



La route des

ÉPICERIES

Retrouvez-nous sur le Web
www.epiceries-solidaires.org

Publication réalisée grâce au soutien de la DGAS (Ministère de la Ville, du Logement et de la Lutte contre l'exclusion)

Janvier 2009 n°7

Toute l'info du réseau des épiceries solidaires



FOCUS SUR UNE ÉPICÉRIE SOLIDAIRE

**L'Épicerie Solidaire du canton de Formerie :
un groupe de parole pour parents d'adolescent : comprendre pour dialoguer.**



« Gérer la séparation avec ses enfants qui grandissent ». C'est autour de pauses-café informelles, en étant à l'écoute des discussions des bénéficiaires de l'Épicerie Solidaire de ce canton rural de l'Oise, que l'équipe encadrante a permis à ce type de questionnement fort de surgir. Non pas proposer mais accueillir ce qui se dit et permettre d'aller plus loin grâce à des outils qui vont libérer la parole.

Le groupe de parole qui est né de cette démarche, permet à 12 mamans de se retrouver tous les 15 jours pendant 4 mois, accompagnées de Claudine Kubler-Cherrière, coordinatrice des animations au Centre Social, et d'une intervenante extérieure, Isabelle Lebas-Colomb conseillère conjugale de l'Association Pour le Couple et l'Enfant.

Pour faciliter la prise de parole (mais chacun reste libre de s'exprimer ou pas), le jeu « À chacun son chez soi » est utilisé, symbolisant les pièces d'une maison, et prétexte à partager une expérience vécue avec son ado. L'idée est qu'une discussion puisse s'engager pour trouver collectivement des réponses aux questions des uns ou des autres.

Et elles sont nombreuses pour les parents face à

leurs adolescents : comment « renoncer à sa toute puissance, à la surprotection », « réussir à mettre de la séparation dans la relation » avec le jeune de façon sereine. « Comment mettre des cadres, savoir dire non et à quel moment ». Mais aussi des problématiques plus difficiles, face à la maladie, le chômage ou une séparation. Des questions pratiques également sur l'encadrement de l'usage des consoles vidéo, accès internet, du téléphone portable.

Le groupe de parole aide à relativiser : on n'est plus seul avec ses problèmes. À rassurer et retrouver confiance grâce à ce « moment pour penser à soi ». À trouver un positionnement pour s'exprimer et dialoguer autrement avec son ado. Tous ont pu témoigner d'un changement dans les relations en famille, de la confiance nouvelle en ce qu'on fait avec ses enfants.

Dans les Épiceries Solidaires, il est souvent proposé des ateliers cuisine pour favoriser le plaisir de manger en famille. Mais il est plus difficile de trouver l'envie de cuisiner pour ses enfants quand les relations avec eux sont tendues. Dans ce sens, un groupe de parole tel que celui proposé à Formerie, par la libération psychologique qui s'y opère, va permettre un travail en profondeur, facilitant ainsi l'ancrage des autres activités.

> suite page 2

DANS CE NUMÉRO

- L'Épicerie Solidaire du Canton de Formerie **p1**
- Le programme expérimental d'approvisionnement des Épiceries Solidaires 2008 **p2**
- Des nouvelles du Potager de Marianne, côté insertion **p2**
- L'équipe s'agrandit **p3**
- La recette innovation de notre diététicienne **p3**
- Le calendrier « tous à table » 2009 **p3**
- SIAL 2008 **p4**
- Chaîne du froid et règles d'hygiène **p5**
- Les vœux de notre président **p6**
- Soleils d'Outre-mer **p6**
- Du côté des épiceries **p6**



À l'issue des 4 mois initialement prévus, l'atelier avec l'A.P.C.E. a continué sans support jeu. Dans ce groupe soudé, chacune a trouvé sa place, et osé s'exprimer dans le respect et la confidentialité, qui permettent le partage des secrets lourds parfois, en toute confiance. Le support du jeu, facilitateur de la prise de parole des débuts, n'a plus lieu d'être, chacune échange sur un événement qui s'est déroulé pendant la quinzaine.

L'épicerie a démarré un nouveau groupe de parole pour d'autres bénéficiaires dont un papa cette fois. Mais la plupart des questions abordées sont finalement celles de tout parent d'adolescent, quel que soit son statut social. Aussi le Centre Social envisage d'ouvrir ce type de groupe à des participants hors épicerie, lui permettant ainsi de devenir un lieu de mixité sociale.

