



# RAPPORT D'ACTIVITÉ

2023



# Une année aux Petites Cantines

Edito 2023

Quand on aime partager un repas avec des convives qu'on ne connaît pas, on sait combien les rituels sont importants. Un rituel, ce n'est pas le poids de l'habitude, c'est **la force des bonnes pratiques qui nous relie**. On ne peut entrer dans l'espace de l'autre sans rituel. Ils sont une manière de s'appriivoiser les uns les autres, de créer des espaces nouveaux et communs, au sein desquels chacun peut partager ce qu'il souhaite.

Le réseau des Petites Cantines est à l'image des restaurants qui le composent: un faisceau de "bonnes habitudes" pour prendre soin les uns des autres et de nos relations. A la manière d'un jardinier qui se retrousse les manches chaque matin et apprend à écouter et à coopérer avec toutes les espèces vivantes présentes sur son territoire. Par le biais du repas, c'est une **expérience transformatrice que nous vivons et sur laquelle nous apprenons à mettre des mots et des pratiques de coopération**. Tout notre travail consiste à les rendre accessibles au plus grand nombre. Ensuite, on laisse la magie opérer !

Ce rapport n'est qu'un humble reflet très incomplet de toute l'activité déployée par les équipes bénévoles et salariées. Il complète notre mesure d'impact 2023. **Que tous les convives engagés sur le terrain, que ce soit pour 3h, 3 mois ou 3 ans - parfois plus - soient ici remerciés**. Avec les partenaires qui nous soutiennent activement, ils sont le carburant de ce projet. Grâce à eux, chaque rencontre devient en soi un événement. Enfin, notre gratitude va aux membres de l'équipe support, qui animent avec passion cette dynamique. Leur énergie et leur confiance sont contagieuses.

*Ariane & Diane, coprésidentes des Petites Cantines Réseau*

# Une Petite Cantine

*Qu'est ce-que c'est ?*

## Participatif

Le repas est l'occasion de rencontrer des convives d'autres générations et parcours de vie. Tout est fait pour faciliter les échanges, se sentir relié aux autres, et renouer avec un sentiment d'utilité sociale. Tout le monde met la main à la pâte, de la préparation du repas, au ménage, en passant par la vaisselle !

## Contribution libre

Chacun participe financièrement, avec le montant de son choix, de manière à couvrir les frais. Cela permet d'accueillir un public très large. Nous communiquons de manière transparente sur le coût d'un repas et sur notre modèle économique.

## Alimentation durable

Parce que nous souhaitons prendre soin, tant de nos convives que de la planète, nous privilégions une alimentation durable, à travers des critères identifiés : productions locales, circuit court, agriculture bio, diminution des protéines animales, collecte d'invendus bios, achat en vrac.



# Un peu d'histoire

un projet qui grandit

## → Amorçage

2015. Rencontre des cofondateurs. L'idée germe dans la tête de Diane et Étienne : ce sont les premières Cantines éphémères.

2016. La première Petite Cantine ouvre ses portes dans le quartier de Vaise, à Lyon.

2017 - 2018. Ouverture de deux nouvelles Petites Cantines à Lyon et une à Lille.

## → Structuration pour l'essaimage

2019. La structure Les Petites Cantines Réseau est créée et le projet se structure pour se préparer à changer d'échelle.

Dans le même temps, les Petites Cantines Strasbourg voit le jour.

2020-2022. Annecy, Paris, Lyon Félix Faure, Oullins et Grenoble rejoignent le réseau des Petites Cantines ouvertes.

## → Déploiement

2023. Ouvertures des Petites Cantines Vieux-Lyon, Mâcon, Villeurbanne et Metz.

Première évaluation d'impact consolidée, création d'un comité de soutien académique pour creuser notre projet de société.

Fin 2023, 15 nouveaux projets sont en cours d'accompagnement pour une ouverture dans les prochaines années.

