



« Donner à Choisir, c'est permettre d'être »

L. Condominas

DOSSIER DE PRESSE

MARS 2011

SOMMAIRE

A • A.N.D.E.S. et les épiceries solidaires

- 1 • Pauvreté et précarité alimentaire
- 2 • Les épiceries solidaires en bref...
- 3 • Épiceries solidaires : les grands principes
- 4 • Histoire du réseau A.N.D.E.S.
- 5 • Les missions de l'A.N.D.E.S.

B • Les chantiers d'insertion de l'A.N.D.E.S.

- 1 • Les chantiers d'insertion sur les marchés de gros
- 2 • La Grande Maison, exploitation maraîchère solidaire

C • Alimentation, nutrition et plaisir de manger

- 1 • L'impact des actions d'accompagnement
- 2 • Une alimentation équilibrée pour tous
 - Ateliers cuisine
 - Compagnie des Gourmands
 - Tables d'hôtes
 - Manuel de cuisine populaire

D • Les partenaires de l'A.N.D.E.S.

Institutionnels, privés, associatifs, réseaux d'aide alimentaire.....

CONTACTS

A.N.D.E.S.

Association Nationale de Développement des
Épiceries Solidaires
7 rue de Domrémy, 75013 Paris
Tel : 01 44 24 09 30
www.epiceries-solidaires.org

Guillaume Bapst, Directeur

e-mail : infos@epiceries-solidaires.org

Service presse :

Marie-Claude Jonquoy-Michalon
Port : 06 60 47 76 38/06 71 10 60 01
Tél : 01 71 19 94 29
e-mail : presse@epiceries-solidaires.org



A.N.D.E.S. et les épiceries solidaires

1. Pauvreté et précarité alimentaire

En France, 7,8 millions¹ de personnes vivent dans la pauvreté.

Parce que manger est un acte banal de convivialité et de partage, le manque de nourriture est le stigmate le plus visible de l'exclusion sociale ; dans nos sociétés d'abondance, le fait de ne pouvoir se nourrir ou de ne pouvoir nourrir sa famille est vécu comme une faillite, une humiliation.

Aujourd'hui en France, les personnes qui vivent en dessous du seuil de pauvreté sont amenées, parfois ponctuellement et parfois durablement, à se nourrir dans les structures d'aide d'urgence.

Cette aide consiste, le plus souvent, en une distribution gratuite de colis alimentaires provenant des dons de l'Union Européenne ou des produits de retrait français. Elle est absolument nécessaire pour les personnes sans aucune ressource. Cependant, une large fraction de la population économiquement fragile - bénéficiaires de minima sociaux, travailleurs précaires, retraités pauvres, familles monoparentales - qui n'a pas accès à une alimentation saine et équilibrée, souffre de demander assistance et de ne pouvoir choisir les aliments qu'elle consomme.

Par l'animation et le développement d'épiceries solidaires, la sensibilisation à une alimentation saine et équilibrée (ateliers de cuisine, Manuel de cuisine populaire...), un programme d'accessibilité aux fruits et légumes frais et la création d'une exploitation maraîchère solidaire, le réseau des épiceries solidaires A.N.D.E.S. met en place un programme global d'accessibilité alimentaire, de la fourche à l'assiette.

>>> Zoom sur l'aide alimentaire en France

6 principales associations d'aide alimentaire interviennent en France : La Croix Rouge, la Fédération Française des Banques Alimentaires, la Fédération des Paniers de la Mer, le Secours Populaire, Les Restos du Cœur et l'A.N.D.E.S.

¹ Source : INSEE 2008/ Seuil européen de pauvreté



2. Les épiceries solidaires en bref...

Les épiceries solidaires et sociales se sont développées en France à la fin des années 1990. Elles ont d'abord été portées par des Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS), puis par des collectifs d'associations ou par des initiatives citoyennes.

Une épicerie sociale ou solidaire, qu'est ce que c'est ?

Une épicerie sociale ou solidaire est une structure d'aide alimentaire, aussi proche que possible d'un magasin d'alimentation générale, qui propose, en libre service, des produits de consommation courante à 20% en moyenne du prix usuel. Elle s'adresse à un public en difficulté, éloigné par la faiblesse de ses revenus des circuits de consommation traditionnels. Ce public est orienté vers les épiceries par les services sociaux.