*Les supports pédagogiques utilisés :
le jeu « À chacun son chez soi »,
le livre « Contes à guérir, contes à grandir » de
Jacques Salomé.*

L'épicerie solidaire est portée par le Centre Social Rural du canton de Formerie. Elle a ouvert ses portes en 2006 et accueille sur 3 demi-journées par semaine 90 familles à l'année.

➤ **Si vous voulez rejoindre l'épicerie :**
vous pouvez contacter sa responsable
Linda Lannoy.
Centre Social Rural - Épicerie Solidaire
3 rue de la Paix - 60220 Formerie
Tél : 03 44 04 00 62
courriel : csr-formerie@wanadoo.fr

Le programme expérimental d'approvisionnement des Épiceries Solidaires 2008 : 1 million d'euros pour les bénéficiaires du réseau A.N.D.E.S.

Grâce à un financement exceptionnel de la DGAS, l'A.N.D.E.S. a lancé un « programme expérimental d'approvisionnement des épiceries », destiné à fournir en denrées alimentaires les Épiceries Solidaires adhérentes au réseau. Une enveloppe budgétaire de 1 million d'euros, issue du PNAA, a été dégagée par l'État pour cette première année 2008.

Pour réaliser ce programme, l'A.N.D.E.S. s'est appuyée sur le savoir-faire des acteurs de la grande distribution en matière d'approvisionnement via un partenariat avec les 2 enseignes Carrefour et Champion. L'engagement de ces enseignes à ne pas faire de marge sur les produits achetés par les Épiceries Solidaires a ainsi pu accroître la dotation distribuée.

Depuis le mois d'octobre, les épiceries concernées reçoivent une enveloppe financière proportionnelle au nombre de leurs clients/bénéficiaires, soit environ 100 € par foyer à l'année. Cette enveloppe leur permet de s'approvisionner en produits* selon 3 modes :

- **bons d'achats** avec l'enseigne Carrefour,
- **ventes à termes** mises en place avec l'enseigne Champion,
- **chèques d'achats** à destination de circuits courts (enseignes ou producteurs locaux).

Ce troisième type d'approvisionnement, en favorisant les circuits logistiques, s'inscrit dans une démarche de développement durable souhaitée par l'A.N.D.E.S.

Le montant de la revente des produits par l'épicerie est fixé à hauteur de 20 % maximum du prix marchand, lui permettant ainsi de réutiliser ces fonds pour l'achat d'autres produits, comme des produits d'hygiène par exemple.

**S'inscrivant dans le programme PNAA, notre diététicienne a référencé 150 produits conformes à un cahier des charges nutritionnel comportant des marques nationales et « distributeurs ».*

Des nouvelles du Potager de Marianne, côté insertion

Pour l'année 2008 sur le chantier d'insertion, nous aurons accompagné 20 personnes dans leur parcours de retour à l'emploi. Nous avons eu :

- 2 sorties en CDI sur du plein temps.
- Une sortie en CDI sur du temps partiel.
- Une sortie en CDD suivi d'un CDI.
- Une sortie en contrat d'apprentissage.
- 2 sorties en formation qualifiante.
- Un autre salarié en insertion est en période d'essai pour un poste en CDI.

Le contexte n'est pas des plus favorables et les offres d'emploi sont de moins en moins nombreuses à l'ANPE. Nous nous appliquons donc à démarcher les entreprises du MIN de Rungis. Nous trouvons un accueil positif de la part des employeurs qui apprécient le fait que nous puissions leur présenter des candidats que nous connaissons. Ils considèrent également comme très aidant le fait que la mise en relation soit gratuite. Nous représentons ainsi un mode de recrutement très avantageux par rapport à l'ANPE et aux agences de travail intérimaire. Nous souhaitons accroître notre réseau d'employeurs partenaires sur le marché de Rungis et en dehors, et nous espérons autant de réussite pour l'année 2009.

➤ **Pour tous renseignements sur le programme expérimental d'approvisionnement ou pour un achat de jouets,** vous pouvez contacter par mail Delphine Duprat, responsable du pôle logistique A.N.D.E.S. :
delphine.duprat@epiceries-solidaires.org



Le pôle logistique s'agrandit :

Titulaire d'un diplôme universitaire de technologie en Gestion des Entreprises et Administration « option logistique », Ladislav HUGON de SCOEU, est venu début septembre rejoindre notre responsable logistique pour l'assister dans la mise en place du programme expérimental d'approvisionnement. Il suit également la gestion de l'entrepôt logistique du Potager de Marianne, à Rungis.

