

## 1 – Identité de notre projet : Du jardin à l'assiette

1-1 : *Nom* : **Kermarron Maison Solidaire**

1-2 : *Statut* : Association à but non lucratif – Agrément d'animation sociale locale (depuis 2003) délivré par la CAF et soutenu par le Conseil Général.

1-3 : *Année* : Création en 1986

1-4 : *Porteur de projet* : **Cathy Kergonan**, Présidente de l'association

1-5 : *Courriel* : [kermarron@wanadoo.fr](mailto:kermarron@wanadoo.fr) Tél : 02 98 92 31 82

Site : <http://kermarron.pagesperso-orange.fr/index.htm>

## 2 – Origine de notre projet

### 2-1 : *Besoins de solidarité repérés :*

*Constats effectués à partir d'observations, au quotidien lors d'échanges avec les habitants, dans la vie du centre d'animation sociale et du quartier ; mais également lors d'activités spécifiques comme les mini-séjours enfants et jeunes, les séjours en camping, les repas...*

- les mères ou pères seuls ne cuisinent pas ou peu, ne savent plus cuisiner, facilité des plats préparés,
- pas de *passage de témoin* avec leurs parents pour l'acquisition de recettes familiales,
- pas de véhicules pour faire les « grosses courses hebdomadaires »,
- difficultés financières des familles (peu de ressources),
- difficultés budgétaires (pas de gestion ou peu des comptes),
- difficultés sociales : isolement, problèmes de santé, dépressions, dépendance (alcool, médicaments)
- vieillissement de la population du quartier, et des autres quartiers,
- nouvelles configurations familiales à prendre en compte : familles monoparentales, familles recomposées...

La solidarité passe par les repas, l'alimentation, la cuisine.

### 2-2 : *Objectifs visés par l'action*

Par la création d'un **atelier cuisine** mensuel,

En lien avec la **parcelle communautaire** des jardins familiaux du quartier,

- activités **multi-générationnelles**, ouvertes à tous,
- **moment convivial**,
- **échange de savoirs**,
- **rompre l'isolement**,
- **Manger bien, bon et pas cher**
- **apprentissage de recettes**, de confection d'un repas de l'entrée au dessert à **moindre coût**,
- utilisation de produits **frais et de saison grâce à la parcelle communautaire**
- Apprendre et donner envie de jardiner ensemble
- **répondre** à la méconnaissance des légumes de saison et de leur préparation, à une alimentation peu variée et équilibrée aux difficultés financières,
- **faire face collectivement** aux besoins du quotidien.
- Améliorer les **conditions et le cadre de vie**, l'image du quartier.

*Cet atelier cuisine solidaire, en lien avec la parcelle de jardin communautaire est un préambule à un projet plus ambitieux de créer un restaurant et une épicerie solidaires sur le quartier.*

### 2-3 : Motivations

- il existe un emplacement sur le quartier pour ce restaurant solidaire, et l'accueil hebdomadaire d'un petit marché,
- les habitants sont impliqués dans ces projets,
- des jardins familiaux sont implantés sur le quartier depuis 10 ans, ça fonctionne,
- nous avons une parcelle communautaire, mais près de 1 000 m<sup>2</sup> peuvent encore être utilisés comme potager
- le Centre d'animation Sociale de Kermarron a déjà construit un partenariat avec le groupement des agriculteurs du Pays de Douarnenez (lors de la « Ferme de Kermarron en 2002 »),
- pas de commerces de proximité sur le quartier, éloignement des grandes surfaces.
- il n'y a plus de cuisine collective sur Douarnenez,
- nous échangeons avec la section cuisine du lycée professionnel, qui souhaite bénéficier de paniers de légumes de la parcelle communautaire.

### 2-4 : Notre slogan

A Kermarron, rien d'impossible !

## 3- Type d'action : Entraide

### 4 – Présentation de notre projet

4-1 : *Lieu d'action* : 29 100 Douarnenez; quartier de Kermarron.

4-2 : *Description de l'action* :

L'atelier cuisine mensuel est animé par des habitants bénévoles : un chef (un habitant qui propose et fait découvrir un menu ou une recette) et, sous sa houlette, 6 « marmitons » en cuisine confectionnent un repas entrée-plat-dessert pour une vingtaine de convives (qui dressent la table, débarrassent et font la vaisselle) : « Le P'tit repas du Mercredi », qui a lieu chaque dernier mercredi du mois, permet de s'offrir un repas complet, pour une somme modique, dans une ambiance sympathique alors que les fins de mois sont difficiles. Il est possible de s'arranger pour le paiement. L'association budgète des fonds propres sur cette action pour équilibrer les finances de l'action.

En parallèle, la parcelle communautaire fournit autant que possible les légumes frais, aussi bien pour la qualité et le goût des légumes que pour en réduire coût des repas. Les jardiniers tiennent compte des besoins de l'atelier cuisine pour les semis et plantations. La parcelle communautaire se trouve parmi les jardins familiaux du quartier et est cultivée bénévolement par des habitants – jardiniers ou non- .