Une épicerie sociale ou solidaire, à quoi sert-elle?

- Elle permet à un public exclu des circuits de consommation traditionnels de choisir les produits qu'il souhaite consommer, en proposant à un faible prix, des denrées de qualité.
- Elle propose un accompagnement social, notamment à travers des activités où les compétences de chacun sont mises en avant.

Épicerie sociale, épicerie solidaire, quelle différence ?

- Une épicerie sociale relève majoritairement d'une municipalité ou une communauté de communes (Centre Communal ou Intercommunal d'Action Sociale).
- Une épicerie solidaire procède d'un regroupement d'individualités et d'associations : elle fait appel à des financements croisés.

Qui a accès à une épicerie solidaire ?

Les personnes en situation de précarité temporelle ou plus durable. Leur accès à l'épicerie est validé soit par une commission propre à l'épicerie, soit par les services sociaux de la ville ou du département.

Quel est le public des épiceries ?

Des bénéficiaires des minima sociaux, des « travailleurs pauvres », des familles monoparentales, des jeunes de moins de 25 ans, des intérimaires, des étudiants sans ressources et, de plus en plus, les personnes âgées retraitées.



3. Epicerie solidaires : les grands principes

Le principe des épiceries solidaires est de **réduire la fracture alimentaire et de promouvoir l'accès à la citoyenneté économique et à une insertion durable des personnes en situation d'exclusion.**

La contribution financière participe de la dignité des personnes et de leur liberté de choix : le fait de payer, même un prix symbolique, les affranchit du sentiment d'être redevables et leur permet de choisir ce dont elles ont envie, comme n'importe quel consommateur. La qualité et la variété des produits proposés favorisent **une meilleure alimentation** et contribuent à **restaure l'estime de soi.**

Un des principes fondamentaux des épiceries solidaires est de faire en sorte que **la lutte contre l'exclusion ne s'accompagne pas d'une forme d'assistantat.** Pour cette raison, chaque client est amené à définir, avec un travailleur social ou le responsable de la structure, un projet qu'il souhaite mener à bien pendant la durée d'accès à l'épicerie.

Grâce au faible coût des produits de consommation courante achetés à l'épicerie solidaire, **une part plus importante du budget peut être consacrée à une envie, un projet, une amélioration de la vie quotidienne** : réparer sa voiture pour pouvoir continuer à travailler, offrir des vacances ou des sorties à ses enfants, améliorer la décoration de sa maison, payer ses factures ou simplement mieux manger.

L'alimentation est un angle d'approche direct de l'action sociale. Les épiceries solidaires se veulent un **lieu dynamique de sociabilité et d'échanges**, où sont organisées de nombreuses activités : des ateliers de cuisine réunissant parents et enfants, des ateliers d'esthétique, des ateliers de gestion de budget, des sorties culturelles,... permettent aux bénéficiaires de reconstruire des liens et de prendre conscience de leur valeur et de leurs compétences. Le « coup de pouce » alimentaire apporté est un moyen d'aborder d'autres questions : la santé, l'éducation, le logement, la culture, l'emploi, la gestion du quotidien...

>>> L'A.N.D.E.S. en chiffres

208 épiceries membres du réseau A.N.D.E.S.
En 10 ans, 45 épiceries créées
avec le soutien de l'A.N.D.E.S.
20 accompagnements
à la création d'épiceries en cours
120 000 bénéficiaires accueillis par an en moyenne



4. Histoire du réseau A.N.D.E.S.

En 1996, Guillaume Bapst, actuel directeur de l'A.N.D.E.S., crée, en parallèle à son poste de directeur de la gestion locative à l'Office public départemental HLM de la Nièvre, une épicerie solidaire à Nevers.

Au sein de la direction commerciale, Guillaume Bapst avait notamment en charge la gestion des impayés. N'ayant aucune prise sur les ressources des foyers qui n'arrivaient pas à payer leur loyer, il imagine un moyen d'agir sur leurs dépenses.

Il analyse, entre autres, la dépense alimentaire, qui représente la part la plus importante des petits budgets. Il constate qu'en la diminuant, on permet à ces personnes de mieux faire face à leurs échéances locatives et, au-delà, d'améliorer leur qualité de vie. L'alimentaire étant toujours la variable d'ajustement pour les faibles revenus.