Le calendrier « tous à table » 2009

L'ANIA et la Direction Générale de l'Action Sociale viennent d'éditer dans le cadre du Programme Alimentation et Insertion (PAI) leur calendrier de recettes 2009. Pour cette année, un jeu-concours avait été organisé auprès des bénévoles et usagers des structures d'aide alimentaire pour proposer leurs recettes. L'épicerie solidaire « Au marché comté » (01) et l'épicerie sociale « la passerelle » (33) ont été primées.

Pour recevoir ces calendriers, vous pouvez vous adresser à la DDAS de votre département ou à l'animateur réseau A.N.D.E.S de votre région qui vous l'apportera lors de sa prochaine visite ou demander son envoi (à vos frais) auprès de l'équipe de Paris.



La recette Innovation du SIAL,

par Cécile
Bouillot



Pour 30 verrines dégustation

- 750 g de carottes fraîches,
- 3 x 130 g de carottes en conserve,
- 3 oranges,
- les zestes de 2 citrons verts,
- 2 paquets de petits beurre,
- 60 cl de crème liquide entière,
- 100 g de sucre semoule,
- cannelle en poudre.

Placer quelques minutes au congélateur un saladier ainsi que les fouets du batteur électrique. Verser la crème très froide dans le saladier et la monter au batteur. Égoutter les carottes en conserve et rincer. Les déposer sur un papier absorbant pour éliminer un maximum d'eau. Les réduire en purée. Incorporer cette purée délicatement à la crème montée. Sucrez. Au besoin, redonner un coup de batteur à la préparation pour l'homogénéiser.

Peler les carottes fraîches, les rincer sous l'eau. Les couper en rondelles. Dans un autocuiseur, placer les carottes dans le panier vapeur au dessus d'un fond d'eau. Les cuire 15 min à partir de la rotation de la soupape. Les mixer en purée.

Laisser refroidir. Presser les oranges. Parfumer la purée de carottes fraîches de jus d'orange et de cannelle. Sucrez. Goûtez.

Dressage

Déposer dans chaque verrine un peu de purée de carottes fraîches à l'orange.

Émietter dessus grossièrement un petit beurre et napper d'un nuage de chantilly.

Décorer de quelques zestes de citron vert.

En participant au SIAL 2008, l'équipe de l'A.N.D.E.S. désire affirmer sa position d'interface entre son réseau, à qui elle souhaite proposer une plus grande variété de produits agro-alimentaires, et les industriels, qui recherchent de nouvelles possibilités de distribution. Un approvisionnement en produits du commerce équitable a d'ors et déjà pu être mis en place pour les épiceries d'Ile-de-France et du Poitou..

Ce Salon a été l'occasion de la venue sur notre stand de Michel Barnier, Ministre de l'Agriculture et de la Pêche, qui a réaffirmé son soutien à la duplication du Potager de Marianne dans le Sud de la France.

La journée consacrée à l'accessibilité aux Fruits et Légumes a vu le lancement du projet de réhabiliter la consommation des Légumes en partenariat avec UNILET, APRIFEL, et le Sens du Goût, grâce à un atelier des chefs « la carotte dans tous ses états » à la Cuisine du SIAL, auquel ont pu participer des bénévoles d'Épiceries Solidaires, accompagnés de Cécile Bouillot, diététicienne à l'A.N.D.E.S.

L'objectif de ce projet atelier/formation à destination des bénévoles et salariés des épiceries, est de transmettre aux bénéficiaires une culture culinaire via les légumes, en valorisant les aspects positifs de modèles ne générant pas de déséquilibres alimentaires, et en tissant un réel échange pour nouer ou renouer avec le désir de cuisiner des légumes. La première phase de l'opération ciblera une vingtaine d'épiceries en Ile-de-France.

De gauche à droite : Michel Barnier, Ministre de l'Agriculture et de la Pêche, Jérôme Bonaldi, Président de l'A.N.D.E.S et Jean-Bernard Bonduelle, Vice-Président d'UNILET.



Les partenaires



L'atelier cuisine

A l'issue de cette étape, les outils seront « optimisés » et commencera l'élaboration du « kit de formation ». Sorte de « do it yourself », ce kit sera proposé à l'ensemble des structures et associations de l'aide alimentaire en France, désireuses de concevoir et proposer des ateliers aux populations qu'elles accueillent. L'ensemble du projet est co-financé par le Ministère de l'Agriculture et de la Pêche, INTERFEL, UNILET et VINIFLHOR.