**Objectif, à terme :**  
**50 Petites Cantines ouvertes ou en montage en France**  
**Un impact social qui se déploie sous différentes formes**

# Activités complémentaires pour déployer notre impact

*Faire grandir l'impact plutôt que faire grossir la structure*

## Un écosystème à fertiliser

Au-delà de la marque des Petites Cantines, le réseau accompagne d'autres projets mettant l'alimentation au service du lien social local.

Grâce au soutien financier du Fonds Social Européen +, c'est tout l'écosystème qui peut profiter des apprentissages et de la montée en compétences de notre communauté apprenante.

## Former les entreprises

2 offres de formation éligibles aux financements OPCO sont déployées pour diffuser notre savoir-faire:

- Aux entreprises implantées sur nos territoires:

**“Développer les compétences relationnelles de ses équipes.”**

- Aux Chefs gérants de la restauration collective:

**“Développer les compétences relationnelles de sa brigade.”**

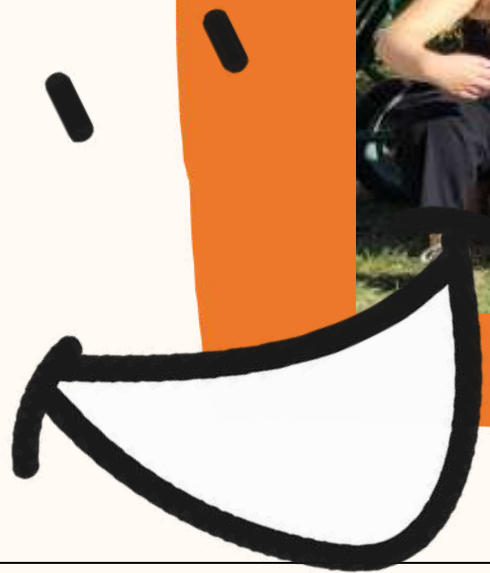
## Plaidoyer

Former les convives volontaires à la compréhension des enjeux systémiques et à le faire savoir sur les réseaux sociaux, à partir de leur expérience en cantine.

**Prendre la parole dans le débat public** autour des enjeux de qualité relationnelle et de transformation de nos récits collectifs.

