



Artisans d'émancipation par l'alimentation

<https://cocagne-alimenterre.org/>



Ensemble,
cultivons la solidarité



Edito

Cinq ans, ça se fête !

Malgré l'inquiétante année qui déroule son fil de nouvelles parfois affligeantes, notre détermination à agir pour la solidarité et un accès digne et convivial à l'alimentation n'en est que renforcée.

Nous célébrons notre cinquième anniversaire avec enthousiasme, la preuve en image, malgré le froid de janvier notre joyeux collectif : salarié.e.s, partenaires et bénévoles, a partagé un super moment lors de notre rencontre autour de la Galette (aux légumineuses :) et d'idées pour poursuivre notre aventure.



Rejoignez notre équipe de bénévoles
Adhérez à Cocagne Alimen'Terre

Quelques adhérents paniers de notre partenaire Partage Pradettes témoignent de l'impact social de nos coopérations

Dame en couple avec enfants, bénéficiant d'un panier à tarif solidaire

« J'ai connu les paniers via une amie. Vraiment c'est génial, c'est bio, pratique à récupérer à proximité (j'ai plusieurs enfants dont un en situation de handicap). C'est bien pour apprendre à manger des légumes, on adore ça. Même mon mari qui n'aimait pas les légumes, il adore maintenant. Je fais la photo du légume quand il n'est pas connu et avec mes enfants on cherche ensemble sur internet. »

Monsieur en couple avec enfants, achetant un panier à tarif classique

« Ça n'a rien à voir avec les légumes congelés. Le fait que ce soit de saison nous force à sortir de notre zone de confort.. J'ai l'impression d'être de

nouveau un enfant... J'y adhère depuis 2 ans, car ce sont des produits bio, locaux. C'est hyper important pour des raisons écologiques. J'aime beaucoup animations, les idées de recette sont toutes bien. »

(*) Nos partenaires adhérents : Afidel, AlimEco, Alliance & Cultures Nord, Anges Jardins, Centre social Bagatelle ASSQOT, Emmaüs Toulouse, FairEco, GESMIP, Graines d'Avenir Comminges-Pyrénées, Jardins du Comminges, Jardins du Girou, Jardins du Ricotier, Jardins du Volvestre, La Chouette Coop, Le Pavé, Les Zéroïnes, Ligne Rouge (Place Commune), Main Tendue, Rebonds!, Secours Catholique Ariège-Garonne, Secours Populaire Français Castanet, VRAC Toulouse Métropole

Vie de l'association

Partage de compétences



Depuis quelques mois, nos lundis après-midi sont consacrés à des temps d'échanges et de formation de l'équipe sur des thématiques reliées à l'activité de Cocagne Alimen'Terre. Les objectifs de ces moments de réflexion collective : l'appropriation de différentes techniques culinaires (modes de cuisson, lactofermentation...), la définition commune de la posture d'animation et la prise en main de jeux de sensibilisation aux enjeux de la transition alimentaire. Ces temps sont animés par l'équipe encadrante, par des partenaires ou par des bénévoles.

Aldjia, une super bénévole qui a à cœur de transmettre



"Je suis Aldjia BEKHTAOUI, ingénieure en agronomie, et j'ai acquis une expérience solide dans l'enseignement depuis 2002. Fondatrice et gérante d'une école privée, j'y enseigne plusieurs spécialités en agriculture. Passionnée par la nutrition, j'approfondi continuellement mes connaissances dans ces domaines à travers des études spécifiques. Depuis novembre 2023, je suis bénévole au sein de l'association Cocagne alimentaire, où je participe aux ateliers de cuisine et donne des cours de français à un salarié originaire du Yémen.

Microbiote et alicaments

Récemment Adjia, a également animé une formation pour l'équipe d'animation de Cocagne Alimen'Terre sur le lien entre santé et alimentation. Cela concernait l'importance de préventivement prendre soin de notre microbiote grâce à une nourriture naturelle et de qualité même avec un petit budget. Des notions essentielles à essayer lors de nos animations auprès du public.