Fort de ce constat, il crée une épicerie solidaire à Nevers qui suscite rapidement un intérêt politique et médiatique.

Confronté à une demande croissante en matière de « conseil » pour créer d'autres structures de ce type, Guillaume Bapst décide de créer le réseau des épiceries solidaires.

À la faveur de rencontres entre différents acteurs de l'insertion sociale et professionnelle, l'Association Nationale de Développement des Epiceries Solidaires, A.N.D.E.S., naît en avril 2000, sous la forme d'une association loi 1901.

Aujourd'hui, l'A.N.D.E.S. est une association reconnue d'intérêt général qui fédère et anime en France le réseau des épiceries sociales et solidaires et accompagne la réalisation de nouveaux projets. Elle œuvre en faveur de leur développement et de leur implantation durable.

En plus de 10 ans d'existence, l'A.N.D.E.S. a participé à la création de 45 nouvelles épiceries solidaires, dont 25 depuis 2009, sur un réseau qui compte 208 adhérents début 2011. Une vingtaine d'accompagnements à la création d'épiceries solidaires étaient en cours début 2011.

Depuis 2008, l'association a étendu son champ d'action à l'Insertion par l'Activité Economique (IAE), en créant des chantiers d'insertion destinés à améliorer l'alimentation des personnes en situation de pauvreté.

Seul réseau national des épiceries solidaires, l'A.N.D.E.S. travaille en partenariat avec des associations implantées dans d'autres pays européens, afin de promouvoir un accès plus équitable à la citoyenneté économique dans l'ensemble de l'Union Européenne.



5. Les missions de l'A.N.D.E.S.

Tête de réseau associative, l'A.N.D.E.S. a la triple mission de fédérer, conseiller et soutenir le développement des épiceries sociales et solidaires. Elle répond ainsi à la demande croissante d'aider les personnes en difficultés.

1 • Accompagner la création d'épiceries solidaires

Sur demande des collectivités territoriales ou des associations, l'A.N.D.E.S. exerce une activité de conseil et d'évaluation de l'aide alimentaire au niveau local. Elle accompagne la création d'épiceries solidaires ou sociales, en concertation avec les associations locales et les pouvoirs publics. L'A.N.D.E.S. mène également des évaluations qualitatives portant sur la satisfaction des bénéficiaires et des évaluations financières des structures.

2 • Animer, professionnaliser et évaluer le réseau des épiceries solidaires

Les animateurs du réseau : professionnaliser les épiceries

Huit animateurs du réseau, installés en région, ont pour mission d'être l'interface entre les épiceries sur le terrain, les acteurs institutionnels et l'association nationale.

Leurs contacts quotidiens avec les épiceries solidaires et les acteurs locaux intervenant sur le champ de l'aide alimentaire permettent de mettre en place, ensemble, des actions d'accompagnement tels que des ateliers cuisine et des sessions de formations collectives des bénévoles à la cohésion d'équipe, aux normes d'hygiène, de traçabilité et de sécurité alimentaire.

Le Logiciel Escarcelle

Ce logiciel, approuvé par la CNIL, a été conçu pour répondre :

- D'une part, aux exigences européennes de traçabilité des produits alimentaires distribués dans les épiceries solidaires.
- D'autre part, aux besoins des épiceries solidaires adhérentes. Il est pourvu des fonctionnalités classiques de gestion logistique (commandes, livraisons, suivi des stocks, statistiques, gestion de caisse, édition de tickets,...) et permet d'établir des fiches individuelles pour chaque client, précisant la durée d'accès et le montant du panier. Il est évolutif et tient compte des réalités du terrain, tout en garantissant la conformité avec la réglementation en vigueur.

Partenariats locaux : l'exemple des magasins Simply Market

Depuis juin 2009, dans le cadre d'un partenariat noué entre l'A.N.D.E.S. et la Fondation Simply, des magasins Simply Market accompagnent localement la professionnalisation des épiceries solidaires. Deux aspects sont particulièrement développés :

- 1 • Les apports en matériel ou le don de produits alimentaires.
- 2 • Le soutien humain des équipes des magasins Simply Market : conseils sur l'aménagement de l'épicerie, formation des bénévoles aux normes d'hygiène.