# Une communauté engagée

Photo de famille au Sémivert 2023



# Les convives des Petites Cantines

Qui sont-ils ? Quelques chiffres issus de notre base de données



**32,9%**  
d'HOMMES



**66,4%**  
de FEMMES

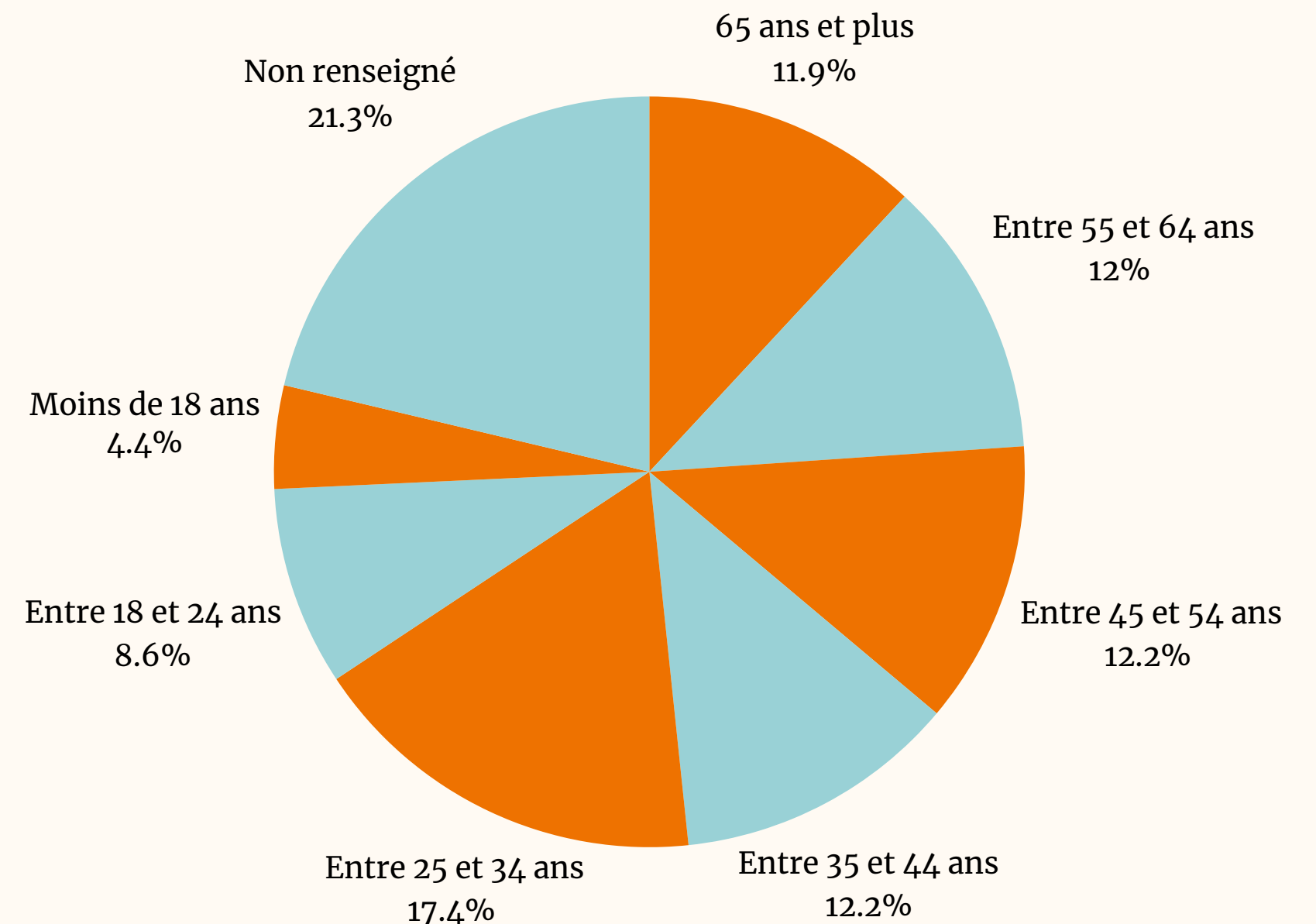
**16 200**



adhérents actifs au 31  
décembre 2023



**0,8%**  
NSP



**Adhérents actifs au 31/12/2023**

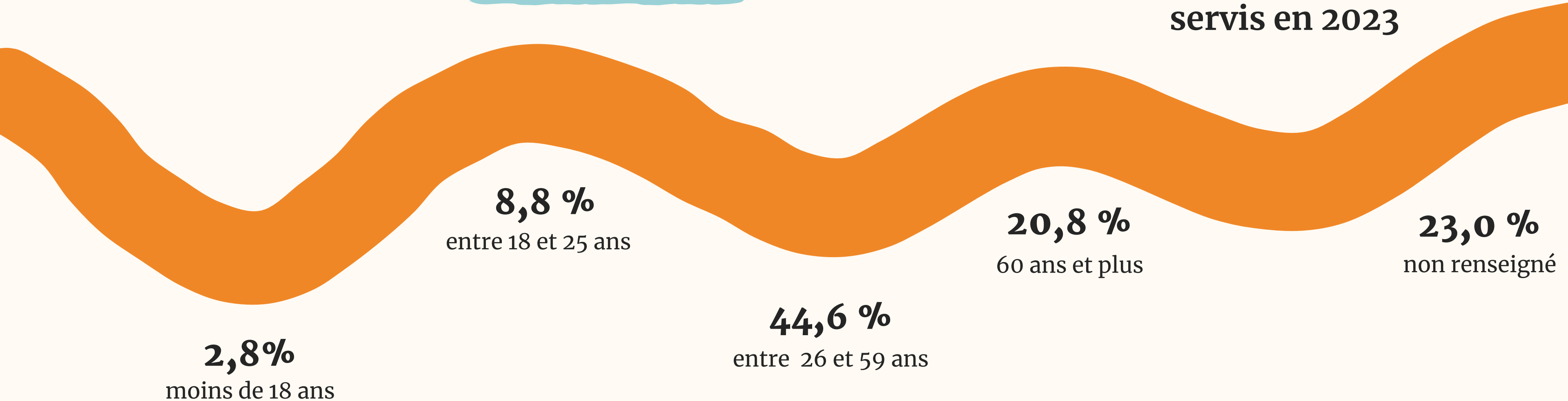
# Les convives des Petites Cantines

Quelles sont leurs habitudes ?



