



4.2 Explorons le sujet

Déjeuner-découverte chez Refugee Food

Un acteur local invite des habitants et des structures voisines à venir découvrir son activité et à initier des discussions libres autour du sujet, autour d'un repas convivial.

Sommaire :

1	Contexte et objectif	p.2
2	Participant·es	p.2
3	Déroulé et apprentissages	p.2
4	La suite	p.4
5	Remerciements	p.5
6	Modalités d'organisation	p.5

Programme

Quartier : Porte d'Orléans, Paris 14
Sujet : "Bien manger au juste prix"
Période : 2025 / 2026

Activité

Date : 22/01/2026, 12h - 14h.
Lieu : La Cantine des Arbustes
Organisé par : Équipe NEAR locale et l'équipe de La Cantine des Arbustes

Contexte et objectifs



Précédemment dans la **démarche participative NEAR du quartier**, visant à faire émerger des projets écologiques imaginés par les habitantes :

L'analyse d'un **diagnostic** avec + de 700 répondantes a révélé une liste de 4 sujets qui posent problème pour la planète et la qualité de vie des habitantes. Puis, lors d'une **consultation citoyenne**, 254 habitantes ont évalué l'importance de chaque sujet. Le sujet prioritaire est "**bien manger au juste prix**", suivi de "être plus connecté aux producteurs". L'équipe NEAR, en dialogue avec la Ville et les acteurs associatifs locaux, a donc constitué **un programme d'exploration autour de l'alimentation**. Objectif : se rencontrer entre habitantes, porteuseuses de projets et expertes, ... et gagner en connaissance sur le sujet (les expériences de chacun, les connaissances scientifiques dont on dispose, ce qui se fait déjà dans le quartier ou ailleurs, etc.).



Après un atelier entre habitantes pour cartographier leurs problématiques dans l'espace urbain, le programme se poursuit avec un déjeuner-découverte à l'invitation de La **Cantine des Arbustes**, un restaurant solidaire de la Porte de Vanves, à 2 pas du quartier. Au-delà du repas, ce temps permet de découvrir un modèle de restauration solidaire, attentif à l'accessibilité alimentaire et à l'inclusion sociale. Il favorise également des échanges dans un cadre informel, et est propice au partage d'expériences, à la création de liens entre habitantes et structures engagées.



Participant·es

Le repas était ouvert à toutes et tous les habitants du quartier. 10 personnes ont participées :

- 2 animateur·ices du local interassociatif Tisseur de Liens
- 1 représentante de la Coop14
- 1 citoyen du quartier, convié par la représentante de la Coop14
- 1 jeune habitant de la Porte de Vanves, engagé sur les questions de démocratie et d'écologie, souhaitant se renseigner sur les lieux d'insertion des réfugiés.
- 1 représentante de *Refugee Food*
- 2 personnes de la *Ville de Paris*, issues de la direction du Plan Climat
- 2 personnes de l'association *Réseau des Quartiers en Transitions*

Déroulé et apprentissages

Chacun s'est présenté, puis Maëlle, la coordonnatrice du lieu, a fait une présentation de la cantine et de son fonctionnement. Nous reprenons ici les verbatims de leur présentation officielle :

“Notre mission ? Donner accès à tous, et particulièrement aux plus vulnérables, à une alimentation de qualité. Cuisinier.e.s en insertion et bénévoles préparent chaque jour une cuisine de saison, généreuse et savoureuse, qui restaure les corps et les âmes.

Le projet s'articule autour de trois activités :

Restaurant social et engagé : *Le restaurant est ouvert à toutes et tous. Des tarifs différenciés sont proposés selon les ressources de chacun : 50 repas pour des personnes en situation de précarité selon critères d'accès proposés chaque jour et des tarifs préférentiels dès lors que vous bénéficiez des minimas sociaux.*

Aide alimentaire : *La brigade de cuisiniers, épaulée par des bénévoles, cuisine chaque jour des centaines de repas savoureux et complets, distribués sur place et ailleurs par des associations partenaires.*

Ateliers de cuisine : *Pour renforcer l'autonomie alimentaire des plus fragiles, des ateliers de cuisine ou autour du bien manger gratuits sont proposés les mercredis.”*



La Cantine des Arbustes est une initiative de **l'association Refugee Food** :

“Refugee Food est un projet vivant, multiple, qui tente de répondre aux grands défis de notre époque : l'accueil et l'inclusion des personnes exilées, le renforcement du lien social et la lutte contre la précarité alimentaire. Depuis 10 ans, nous utilisons le langage universel de la cuisine pour rassembler, cultiver la joie de vivre ensemble et permettre à chacune de trouver sa place.