>>> Mise en réseau des épiceries solidaires

Pour créer du lien au sein de son réseau, l'A.N.D.E.S. a créé plusieurs outils : un site Internet, une lettre trimestrielle d'information « La Route des Épiceries », un blog pour échanger des idées, des Rencontres Nationales des Épiceries Solidaires.



3 • L'Approvisionnement des épiceries solidaires

Les épiceries solidaires sont soumises, comme toutes les structures d'aide alimentaire, à de fortes contraintes d'approvisionnement. Pour assurer leur pérennité et leur permettre de proposer des produits variés et de qualité, l'A.N.D.E.S. a développé plusieurs programmes au niveau national et régional :

• Programmes Annuels

L'Etat a remis à l'A.N.D.E.S. une enveloppe budgétaire afin d'approvisionner les épiceries solidaires adhérentes au réseau. Depuis l'automne 2008, ces épiceries reçoivent une enveloppe par foyer à l'année qui leur permet de faire leurs courses :

- soit dans les magasins de **grande distribution**, grâce à un partenariat avec des enseignes nationales.
- soit auprès des **circuit courts**, afin de promouvoir une démarche de développement durable et de soutenir les producteurs et les artisans locaux.

• Programmes Ponctuels

Des partenariats sont développés avec des industries agro-alimentaires ou des fabricants, permettant de proposer aux épiceries solidaires des produits alimentaires et non alimentaires.

>>> Opération « On fait lait malin »

En Ile-de-France en 2009, 2010 et 2011,
pendant le Salon de l'Agriculture,
L'opération « On fait lait malin » a permis de distribuer
30 000 litres de lait aux réseaux d'aide alimentaire de la région



Les Chantiers d'insertion de l'A.N.D.E.S.

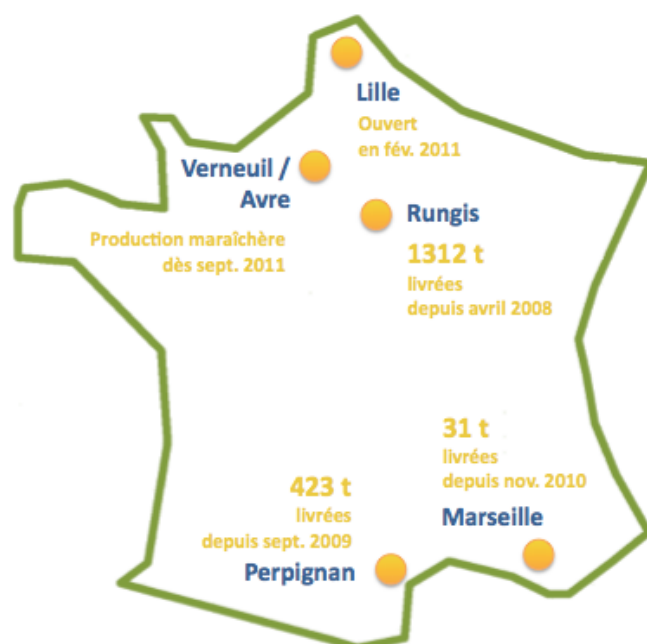
Plus de 3 millions de personnes bénéficient de l'aide alimentaire en France. Ces populations en difficulté ont une alimentation très peu diversifiée, très pauvre en produits frais, notamment en fruits et légumes. Selon une étude menée en 2005², seul 1,2% des bénéficiaires de l'aide alimentaire consomment les 5 portions de fruits et légumes recommandés, ce qui entraîne de nombreuses carences et problèmes de santé (forts taux d'obésité, de cancers, de diabète notamment).

Pour faciliter l'accessibilité aux Fruits & Légumes pour les personnes démunies, l'A.N.D.E.S. a développé un programme global d'approvisionnement sous forme de chantiers d'insertion.

- 1 • Des chantiers d'insertion qui récupèrent des fruits et légumes invendus sur les marchés de gros et les redistribuent aux associations caritatives locales.
- 2 • Une exploitation agricole solidaire destinée à fournir des légumes frais de qualité aux réseaux d'aide alimentaire.

L'objectif de ces chantiers est double : améliorer l'alimentation des populations en situation de précarité et favoriser l'insertion professionnelle de personnes éloignées de l'emploi.

>>> Les chantiers d'insertion de l'A.N.D.E.S.