54 000 repas  
servis en 2023

A quel âge mange-t-on aux Petites Cantines ?



Les pourcentages reflètent l'âge des personnes qui ont pris un repas aux Petites Cantines.



# L'impact social des Petites Cantines

Notre mesure 2023

## Les éléments clés de la méthodologie

une volonté

- Montrer que le lien social ne se décrète pas, il se vit
- Nous ne luttons pas contre la solitude, nous construisons une société fondée sur la confiance : d'un discours contre productif à une approche centrée solution

La 1ère mesure d'impact consolidée



- « Photographie à l'instant T » des 9 Petites cantines ouvertes depuis plus de 6 mois au printemps 2023

Les 3 axes de l'étude

- Confiance en soi
- Confiance en l'autre
- Confiance en l'avenir

un échantillon représentatif

- 1 372 réponses au questionnaire quantitatif, 78 entretiens pour le questionnaire qualitatif

Et aussi, le projet de transmettre notre retour d'expérience à d'autres acteurs du lien social à travers une formation



une démarche apprenante destinée à faire évoluer le projet

# Les grands enseignements

un impact direct sur nos convives

97,5%

**se sentent accueillis comme ils sont, sans qu'ils aient besoin de jouer un rôle.**

“C’est un peu une famille d’adoption. Voilà, une famille d’adoption. Il n’y a pas besoin de s’expliquer, de se justifier. On vient, on est accueilli, on partage.”

Christiane, 70 ans, Grenoble

“L’accueil est très chaleureux avec le sourire. On nous appelle par notre prénom. On sort de l’anonymat.”

Antoine, 38 ans, Vaise

95%

**considèrent qu’aux Petites Cantines ils ont accès à un repas sain et savoureux, à travers des produits locaux et de saison.**

“Les Petites Cantines m’apportent deux repas équilibrés par semaine en moyenne depuis trois mois et ça, c’est inédit dans ma vie.”

Marc, 45 ans, Vaise

“J’ai appris à faire ma cuisine pour moi.”

Claude, 65 ans, Strasbourg



Confiance en soi

# Les grands enseignements

Des chiffres forts comparés à la tendance nationale



Confiance en l'autre

63%

**des convives ressentent de la confiance vis-à-vis des autres convives des Petites Cantines - même ceux qu'ils ne connaissent pas**

88%

“C’est des gens qu’on croise tous les jours mais à qui on ne parle pas d’habitude, ça ouvre les yeux sur les autres.”

Christian, 54 ans, Vaise

**Alors que selon une étude Credoc en 2023, des français pensent qu’on n’est jamais assez méfiant**

63%

“Je pense que les gens viennent avec une bonne volonté. On n’est pas là pour se critiquer ou se juger.”

Yuri, 47 ans, Paris

97,4%

**des convives considèrent que la diversité des convives à table est une chance**

“Venir aux Petites Cantines ça m’aide face à mes préjugés, et ce n’est pas facile pour moi mais c’est important.” Siana, 29 ans, Félix Faure

# Les grands enseignements

un impact au-delà des murs de la cantine

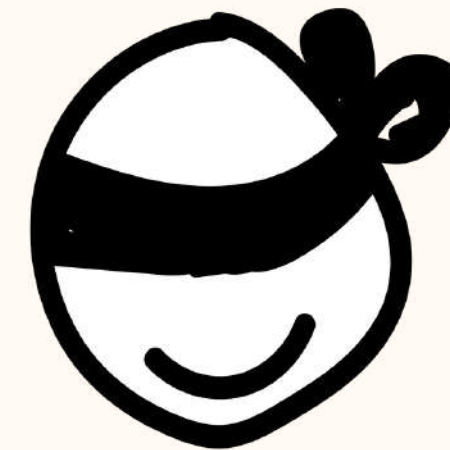
95,5%

**des convives considèrent que les Petites Cantines contribuent à expérimenter, transmettre et faire grandir les relations de confiance au sein de la société.**

“J’ai envie de faire des projets communs. C’est en étant en collectif que nous réussirons à changer les choses.”

