

Etude d'impact de la Cuisine du 101

Livrables

Thomas Guerin

18/06/2026



SOMMAIRE GENERAL

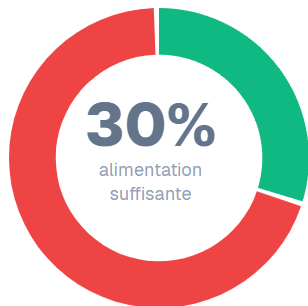
LIVRABLES DE LA MISSION D'EVALUATION D'IMPACT

- [4 pages de synthèse](#)
- [Etude complète](#)
- [Protocole de suivi](#)

4 pages de synthèse

L'accès à une alimentation suffisante devient la norme

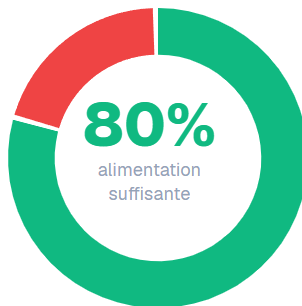
AVANT



3 personnes sur 10
avaient assez à manger
(assez de nourriture, choisie ou pas)

→
+50 pts

APRÈS



4 personnes sur 5
ont assez à manger
(en participant aux permanences de cuisine collective)

✓ Verbatims

« Je peux manger ce que j'aime et en quantité suffisante. »

« Il y a quand même des choses qui ont changé, maintenant je fais la galette semoule, des soupes, je prépare ce que je veux. »

« Je peux choisir plus de légumes »



Tiers-lieu socio-culinaire
à St Mauront
qui accueille les personnes
à la rue, hébergées à
l'hôtel, en foyer, et les
habitantes, de façon
inconditionnelle

- 3054 passages
- 7940 repas préparés et partagés
- Nb de participants aux ateliers : 738

chiffres 2025

x5

Liberté alimentaire

L'alimentation choisie devient accessible

1 participant sur 10 mangeait librement ce qu'il
souhaitait avant la participation à la Cuisine du 101.
Ils sont désormais **1 sur 2**.

Enquête réalisée en avril / mai 2026 auprès de 80% des participants
aux permanences de cuisine collective - Marge d'erreur : 8,4 %

Accueillir inconditionnellement et dépasser les limites de l'aide alimentaire traditionnelle

Lutter contre les ruptures sociales

Le bien-être psychologique et la décompression sont perçus dès la première visite. Le dispositif crée des conditions favorables à l'émergence de liens, en particulier pour ceux qui fréquentent le lieu depuis plus de 6 mois.

100%

se sentent bienvenus

Accueil inconditionnel plébiscité

Favoriser le pouvoir d'agir

La Cuisine du 101 ne réduit pas ses participants au statut de bénéficiaires : en donnant l'occasion de contribuer à la préparation, au service, au partage, elle active un pouvoir d'action qui précède et dépasse la simple réduction de l'isolement.

94%

ont l'occasion d'aider d'autres

Contribuer, pas seulement recevoir

Développer les apprentissages

La Cuisine du 101 est autant un lieu d'apprentissage (recettes, nutrition, français) que de partage de savoirs culinaires. Des personnes qui ne venaient pas pour transmettre se découvrent une compétence à partager.

75%

transmettent et apprennent

Activer un capital caché

% de réponses positives (« Tout à fait d'accord » + « Plutôt d'accord »)



L'insécurité alimentaire recule significativement : les situations de manque sévère disparaissent et la part d'une alimentation choisie progresse fortement. Le mieux-être ressenti est immédiat. Le dispositif crée les conditions d'une rencontre et d'une envie d'agir.

Certains effets, en revanche, se construisent dans la durée. Le soutien moral et la solidité des liens tissés sont des résultats qui demandent du temps et de la régularité.

Les Ateliers du Mercredi

ANIMATIONS CULINAIRES ET EN SANTÉ / NUTRITION

Les ateliers s'inscrivent dans la continuité des permanences de cuisine collective et en constituent une dimension complémentaire. Ils prolongent l'expérience collective dans un cadre plus restreint, favorisant des échanges plus personnels et des apprentissages plus approfondis – alimentation saine, nouvelles recettes, maîtrise de la création de repas.

Ils sont particulièrement appréciés pour leur capacité à faire émerger de nouvelles amitiés, notamment grâce au format en petits groupes.



De nouvelles amitiés se sont créées



Manger sain est un réflexe plus automatique



Connaissent plus de recettes et maîtrisent mieux la création de repas

% de réponses positives (« Tout à fait d'accord » + « Plutôt d'accord »)

La Cuisine en Vadrouille

PROGRAMMATION SOCIO-CULTURELLE ET CULINAIRE OUVERTE SUR LE QUARTIER

Nouvelles occasions de rencontre



Les sorties hors les murs sont de nouvelles occasions de rencontre et de reconnaissance entre participants, en ouvrant la programmation sur le quartier et ses habitants.

Confiance en soi renforcée



L'enquête, exploratoire à ce stade, suggère que les événements hors les murs créent une dynamique de participation active qui peut renforcer l'estime personnelle, peut-être davantage que les permanences fixes.

Quel regard sur la rue et la précarité ?



La reconnaissance entre voisins et l'évolution du regard sur la rue et la précarité sont des dimensions qui mettent beaucoup plus de temps à s'installer.

Une reconnaissance comme ressource structurante qui dépassent la vocation initiale

Ce que révèle l'enquête, c'est que La Cuisine du 101 a produit des **effets de système** qui dépassent sa vocation initiale de lutte contre la précarité alimentaire : elle a modifié les pratiques partenariales locales, ouvert des espaces de coopération informels, et contribué à redéfinir ce que peut être un lieu d'aide alimentaire.