À la fois association, organisme de formation et entreprise d'insertion, notre projet agit concrètement à plusieurs niveaux :

Rencontrer : Faire évoluer les regards sur les personnes réfugiées, tisser des liens et célébrer la diversité autour de la table. Nos événements, comme le Refugee Food Festival ou le programme pédagogique Le goût des autres, créent des moments de partage et de rencontre.

Former : Accompagner les personnes réfugiées et primo-arrivantes vers l'insertion professionnelle dans la restauration. Nos programmes Tournesol et Romarin ont déjà formé plus de 370 personnes, qui découvrent la restauration traditionnelle, collective ou le service traiteur, dans notre école de cuisine et au sein de nos cuisines solidaires.

Nourrir : Offrir une alimentation de qualité accessible à toutes et tous, au sein de nos cantines solidaires et via des repas savoureux distribués aux plus démunis (+ de 200 000 repas servis en 2025).” (Explications extraites du [site internet de Refugee Food](#))



Photo propriété de Refugee Food



Ensuite, les discussions ont portées sur les modalités d'organisation des prochaines activités, notamment avec Tisseur de Liens et la Coop14.

Quelques jours après le déjeuner s'est suivi d'un temps d'échange et de préparation avec Maëlle de la Cantine des Arbustes, afin d'identifier des informations clés sur la cantine (notamment les indicateurs d'activités) pour les ré-injecter dans les discussions à l'étape d'inspiration (qui vise à poser des objectifs et spécifier les problématiques du quartier en partant de données sur la réalité concrète):

Services et tarification de la Cantine :

85 repas servis / jour, en moyenne

66% de repas gratuits parmi ceux servis

8% de repas servis à tarifs pleins

26% de repas servis à demi-tarifs

Les repas végétariens à la Cantine :

1 menu entièrement végétarien / semaine

19% de commandes végétariennes au global

68% d'appréciation des repas végétariens

Approvisionnement durable :

40% sur le service solidaire

86% sur la cuisine partagée



La suite

Grâce à ce déjeuner, nous avons pu organiser plusieurs choses pour la suite du programme :

L'équipe NEAR s'est coordonnée avec les animateurices de Tisseur de Liens pour prévoir les ateliers d'inspiration et d'élaboration à venir (2 prochaines étapes du programme), qui auront lieu dans leur local.

Le déjeuner a aussi été l'occasion de prévoir l'intégration des données fournies par Maëlle de Refugee Food pour alimenter les ateliers d'inspiration "*Parlons des Problèmes*", ce qui permettra aux animateurs de rebondir aux témoignages des habitants en précisant ce qui existe déjà dans le quartier.

Ainsi, les prochaines étapes seront la poursuite des ateliers d'*exploration*, pour apporter de nouvelles connaissances sur les enjeux, puis la séquence d'*inspiration* pour partir de ces connaissances et préciser les problématiques d'alimentation durable à régler dans le quartier Porte d'Orléans. Après quoi, ces apprentissages mettront les pieds à l'édifice pour des ateliers d'idéation de projets locaux de transition, jusqu'à la mise en oeuvre de ces idées avec des fonds européens.

Remerciements

Un grand merci à Refugee Food et à toute l'équipe de la Cantine des Arbustes pour leur accueil chaleureux ! Merci aux participantes pour les échanges de qualité pendant ce repas !

Modalités d'organisation

Cette rencontre n'a pas nécessité de matériel spécifique.

Cette activité, comme tout le reste du programme NEAR Porte d'Orléans, a bénéficié d'une subvention de l'Union Européenne dans le cadre du programme NetZeroCities. Le projet est piloté par la Direction de Transition Écologique et du Climat de la Ville de Paris, l'association Réseau des Quartiers en Transitions, l'Association pour la transition Bas Carbone et la Coopérative Carbone Paris & Métropole du Grand Paris.