² Etude ABENA, Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire



1. Les chantiers d'insertion sur les marchés de gros

Depuis 2008, A.N.D.E.S. a installé des chantiers d'insertion sur les Marchés d'Intérêt National (M.I.N.) pour redistribuer les fruits et légumes invendus à l'ensemble des réseaux d'aide alimentaire : *les Restos du Cœur, la Banque Alimentaire, le Secours Populaire, le Samu Social, Revivre, la Chorba et la Croix Rouge et les épiceries solidaires et sociales.*

Mis en place sur le M.I.N. de Rungis en avril 2008, le premier chantier d'insertion est né d'un constat simple : d'un côté, les personnes en situation de précarité n'ont pas accès à la consommation de fruits et de légumes frais, trop chers et pourtant essentiels à une bonne alimentation. De l'autre, plusieurs tonnes de fruits et de légumes parfaitement consommables sont incinérés et transformés en compost tous les jours à Rungis. Missionnée par l'Etat, l'A.N.D.E.S. a créé « *Le Potager de Marianne* » avec un double objectif : favoriser l'insertion sociale et professionnelle de personnes éloignées de l'emploi, améliorer la qualité de l'aide alimentaire et lutter contre le gaspillage alimentaire.

Les fruits et légumes distribués proviennent de 2 sources : les dons d'invendus et l'achat de produits complémentaires grâce à une subvention de l'Etat.

En octobre 2009, l'A.N.D.E.S. a ouvert à Perpignan un 2^{ème} chantier d'insertion sur le marché Saint Charles International, « *La Cistella de Marianne* », dans le but de livrer les structures d'aide alimentaire de la région Languedoc-Roussillon et Midi-Pyrénées. Deux autres chantiers ont suivi, Marseille en novembre 2010 et Lille en février 2011.

L'unité de transformation des fruits et légumes

L'activité de tri des chantiers d'insertion sur les M.I.N. crée à son tour des déchets en fruits et légumes, liés à un volume conséquent de dons et à une politique de qualité des produits distribués. A partir des produits qui ne pouvaient plus être distribués en l'état, l'A.N.D.E.S. met en place un processus artisanal de fabrication de jus de fruits, de soupes et de confitures.

Mise en place définitive du projet prévue courant 2011 à Rungis et à Perpignan.



2. La Grande Maison, une exploitation maraîchère solidaire

Forte de son expérience sur les Marchés d'Intérêt National (M.I.N.), l'A.N.D.E.S. a choisi d'aller plus loin dans sa démarche et réfléchi à la mise en place d'un projet agricole lui permettant de diminuer ses coûts d'achats en fruits et légumes, tout en consolidant sa politique d'insertion par l'activité économique.

Fin 2010, l'A.N.D.E.S. a fait l'acquisition de terres agricoles dans l'Orne dans la commune de Saint-Maurice-les-Charencey, située à 130 km de Paris. Cette exploitation – un ancien haras - comprend 45 hectares et 1 350 m² de bâtiments agricoles.

L'exploitation maraîchère solidaire de l'A.N.D.E.S. sera officiellement lancée au cours du printemps 2011. Elle fournira les structures d'aide alimentaire en légumes de qualité.

Quels sont les objectifs du projet « La Grande Maison » ?

1 • Assurer un approvisionnement à faible coût de légumes variés et de qualité aux associations d'aide alimentaire

14 hectares de l'exploitation seront destinés à la culture de plein champ : carottes, pommes de terre, endives, oignons, courgettes, tomates, pois, poireaux, radis, céleris raves, laitues, haricots, choux, aubergines, ail, échalotes, poivrons, herbes aromatiques, variétés anciennes... Ces produits maraîchers seront distribués dans les structures d'aide alimentaire.

2 • Favoriser l'insertion professionnelle de personnes éloignées de l'emploi en milieu rural

Après l'insertion par l'activité économique dans les métiers de la logistique sur les marchés de gros, l'A.N.D.E.S. formera aux activités agricoles, à commencer par le maraîchage. La Grande Maison créera la première année 15 emplois dont 12 postes en insertion.

Cette démarche permettra de redynamiser l'activité agricole dans l'Orne, filière économique traditionnelle du bassin d'emploi local.