Les enfants du quartier ont également leur parcelle collective où ils découvrent les joies du potager ; ils participent aussi au fonctionnement de la parcelle communautaire (semis, binage, écriteaux d'information des plants..).

En 2010, les légumes de la parcelle communautaire ont servis aux P'tits repas du mercredi, aux menus du séjour camping à Primelin, et ont été distribués aux personnes âgées du quartier et aux personnes n'ayant pas la possibilité de s'approvisionner en légumes frais régulièrement.

4-3 : *Apport aux bénéficiaires* :

Mieux être- Convivialité- Alimentation saine- Rompre l'isolement et la solitude- Partage et entraide – Plaisir- Envie de faire, de s'investir, de sortir...

4-4 : *Soutien aux bénévoles*

Les habitants porteurs de projets sont soutenus par leurs pairs qui s'investissent aussi dans le projet pour le mener à bien sont et acteurs de leur mise en œuvre. Soutien financier par des fonds propres de l'association– Mise en place de commissions pour l'accompagnement.

4-5 : *réciprocité du don*

Une attention particulière est apportée au fait que ce ne soit pas toujours les mêmes participants, chacun donne de son temps à un moment donné pour que les projets collectifs, qui sont nombreux, fonctionnent. En échange des paniers de légumes, le lycée invite les habitants à manger : le quartier entre à l'école (image positive de la cité).

4-6 : *Budget nécessaire*

Repas mensuel : 100,00 € X 12 mois (fonds propres de l'association) + participation des familles au repas  
Parcelle communautaire : 800,00 € pour l'année sur fonds propres + 332,00 € participation des jardiniers

## 5- Données chiffrées

### 5-1 : *bénévoles mobilisés*

-6 repas en 2010 (travaux dans la cuisine de juin à décembre) pour 16 enfants/jeunes et 130 adultes.

-Parcelle communautaire : une vingtaine de jardiniers mobilisés pour la cultiver et l'entretenir.

### 5-2 : *Nombre de bénéficiaires*

-Repas : 146 en 2010

-Parcelle communautaire : les participants aux repas ; les campeurs de l'été (50 personnes) ; les seniors du quartier (13).

+ 2 classes d'élèves de 2 lycées, les enfants du CLSH (outillage et légumes).

### 5-3 : *Indicateurs de satisfaction*

Souhaits de pérenniser ces actions ; toujours plus de participants et d'adhérents à l'association ; habitants s'investissant dans les autres actions de l'association ; meilleures relations intergénérationnelles entre les habitants sur le quartier ; retour à l'emploi pour certains car reprise de confiance en soi.

## 6- Nos soutiens

### 6-1 – *Institutionnels*

- Mme La Députée du Finistère Annick le Loch
- Mr le Sénateur Maire de Douarnenez Philippe Paul et ses adjoints
- Mr Le président de la Communauté de Communes William Boulic
- Mme La Présidente Yannick Bidan et Mr le Directeur de l'Office HLM (Douarnenez Habitat)
- Associations caritatives : Secours Populaire, Secours Catholique, Restos du Cœur...
- Comité Local des Pêches,
- Chambre d'Agriculture
- Groupement des Agriculteurs du Pays de Douarnenez,
- Le lycée professionnel St e Elisabeth de Dz
- La section SEGPA du Lycée JM Le Bris de DZ
- L'Accueil de loisirs municipal

### 6-2 : *Financiers*

- l'Association de Kermarron gestionnaire du Centre d'animation Sociale de Kermarron
- Ville de Douarnenez ; Contrat Educatif Local de la Ville Douarnenez
- Communauté de Communes du Pays de Douarnenez,
- Conseil Général du Finistère,
- Conseil Régional de Bretagne,
- CAF du Sud Finistère,
- DDJS,
- Office HLM,
- Dispositif REAAP
- Crédit Agricole

## 7- Nos besoins

### 7-1 : *Matériel*

Un congélateur pour conserver les légumes et les cuisiner tout au long de l'année,

Une remorque pour aller chercher et transporter du fumier,

Une tondeuse pour entretenir les abords des jardins

Renouvellement de quelques outils(brouette, râteau)

### 7-2 : *Argent pour quoi faire ?*

Pour acheter outils et matériel, semis et plants pour la parcelle communautaire, pour aller visiter des parcelles collectives ailleurs et rencontrer d'autres jardiniers pour échanger.

### 7-3 : *Profil Bénévoles*

Pas de profil type : tout le monde est le bienvenu car chacun est expert et porteur de compétences propres.

### 7-4 : *Conseil et formation :*

Nous sommes affiliés à la Fédération des centres sociaux qui dispense des formations

### 7-5 : *Locaux*

Nous sommes équipés.