L'équipe s'agrandit :

- > Anabela Goncalvès, assistante de direction
De formation photographe et dotée d'une expérience sociale dans le logement, elle coordonne l'ensemble des moyens généraux de l'association.
- > Guillaume Géroni, animateur réseau Nord-Pas de Calais / Picardie / Champagne-Ardenne / Haute-Normandie / Lorraine / Alsace
Titulaire d'un diplôme de diététicien, il est le référent pour les épiceries de cette région et est à leur disposition pour toutes leurs questions.
- > Claire Salomon, responsable de pôle animation - France Nord
Titulaire d'un diplôme de Conseillère en Économie Sociale et Familiale, elle est référente pour tous les sujets de ce pôle ainsi que pour les études de création d'épiceries sociales ou solidaires et les expertises-conseil pour le secteur France Nord. Elle est également référente A.N.D.E.S. pour les épiceries des régions Pays de Loire, Bretagne et Basse-Normandie.



Guillaume



Anabela



Claire

> Chaîne du froid et règles d'hygiène

La législation impose à toutes les entreprises du secteur alimentaire de veiller au respect de la chaîne du froid et ce, à toutes les étapes de la production, transformation et distribution des denrées alimentaires qui sont sous leur responsabilité. Elle s'applique donc aux épiceries sociales et solidaires, pour les produits alimentaires dont elles ont la charge, de l'achat jusqu'à la vente en passant par le stockage.

Le maintien à basse température d'aliments réfrigérés permet d'une part de ralentir la croissance des micro-organismes et ainsi de limiter la survenue de toxi-infections alimentaires ; et d'autre part de conserver les qualités nutritionnelles des aliments. L'efficacité de la chaîne du froid dépend de la température de réfrigération mais également du maintien de celle-ci à un niveau homogène. Le froid ne détruit pas les micro-organismes, il ne fait que ralentir ou bloquer leurs croissances. À chaque fois qu'il y a rupture de la chaîne du froid, les micro-organismes se multiplient à nouveau.

Les denrées mentionnées ci-après doivent être maintenues jusqu'à leur remise au consommateur aux températures ci-dessous (Arrêté du 9 mai 1995 réglementant l'hygiène des aliments remis directement au consommateur - JORF du 16/05/95) :

> **Sur glace fondante (0 °C à + 2 °C) :** poissons, crustacés, mollusques autres que vivants.

> **+ 4 °C maximum :** tout aliment très périssable et dont l'absence de maîtrise de la température pendant une courte période peut présenter un risque microbien pour le consommateur, tel que :

- denrées animales ou végétales cuites ou précuites, prêtes à l'emploi, non stables à température ambiante,
- préparations froides non stables à base de denrées animales, notamment les viandes froides, les pâtes farcies, les sandwiches, les salades composées et les fonds de sauce,
- produits transformés non stables à base de viande,
- abats, volailles, lapins ; découpes de viandes,
- produits de la pêche fumés ou saumurés non stables,
- préparations non stables à base de crème ou d'œuf (pâtisseries à la crème, crèmes pâtisseries, entremets),
- lait cru, produits frais au lait cru, crème Chantilly non stable ; fromages découpés ou râpés préemballés,
- végétaux crus prédécoupés et leurs préparations ; jus de fruits ou de légumes crus de pH supérieur à 4,5,
- produits décongelés,
- produits non stables en distributeur automatique.

> **+ 8 °C maximum :** tout aliment périssable et dont l'absence de maîtrise de la température peut générer un risque microbien pour le consommateur moins immédiat, tel que :

- produits laitiers frais autres que les laits pasteurisés, desserts lactés ;
- beurres et matières grasses ;
- desserts non stables à base de substituts du lait ;
- produits stables à base de viande tranchée.



> **- 18 °C :** glaces, crèmes glacées, sorbets et tout aliment surgelé conformément aux dispositions du décret du 9 septembre 1964 susvisé.

> **- 12 °C :** tout aliment congelé.

> **Supérieur à + 63 °C :** plats cuisinés livrés chaud au consommateur.