>>> Un modèle agricole basé sur les partenariats

Pour former des salariés efficaces et compétents, l'A.N.D.E.S. veut se doter d'outils techniques de haute qualité.

Elle a créé, avec le soutien du SIMA 2011, des partenariats avec des entreprises de machinisme agricole.



Alimentation, nutrition et plaisir de manger

« Cuisiner c'est choisir, c'est à dire aiguïser son savoir, son sens critique et son envie. C'est un principe qui nous est cher et qui est au fondement des épiceries solidaires où « donner à choisir c'est permettre d'être ». La liberté, même quand elle est contrainte par un manque de ressources, peut s'exprimer quand les Hommes, les « clients » de ces structures, sont considérés comme des acteurs de leur alimentation et plus seulement comme les « bénéficiaires » d'un don humanitaire. »

Guillaume Bapst, Directeur de l'A.N.D.E.S. introduction au Manuel de Cuisine Populaire.

1. L'impact des actions d'accompagnement

L'accessibilité économique des produits frais est le frein le plus évident à une alimentation équilibrée. Mais ce n'est le seul : de nombreuses études ont montré que la sous consommation de certaines catégories de produits (poisson, fruits et légumes..) s'explique en grande partie par des raisons sociales et culturelles : manque de savoir-faire culinaire, absence d'habitude de consommation, manque de motivation pour faire les courses, la cuisine, ou pour se mettre à table, absence d'attrait sensoriel des fruits et légumes auxquels on préfère les produits gras et sucrés.

En 2009, Le Haut Commissariat aux Solidarités Actives a commandé à l'A.N.D.E.S. une étude sur l'impact de la mise à disposition de fruits et de légumes frais auprès des bénéficiaires de l'aide alimentaire. Cette étude, basée sur une enquête quantitative de grande ampleur et menée par le sociologue Eric Birlouez, était destinée à évaluer d'une part, l'impact de l'activité du chantier d'insertion de Rungis et d'autre part, l'importance des actions d'accompagnement à la consommation des fruits et légumes. Elle montre que la mise à disposition de fruits et de légumes frais gratuitement ou à faible prix dans les structures d'aide alimentaire se traduit par une augmentation significative de la consommation de fruits et légumes : les personnes qui fréquentent une épicerie proposant des fruits sont deux fois plus nombreuses à déclarer consommer au moins 2 fruits par jour que celles qui fréquentent une épicerie ne proposant pas ces produits (43% contre 23%). La proportion est de 52% contre 30% pour les légumes.

Elle met également l'accent sur l'impact des actions d'accompagnement, type ateliers de cuisine, qui permettent de lever les freins à la consommation de certains produits, tout en favorisant la transmission de savoirs culinaires entre personnes et entre générations et en contribuant à lutter contre l'isolement.



2. Une alimentation équilibrée pour tous

Au-delà de pouvoir y faire ses courses librement et à moindre coût, l'épicerie est un lieu de restauration et création de liens. Les épiceries organisent régulièrement des ateliers sur le thème de l'alimentation dont le but est de mettre en avant le plaisir de faire à manger ensemble.

- **Les ateliers de cuisine**

Ces ateliers thématiques hebdomadaires s'appuient sur les savoir-faire des participants tout en créant des moments de convivialité et de partage. Ils sont organisés par de nombreuses épiceries solidaires et permettent de mettre en avant les savoir-faire culinaires des bénéficiaires ou des bénévoles.

- **La Compagnie des Gourmands**

C'est un cycle d'ateliers de cuisine réunissant les parents et les enfants dans les épiceries solidaires. Son but est de restaurer le lien familial en préparant et partageant des plats ludiques et variés et de favoriser la consommation des fruits et légumes.

Ces ateliers permettent de susciter un éveil sensoriel chez les enfants et de dépasser les freins à la consommation des légumes notamment. C'est également une manière de renforcer le rôle parental et de redonner l'envie de faire la cuisine et de se mettre à table ensemble.

L'A.N.D.E.S. mène ce programme depuis 2008 grâce au soutien de l'entreprise Ferrero France.

