



## L'ALIMENTATION DURABLE COMME OUTIL DE PARTICIPATION SOCIALE ET CULTURELLE

### *Rencontre des Continents*

Le processus éducatif « Maître-Cuisinier » implique un public issu de la diversité sociale et culturelle de la Région de Bruxelles Capitale dans une démarche de questionnement sur nos modèles alimentaires et ses impasses.

En se basant sur l'expérience des participants, l'intention était d'amener les personnes habituellement mise à l'écart des processus de participation et de décision, à mettre en place un autre modèle alimentaire construit collectivement et à communiquer autour d'eux le message et les valeurs de l'alimentation durable.

### CONTEXTE

« Rencontre des Continents » est une association d'éducation à l'environnement et au développement. Leur idéal est « *l'émancipation socioéconomique et culturelle des communautés humaines, dans un monde fondé sur les valeurs de solidarité, d'équité, de convivialité, d'écologie et de respect de la diversité* ». Un idéal que « Rencontre des Continents » vise dans de nombreuses formations et animations, dans la mise en place d'alternative et dans l'aide au renforcement des mouvements sociaux.

L'association organise un important travail en matière de « formation culinaire ». *Cuisiner, c'est savoir composer une assiette propre, équilibrée et juste au niveau social et environnemental*. La cuisine y est perçue comme un outil pédagogique et comme un outil de changement social, dans le but de prendre position et de s'engager face à des questions essentielles comme la santé, le gaspillage, l'environnement, la pollution et le respect des peuples du Sud.

### UN BRIN DE METHODE

La thématique de l'alimentation durable, sans la nommer dans un premier temps, fut le point de départ de rencontres, d'échanges, et d'actions diverses.

« Rencontre des Continents » a réuni plusieurs associations actives dans le domaine socio-culturel pour collaborer sur ce projet : Le Hall des Sports du quartier Heyvaert, à Molenbeek ; Le GAFFI et les Amis d'Alladin Asbl, à Schaerbeek ; La Cactus et l'UFLED, à Anderlecht ; Formation Insertion Jeunes (F.I.J.), à Saint Gilles ; Logement et Harmonie Sociale, à Etterbeek ; Le CPAS de Bruxelles-Ville ; L'espace Senghor, à Etterbeek

Le processus éducatif s'est construit autour de quatre grands moments :

- « Rencontre autour de l'Alimentation » : plusieurs mois de partage des savoirs et des savoir-faire autour de l'alimentation. Lors de ces rencontres, les participants échangeaient leurs connaissances et leurs pratiques, ce qui a permis d'identifier les



représentations, les souhaits, les attentes et les craintes.

- « Mise en commun » : journée lors de laquelle les participants des différentes associations se sont réunis pour échanger sur des thématiques diverses, telles que le travail, la diversité culturelle, l'accès à l'information. Les participants ont pris conscience du mouvement collectif dans lequel ils prenaient part activement.
- Un cycle de formation a été proposé aux participants désireux de poursuivre l'expérience. Neuf journées de formation ont été organisées, alliant théorie (animation diverses), pratique (ateliers culinaires) et découverte d'alternatives (visites à l'extérieur).
- Au sein de chaque structure partenaire, un suivi a été organisé pour l'accompagnement dans la mise en œuvre d'actions en matière d'alimentation durable.



*Atelier culinaire proposé lors du cycle de formation*



*Visite proposée lors du cycle de formations*

## REALISATIONS

Un des points forts du processus « Maîtres-Cuisiniers » est de considérer les participants comme des acteurs du changement. Ils sont les « ambassadeurs de l'alimentation durable ». Par leurs acquis, ils sensibilisent leur entourage à une alimentation respectueuse de l'environnement et de l'humain.

Cette expérience a donné l'envie à de nombreux participants de développer des projets autour de l'alimentation durable. Dorénavant, les femmes du GAFFI (Groupe d'Animation et de Formation pour Femmes Immigrées) organisent 2 fois par mois une table d'hôte pour le personnel du GAFFI et les élèves inscrites en insertion socio-professionnelle.

Parallèlement à cela, « Rencontre des Continents » a réalisé un manuel à destination des animateurs, des éducateurs et des formateurs afin de partager son expérience, et surtout de donner les outils indispensables à la réalisation de processus éducatifs similaires.

## BILAN

Aborder le thème de l'alimentation durable avec un public issu de la diversité sociale et culturelle de Bruxelles n'est pas chose simple : fragilité du parcours d'exil, isolement, barrière de la langue, manque d'information, dévalorisation des personnes immigrées, etc.

Il était donc nécessaire de consacrer du temps au dispositif pédagogique.

Grâce à la mobilisation des participants et à la mise en place d'actions innovantes, le processus éducatif « Maître- Cuisiniers » connaît un franc succès. Au-delà des échanges et des formations, la majorité des participants manifestent l'envie de poursuivre dans cette voie, que ce soit pour soi-même (famille) et/ou pour les autres (amis, quartiers, crèches, restaurant).



## CONSEIL POUR FAIRE PAREIL

Travailler avec un public fragilisé demande une approche particulière: adapter nos modes de communication, adapter notre méthodologie, utiliser des exemples concrets, mettre l'accent sur des outils visuels, et surtout mettre les formateurs et les participants au même niveau.

Pour penser et construire un processus éducatif autour de l'alimentation durable, il faut partir de la culture quotidienne des participants, en laissant libre cours à l'expression de leurs valeurs, leur vécu, leurs expériences, leurs habitudes, leur savoir et leurs savoir-faire.

Il est important de mettre les gens ensemble, en situation d'utilité sociale (rôle d'ambassadeur), pour créer une nouvelle solidarité.

## LA SUITE

« Rencontre des Continents » souhaite *poursuivre le processus des « Maitres-Cuisiniers » en élargissant le public cible aux membres de la famille des participants, afin de pérenniser cette première expérience et de renforcer son impact sur le long terme.* L'intention est de renforcer les liens et les échanges intergénérationnels à partir de la thématique de l'alimentation durable.

## L'ANECDOTE

Pour clôturer les échanges lors de la 1ere phase « Rencontre autour de l'alimentation », il a été demandé aux participants de définir ce qu'est pour eux « l'alimentation durable ». Voici quelques réponses :

- « Aujourd'hui, on ne s'alimente plus, on est alimenté ! On n'agit plus, on n'a plus le choix d'agir. C'est le premier point de la définition de l'alimentation durable : retrouver notre pouvoir d'agir ! »
- « L'Alimentation durable, elle n'a pas de date de péremption, c'est un mode d'alimentation qui doit pouvoir durer dans le temps, sans limite. »
- « L'Alimentation durable, ce serait un moyen pour revenir au sens sacré de la vie. »

## PORTEUR DE PROJET

- Rencontre des Continents ASBL, Rue Van Elewyck, 35 – 1050 Bruxelles
- Responsable du processus éducatif : Astrid Galliot (Cycle de formation culinaires, ateliers de cuisine, événements grands publics)
- Contacts : 02/734.23.24, [astrid.galliot@rencontredescontinents.be](mailto:astrid.galliot@rencontredescontinents.be)