Les réfrigérateurs et congélateurs où sont conservées ces denrées alimentaires doivent faire l'objet d'un nettoyage régulier en respectant le protocole suivant :

- Fréquence : 1 fois par mois et plus si salissures dans le réfrigérateur.
- Produit de nettoyage : produit vaisselle courant.
- Produit de désinfection : eau de javel diluée (1/1000) ou tout autre désinfectant alimentaire homologué.

Protocole de nettoyage :

- Débrancher le réfrigérateur.
- Le vider de son contenu.
- Retirer les clayettes et les bacs.
- Nettoyer toutes les surfaces, les joints et les clayettes à l'aide d'une chiffonnette imprégnée des produits cités ci-dessus et de l'eau tiède.
- Rincer à l'eau claire.
- Puis désinfecter avec de l'eau de Javel diluée pour usage alimentaire : dilution 1 berlingot dans 1 litre d'eau froide, prélever 1 cuillère à soupe et rediluer dans 1 litre d'eau froide.
- Rincer à nouveau à l'eau claire.

2009

Les vœux de notre Président,
Jérôme Bonaldi

“Une belle année deux mille neuve” ;-)

« Parmi les cartes de vœux rigolotes, les SMS amusants, les gags et autres jeux de mots qui émaillent les habituels envois de fin d'année, voici le plus simple et le plus caractéristique de l'époque : bonne année 2010 ! Comme s'il était déjà acquis que 2009 serait horrible et que nous avons tous envie de passer tout de suite à l'année prochaine.

Alors parce qu'il n'y a pas de fatalité, parce que nous sommes tous là pour changer les choses, parce qu'on a plaisir à être ensemble et à partager, parce que nous savons que le plaisir est communicatif, parce que nous avons les pieds dans la gadouille mais la tête dans les étoiles, parce qu'on est réaliste mais qu'on rêve malgré tout de l'impossible, je nous souhaite à tous une bonne année 2009. Une belle année deux mille neuve. »

Ça bouge sous le soleil des DOM-TOM :



Un montage est en cours dans le nord de la Martinique, à Lorrain (972) par la Goutte d'Eau Lorrinoise

Guyane : l'épicerie Ti Degra a ouvert à Cayenne (973)



Du côté des épiceries

- Un dispositif DLA est en cours à Saint-Jean du Gard (30)
- Des épiceries ont ouvert leurs portes à : Toulouse (31), Lattes (34), Gignac (34), Gaillac (81)

De nouveaux projets ou montages d'épiceries solidaires ou sociales sont en cours à : Massily (71), Draguignan (83), Tonnerre (89), Aix-en-Provence (13), Le Châtelet-en-Brie (77), Vernon (27), Ivry-sur-Seine (94), Chevilly-Larue (94)

Petit rappel pour adhérer

- Connectez-vous sur le blog public de l'A.N.D.E.S. à la page suivante : <http://epiceries-solidaires.viabloga.com/news/comment-adherer-a-l-a-n-d-e-s>
- Téléchargez la charte, le questionnaire sur le fonctionnement de votre épicerie et le formulaire d'accord de collecte d'infos
- Remplissez, signez les documents. Joignez le règlement de votre cotisation et renvoyez le tout à l'A.N.D.E.S.



JOURNAL TRIMESTRIEL DISTRIBUÉ GRATUITEMENT

Président de l'A.N.D.E.S. : Jérôme Bonaldi.

Directeur : Guillaume Bapst.

Le conseil d'administration :

11 membres issus d'horizons différents (dont trois responsables d'épiceries, un consultant en politique de la ville, une psychologue, un médecin, un chargé de mission emploi, un agriculteur, une journaliste juridique).

Relations presse :

Marie-Claude Jonquoy-Michalon.

Comité de rédaction :

Jérôme Bonaldi, Guillaume Bapst, Isabelle Clep, Marie Bigot, Guillaume Gérondi, Delphine Duprat, Cécile Bouillot, Véronique Blanchot, Emilie Croguennec.

Nous travaillons également en étroite collaboration avec les salariés et bénévoles des épiceries, des travailleurs sociaux, des élus.

Association Nationale de Développement des Épiceries Solidaires

7, rue de Domrémy - 75013 Paris
Pôle direction : 01 44 24 09 30
Pôle logistique : 01 44 24 05 10
Pôle animation : 01 44 24 09 50
Pôle communication : 06 82 84 75 64
Fax : 01 43 36 11 41
www.epiceries-solidaires.org
Blog : <http://epiceries-solidaires.viabloga.com>
Email : infos@epiceries-solidaires.org