- **Les Tables d'hôtes animées par un chef, au sein des épiceries solidaires membres du partenariat Simply Market.**

Temps fort du partenariat Simply-Market/A.N.D.E.S., c'est un moment savoureux de partage et d'échanges, autour de produits de tous les jours comme le poulet, les carottes ou encore les blettes. Elles réunissent bénéficiaires, salariés et bénévoles des épiceries, et collaborateurs Simply-Market tous les trois mois environ. Ces tables d'hôtes s'appuient sur les principes développés dans le *Manuel de Cuisine Populaire* : échanger sur diverses techniques de préparation à partir de produits simples disponibles dans l'épicerie. Les premières tables d'hôtes sont d'ailleurs animées par le journaliste Eric Roux, également auteur du *Manuel*.

Depuis 2010, 4 tables d'hôtes avec des chefs se sont tenues dans les épiceries :

- La Bous'sol au Bouscat / Simply de Caudéran (33), avec Michel Portos.
- Le Co'pain d'Alfortville / Simply de Maisons Alfort (94), avec William Ledeuil.
- Sol'épi à Chevilly-Larue / Simply de Chevilly-Larue (94) avec Laurent Trochain.
- L'Escale et le magasin Simply de Houilles (78) avec Benoit Bordier.



- **Le Manuel de cuisine populaire**

En 2006, au cours d'une discussion entre le journaliste culinaire Eric Roux et Guillaume Bapst, fondateur et directeur de l'A.N.D.E.S., tous deux défenseurs d'une cuisine populaire faite d'imagination et de convivialité, naît l'idée de concevoir ensemble un « Manuel de cuisine populaire ». En partant du plaisir et de la créativité, ils souhaitent créer un mode d'emploi d'une cuisine simple et accessible à tous, libérée des corvées et contraintes.

Grâce au soutien de Ferrero France, le *Manuel de Cuisine Populaire* sort aux éditions Menu Fretin en novembre 2010. Il est distribué gratuitement dans les épiceries solidaires. Il est également disponible en librairie : pour chaque exemplaire vendu, 1 euro est reversé à l'A.N.D.E.S.

Ce livre est une approche ludique, pédagogique et libre de la cuisine. C'est un moyen de redevenir des acteurs de nos comportements alimentaires. Pas de recette à suivre au pied de la lettre, pas de listes d'ingrédients bien rangés, mais au contraire un livre pratique fondé sur des techniques simples à comprendre, à s'approprier et à transformer.

À travers six chapitres : la soupe, la cuisson au pot, le rôti, le braisé tendre, les tartes et les gâteaux au pot, le « Manuel de cuisine populaire », détaille les techniques et les modèles de base à décliner ensuite à l'infini. Il permet également de redécouvrir les produits, leurs particularités, leurs utilisations, leur saisonnalité et les compagnons à qui les associer.



« Ceci n'est pas un livre de recettes. C'est beaucoup plus que cela. Car, plus que de savoir faire à manger, la cuisine est le terrain fertile des relations humaines. En cuisinant pour les autres, en partageant son repas, on discute (beaucoup), on échange (surtout), on rit (souvent), on pleure (parfois)... bref, on vit. Il était logique que l'A.N.D.E.S. soit à l'initiative de ce drôle d'ouvrage. Parce que notre but est bien que chacun ait les moyens de choisir, de décider du menu »

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



Les principaux partenaires de l'A.N.D.E.S.

Toutes ces organisations, grâce à des partenariats et des mécénats, permettent aujourd'hui à l'A.N.D.E.S. de développer ses idées pour demain.

Partenariats institutionnels :

- Le Ministère de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche, la DGAL, les DRAAF
- Le Secrétariat d'Etat au Logement et à l'Urbanisme, la DGCS
- La Région Ile-de-France
- De nombreux Conseils Généraux et Municipalités
- La SEMMARIS, la SOMIMAR, la SOGEMIN.
- APRIFEL / INTERFEL
- UNILET
- France AgriMer
- Le Crédit Municipal de Paris

Partenariats privés :

- Fédération du Commerce et de la Distribution
- Fondation Internationale CARREFOUR
- Fondation AUCHAN
- Fondation SIMPLY - le Goût du Partage
- Fondation ENSEMBLE
- Fondation Coca Cola
- FERREO France
- IKEA
- Deloitte
- Le SIMA
- Le Salon de l'Agriculture
- Le Marché Saint-Charles International

Partenariats associatifs :

- SIEL Bleu
- La Fédération des Paniers de la Mer
- Ashoka France,
- Chênelet Insertion
- France Active