Iris, 25 ans, Strasbourg

Confiance en l'avenir



93%

**ont le sentiment de vivre une solution qui propose un autre regard sur le lien social et qui est un bon remède contre la solitude subie.**

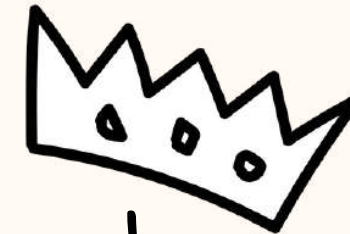
# L'impact des Petites Cantines

En synthèse

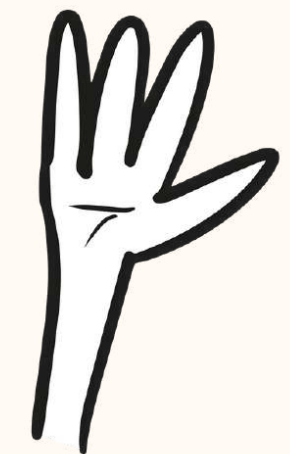
Le repas partagé joue un rôle clé dans la confiance



La confiance en l'autre est facilitée par le sentiment d'appartenance



Notre capacité à agir décuple notre confiance en l'avenir

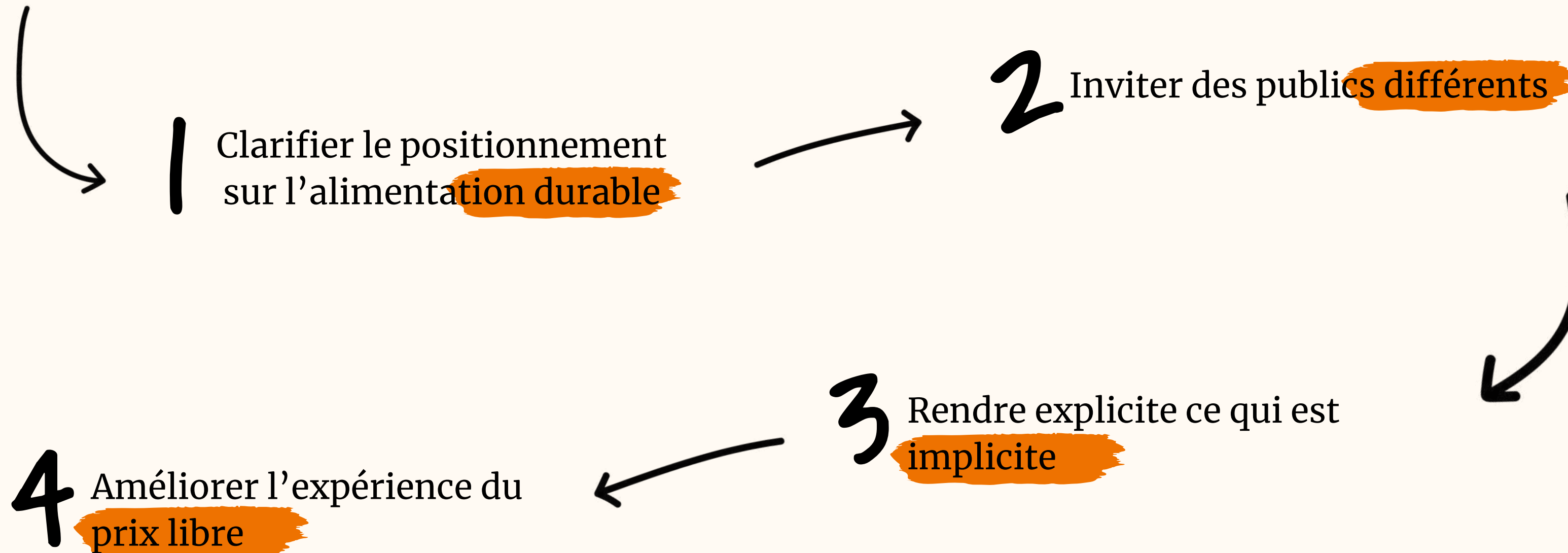


# Et après ?

Comment la mesure d'impact social guide nos priorités



## 4 grandes pistes de travail identifiées



# Un an d'événements

2023 aux Petites Cantines

Janvier  
2023

On renforce la fiabilité de nos chiffres !

.Mise en place de **nouveaux logiciels** : paie, gestion comptable et début d'un partenariat avec un nouveau cabinet comptable. Objectif: améliorer notre pilotage et simplifier certaines procédures administratives et financières.

Le 23 janvier, **Naïs Pirollet**, première femme et plus jeune Cheffe à représenter la France au Bocuse d'Or, choisit de porter haut les couleurs des Petites Cantines. Allez Naïs !

Février  
2023

C'est l'**ouverture des Petites Cantines Vieux-Lyon** dans un magnifique local rénové au plein cœur du quartier historique lyonnais.

En parallèle, le réseau des Petites Cantines contribue au collectif du **Labo de la Fraternité**, pour renforcer notre posture de coopération avec les autres projets à impact.

Mars  
2023

L'équipe support démarre l'accompagnement d'une nouvelle promotion de projets !  
**Bienvenue à Aix-en-Provence, Montpellier et Roanne** qui se lancent dans l'aventure.

Les Petites Cantines remportent les **Simone Awards**, discernées par le Château de Pommard.

C'est le **lancement de notre mesure d'impact**.

Les Petites Cantines contribuent à la dynamique collective portée par la **Fabrique du Nous**.

Avril  
2023

Le groupe de travail "**Bien être des salariés**" (composé de bénévoles et de salariés) rend ses conclusions.

