DÉLÉGATION DU VAL-DE-MARNE

https://valdemarne.secours-catholique.org

Un atelier cuisine solidaire pour apprendre à mieux manger à Saint-Maur-des-Fossés



ACCOMPAGNEMENT | ALIMENTATION | FAMILLES | INSERTION | LIEN SOCIAL | PRÉCARITÉ

30/07/2025

Un partenariat local entre le Secours catholique et l’association L’École du marché fait bouger les habitudes alimentaires à Saint-Maur.

Depuis mi-novembre 2024, tous les samedis matin, les étals du marché deviennent le théâtre d’un atelier bien particulier. Sous l’impulsion de l’équipe locale du **Secours catholique de Saint-Maur-des-Fossés** et de **l’association L’École du marché**, une série d’ateliers de cuisine ouverts à tous les habitants, petits et grands, se tient chaque semaine. Une initiative citoyenne, gourmande et solidaire, pour redonner à tous l’envie — et les moyens — de bien se nourrir.

L’objectif de ce projet est double : **redonner goût aux produits frais**, et **sortir des pièges de l’alimentation industrielle**. Pendant une heure, enfants, familles, et personnes accueillies du Secours catholique se retrouvent pour manipuler, goûter, cuisiner, et surtout échanger. Chaque séance tourne autour d’un thème : cuisine de saison, découverte d’un légume oublié, astuces anti-gaspi… Le tout dans une ambiance conviviale, portée par les bénévoles des deux structures.

« L’idée, c’est de remettre du sens et de la dignité dans l’alimentation, de faire ensemble, dans un cadre joyeux », explique une bénévole.

Ici, on apprend à reconnaître les produits de saison, à les cuisiner simplement, à respecter les rythmes naturels. Une manière concrète d'agir pour la santé, mais aussi pour l'inclusion.

Au fil des semaines, les ateliers tissent du lien entre habitants, producteurs, enfants et bénévoles. Et les assiettes se remplissent de couleurs, de saveurs … et de fierté.

https://lecoledumarche.org/

Claudine P.

https://valdemarne.secours-catholique.org/notre-actualite/un-atelier-cuisine-solidaire-pour-apprendre-mieux-manger-saint-maur-des-fosses