Coté emploi

Séverine renoue avec son projet d'artiste



"Mon passage chez Cocagne m'a positivement bousculée. Accueillie telle que je suis, j'y ai beaucoup appris sur moi même au contact des autres, repris confiance en mes capacités de m'adapter à une équipe et y apporter mes contributions. A travers la posture d'animatrice j'ai eu plaisir à créer du lien social. Le fait d'être pour un moment soulagée de la problématique financière m'a permis de me re-pencher sur ma santé et sur mon projet professionnel de clown-comédienne. Ce que je vivais au sein de Cocagne m'a permis de me sentir plus forte pour m'autoriser à ne plus hésiter et à me lancer dans cette voie.

En résumé, mes 9 mois chez Cocagne ont été une aventure aussi étrange que bénéfique."

Animations

Un impressionnant réseau d'entraide se tisse quartier Bonnefoy



Depuis juin 2023, Cocagne Alimen'Terre intervient dans le quartier Bonnefoy à Toulouse à l'occasion de nombreuses animations autour de l'alimentation durable. Ces animations ont été initiées à Place Commune, lieu éphémère avec vocation de mixité sociale.

Nos animations ont été réalisées auprès de publics très variés, orientés par une quinzaine de partenaires différents : ARPADE, Caritas, Centre social Raymond IV, DDAEOMI, France Horizon, La Casela, La Cloche, Ligne Rouge, Linkee, MES Occitanie, MDS Centre, Saveurs d'Exil, UFCV....

Ces animations ont permis de connaître et renforcer le maillage associatif de ce quartier et de créer de nouvelles coopérations, comme avec l'épicerie coopérative de la Chouette Coop.

Avec la MDS de Bouloc, on cuisine et on visite les jardins du Ricotier



"Depuis 2022 notre collaboration avec CAT est croissante grâce de multiples actions : ateliers lors d'évènements tels que Cuisinons Ensemble ou Faites des Fourchettes Solidaires, approvisionnement de paniers solidaires, séances de formation auprès des agents de plusieurs MDS du Nord Toulousain spécialisés de l'enfance à la personne âgée, de nombreuses animations autour de cuisine nourricière et du budget alimentation... A travers le Collectif Alimentaire PAYS TOLOSAN dont les 2 axes opérationnels prioritaires sont d'agir sur la distribution et de rendre visible l'enjeu accessibilité sur le territoire, l'équipe de la MDS de BOULOC souhaite renforcer le partenariat avec Cocagne Alimen'terre. Nous travaillons le développement de la vente de paniers solidaires avec le CCAS de BOULOC, les animations autour de l'alimentation durant les ateliers, et la prochaine visite aux Jardins Cocagne du Ricotier de Fenouillet en juin 2025. Nous envisageons la remobilisation des personnes en situation de précarité via une rencontre avec les travailleurs sociaux des MDS dans le but d'orienter ces publics vers les jardins, en tant que consommateur et/ou travailleur en chantier d'insertion... Merci encore à Cocagne Alimen'Terre pour tout le travail de partenariat et l'enthousiasme à mener de nombreuses autres actions ensemble."

Christine MALATERRE
Conseillère en Économie Sociale Familiale
CONSEIL DEPARTEMENTAL HAUTE GARONNE

Agenda et Recettes



Retrouvez nos actions citoyennes, ateliers, événements, formations...

Redécouvrez les légumes de saison et recettes réalisables rapidement à petit budget.

Animations

Recettes

**Envie de soutenir nos actions ?
De contribuer à l'emploi, au développement durable
et au financement des paniers solidaires...**

**Abonnez vous ou vos proches à un panier Cocagne
Paniers, [ici](#)**

**Faites un don à notre association
Don, [ici](#)**

Parlez de nous, partagez cette newsletter, merci!

COCAGNE ALIMEN'TERRE

1, rue de valenciennes - 31000
Toulouse
alimen-terrecocagnehautegegaronne.org



Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}. Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Cocagne Haute Garonne.

[Se désinscrire](#)