Leurs préconisations : renforcer la formation des employeurs bénévoles, améliorer la formation initiale et continue des salariés Responsables de cantine, disposer d'une politique salariale renforcée et transparente... Ces sujets seront débattus au Séminaire d'octobre 2023.

Les Petites Cantines rejoignent le CA de l'**Association nationale des Tiers-Lieux**.

# Un an d'événements

2023 aux Petites Cantines

Mai

2023

L'écoute des convives est au coeur de ce printemps, à travers des soirées d'échanges et de témoignages animées par Diane en cantine, afin de commencer à poser les premiers mots de notre plaidoyer.

Le philosophe Mark Hunyadi vient donner une **conférence en cantine sur la confiance**. C'est le premier pas de l'hybridation entre savoirs académiques et savoirs citoyens.

Juin

2023

**C'est l'ouverture des Petites Cantines à Mâcon !** Un nouveau lieu en coeur de ville animé par Titou, premier salarié.

Un séminaire de 3 jours est également organisé pour les Responsables de cantine et Maîtres de maison salariés. Au programme : temps d'interconnaissance, formation métier et approfondissement de l'impact sous un angle systémique. L'intention est d'**augmenter notre pouvoir de transformation sans s'épuiser**. Une dynamique fortement inspirée par les Acteurs Clés De Changement et la Fondation de France.

Juillet

2023

Première rencontre officielle du **comité de soutien académique**, réuni par Diane pour contribuer à la réflexion portée par les Petites Cantines. Ces chercheurs issus d'univers variés (sociologie, urbanisme, philosophie, sciences du goût...) sont un vis-à-vis précieux pour nos réflexions.

**Rencontre avec un conseiller de l'Elysée**, via la Fabrique du Nous, autour des questions de lien social.

Septembre

2023

**C'est la sortie de la première mesure d'impact consolidée à l'échelle du réseau !** L'aboutissement d'un travail de plusieurs mois, pour collecter près de 1 500 témoignages de convives sur l'impact des Petites Cantines dans leur vie.

