes frais (66% vs 45%)
85% accordent plus d'importance au fait de manger des produits de saison

2- Un accès à la dignité

Un panier comme les autres pour lequel ils participent financièrement. Un panier avec des légumes de qualité qui réintroduit la notion de plaisir. Il ne s'agit pas des restes, des produits dont personne ne veut.

3- Intégrateur social et rupture avec des situations de solitude

Du lien social lors de la récupération des paniers et lors des actions d'échange autour de la cuisine. Les temps de repas sont davantage conçus comme des moments de plaisir, de partage et de sociabilité (31% déclarent inviter plus)

Résultats issus de l'étude d'impact menée par l'Agence Phare et publiée en octobre 2018



Les Paniers Solidaires en Haute-Garonne

L'association Cocagne Alimen'Terre, fondée en 2019, **porte les actions sociales et citoyennes des 3 Jardins de Cocagne en Haute-Garonne**. Son but est de **faciliter l'accès de tous à une alimentation de qualité** (prioritairement bio) locale et de saison et de **développer du lien social et du pouvoir d'agir**.

Les partenaires nationaux





Les Paniers solidaires en Haute-Garonne



Cocagne Haute-Garonne est engagé dans le dispositif Paniers Solidaires du Réseau Cocagne depuis sa création en 2010. **Afin d'aller encore plus loin**, Cocagne Haute-Garonne a créé en 2019 l'association Cocagne Alimen'Terre afin de porter l'ensemble des actions sociales et militantes du groupement et d'amplifier ses actions en Haute-Garonne.

En 2020, nos 3 jardins ont distribué près de 5 300 paniers solidaires sur l'ensemble du département à des personnes en situation de précarité : salariés en insertion, familles suivies par les centres sociaux, les épiceries sociales et solidaires ou par les associations caritatives, ...



Notre ambition dès 2021 : tripler le nombre de paniers solidaires et toucher ainsi 400 foyers chaque semaine

Les Paniers solidaires : comment ça marche ?

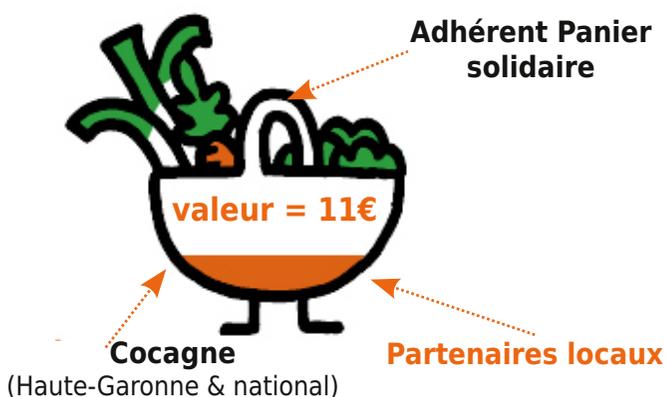


Des légumes bio, en panier ou en vrac, livrés à des foyers en situation de précarité à tarif solidaire



Des ateliers cuisine et petit jardinage vivrier permettant d'accompagner les familles vers de nouveaux comportements alimentaires

Un financement tripartite



Qui peut bénéficier des paniers solidaires ?

Les personnes accompagnées par des structures sociales partenaires qui valident leur éligibilité au dispositif : structures d'insertion, centres sociaux, associations caritatives, épiceries sociales et solidaires, centres d'hébergement, ...

Coordination Haute-Garonne

Amandine MONTEIL

alimen-terre@cocagnehaute-garonne.org

Nos partenaires Haute-Garonne



Vous aussi, devenez partenaire du programme Paniers Solidaires en Haute-Garonne et contribuez à son déploiement :

- en co-finançant des paniers
- en orientant du public
- en participant à la construction d'actions collectives pour une alimentation saine pour tous