**Romans-sur-Isère rejoint l'aventure des porteurs de projet des Petites Cantines.**

Puis du 6 au 8 octobre, près d'une cinquantaine de membres de réseau (salariés et administrateurs) se retrouvent aux Amanins dans la Drôme pour vivre un **sémi-vert de travail placé sous la thématique des "limites"**. Les fondations du réseau sont consolidées.

**Et le 19 octobre c'est l'ouverture des Petites Cantines Villeurbanne, dans la Métropole de Lyon.**

Octobre

2023



# Un an d'événements

2023 aux Petites Cantines

Novembre  
2023

Les Petites Cantines participent au **Salon des Maires** grâce à la **Fondation La France S'Engage**. L'occasion de nombreuses rencontres avec les collectivités et d'un débat avec le Président François Hollande.

Le réseau devient aussi **lauréat de l'appel à projets "Programme d'accompagnement nationaux"** du Fonds Social Européen +.

Grâce à ce soutien, l'accompagnement proposé par Les Petites Cantines Réseau devient **gratuit** et s'ouvre aux projets mettant l'alimentation au service du lien social.

Nous actons par ailleurs, en accord avec l'équipe, **l'arrêt de l'accompagnement du projet des Petites Cantines Croix-Rousse** (Lyon) après deux belles années d'événements (mais pas de perspective de local fixe).

Décembre  
2023

C'est la **clôture de l'accompagnement de La France s'engage**. Un moment de célébration pour cette phase de structuration longue de 3 ans.

C'est aussi le **lancement du programme MaPetiteCarte** (avec le soutien de la DREETS, KLESIA et la Fondation Auchan), conçu pour encourager la fréquentation des cantines par des personnes en situation de précarité et qui ont besoin d'un petit coup de pouce pour découvrir nos lieux. L'expérimentation sera menée en 2024 dans les cantines d'Auvergne-Rhône-Alpes.

**ONLYON LYON** met en lumière les Petites Cantines comme projet emblématique des valeurs collectives du territoire.

Et tout au long  
de l'année  
2023

Plusieurs chantiers nous ont occupé tout au long de l'année :

- la poursuite du **chantier informatique** avec l'amélioration des logiciels et des interfaces entre eux ainsi que le début de la mise aux normes RGPD de nos bases
- le recrutement d'une **directrice financière à temps partagé** pour monter en compétences dans notre pilotage budgétaire
- la **formation continue des équipes bénévoles et salariées** : communication, premiers secours en santé mentale, structuration des communautés, négociation par les intérêts, pédagogie...
- l'amélioration de nos rituels pour "**faire communauté**" malgré l'éloignement géographique entre les équipes
- une écoute accrue des besoins exprimés par les porteurs de projet pour **apporter une réponse adaptée en terme d'accompagnement**
- la **recherche de partenaires** prêts à nous aider dans notre développement !

Sur le plan national, les Petites Cantines **contribuent aux réflexions autour de l'anniversaire de la loi Hamon sur l'ESS**.

# Le réseau des Petites Cantines

## L'essaimage territorial



→ **13 Petites Cantines ouvertes**  
**Une quinzaine de projets en montage**

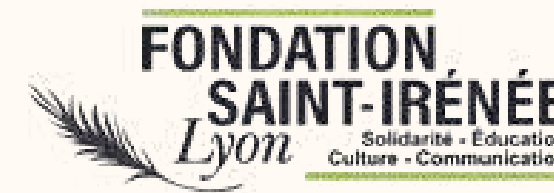
- Près de 35 salariés
- 10 salariés au sein de l'équipe support
- 20 Responsables de cantine / Maître de maison
- Une vingtaine de volontaires en service civique
- Plus de 300 administrateurs bénévoles

→ **Les missions de l'équipe support :**

- Assurer la pérennité économique du réseau
- Accompagner les nouvelles ouvertures
- Consolider et animer le réseau
- Construire et partager notre projet de société

# Nos partenaires

Ils contribuent à l'animation et au développement du réseau



**Made For All.**



# Nos partenaires institutionnels

Ils contribuent à la consolidation et au développement du réseau



Cofinancé par  
l'Union européenne