Une dimension de "labo d'innovation" justifiée

Non pas tant par les outils ou les méthodes mobilisés, mais par **sa capacité à expérimenter de nouvelles formes de faire ensemble** dans un écosystème complexe, et à en diffuser les effets vers les acteurs qui l'entourent.

→ Expérimentation

Tester des formes hybrides sans modèle préexistant

→ Auto-organisation

Construire des coopérations de proximité horizontales

→ Diffusion

Transformer les pratiques et représentations des acteurs environnants

Un tiers-lieu socio-culinaire reconnu par les partenaires comme original et pertinent, à renforcer et essayer !



Etude d'impact complète

- Rappel de la mission d'étude
- Rappel des finalités, de la vision et des enjeux de la Cuisine du 101
- Profil des répondants
- Indice de suffisance alimentaire
- Autres impacts des permanences de cuisine collective
- Impacts des ateliers du mercredi
- Impacts de la cuisine en vadrouille
- Impacts du Labo d'innovation
- La Cuisine du 101 : un Tiers-lieu ou un Dispositif social ?
- Analyse globale des impacts selon les enjeux de départ
- Pistes et préconisations de développement du dispositif

Rappel de la mission d'étude

L'étude d'impact de la Cuisine du 101

Une mission d'objectivation des effets du dispositif sur les parties-prenantes avec les objectifs généraux :

01

Mieux quantifier les impacts du dispositif

02

Faire la preuve de l'utilité du dispositif auprès des porteurs et partenaires du projet

03

Produire des préconisations sur le modèle global, notamment économique

□ Un travail a été engagé en parallèle avec Paroles Vives (anthropologues) sur le modèle, la posture et l'ancrage territorial.

✓ Restitution des résultats auprès de la direction de Soliha Provence

Définition de l'impact social

« L'impact social consiste en l'ensemble des **conséquences** (évolutions, inflexions, changements, effets, ruptures) des **activités** d'une organisation tant **sur ses parties prenantes** externes (usagers, clients, prestataires) et internes (salariés, bénévoles, sociétaires), que sur la société en général. »

Conseil Supérieur de l'Economie Sociale et Solidaire (2011)

❏ A avoir en tête : la question de l'attribution

Hypothèse sous jacente à toute mesure d'impact : il y a un lien de **causalité** entre les **activités** mises en place et les **impacts** observés

Traduction méthodologique : focalisation systématique des interlocuteurs, à chaque question, sur l'activité étudiée

« **Grâce à l'activité xxx de la Cuisine du 101**, diriez-vous que... »

CONTEXTE

La Cuisine du 101



La Cuisine du 101 est un **tiers-lieu** à Saint Mauront (Marseille) qui a 3 ans d'existence.

Initié par le Pôle Innovation et Développement social de Soliha Provence, il se définit comme un **"tiers lieu culinaire & culturel, d'écoute, d'échange et de création artistique qui accueille les personnes à la rue, hébergées à l'hôtel, en foyer, et les habitant-es, de façon inconditionnelle"** (source : Bilan d'action 2024).



Périmètre du dispositif en 2026 (jusqu'à fin mai)

- **Capacité d'accueil : 40 foyers par semaine**
- **25 inscrits** dans la file active
- **135 passages / mois**
- **3000 repas** cuisinés depuis le 1^{er} janvier 26
- **durée moyenne d'inscription : 130 jours**

La vie du lieu est rythmée par 4 actions complémentaires

1. La permanence de cuisine collective

3 j / sem | mardi, jeudi et vendredi | Ouverture inconditionnelle

2. Les ateliers du mercredi

Animations culinaires et en santé / nutrition

3. La cuisine en vadrouille

Programmation socio-culturelle et culinaire ouverte sur le quartier

4. Labo d'innovation

Ingénierie et coopération dans le secteur de la précarité alimentaire

Pilotage : une coordinatrice et un service civique médiation socio-culturelle

Partenaires : le **Bouillon de Noailles**, un chantier d'insertion spécialiste de l'animation culinaire (2 animatrices, 3 salariés en insertion), et divers partenaires territoriaux.

□ La mission d'étude a porté sur ces 4 activités



Méthodologie de l'étude

01

Réunions opérationnelles

3 réunions avec l'équipe (Soliha Provence et Bouillon de Noailles) et des **échanges réguliers** avec la coordinatrice du projet

03

Entretiens partenaires

5 entretiens : un service déconcentré de l'État, une direction de la politique de la ville, un groupe associatif national, une organisation internationale, une association locale paire

Cette étude permet d'obtenir



Photographie du dispositif

Un état des lieux du fonctionnement et des **plus-values de la Cuisine du 101** au 1er semestre 2026



Perspectives d'évolution

Une réflexion sur les **perspectives d'évolution du dispositif** dans un avenir proche

02

Questionnaire bénéficiaires

Auprès de **25 participants**, passé entre le 31 mars et le 19 mai 2026

04

Revue documentaire

Analyse des études et rapports sur les **tiers-lieux en France**



Parties-prenantes de l'étude : les équipes, des bénéficiaires et des partenaires



Cette étude constitue une base solide pour orienter les décisions stratégiques et opérationnelles du projet.

Rappel des finalités, vision et enjeux auxquels s'adresse le dispositif de la Cuisine du 101

Travaillées par l'équipe (Bouillon de Noailles et Soliha Provence) en début de mission

Montrer la contribution du projet à l'intérêt général et au territoire

Répondre aux ruptures

Rupture alimentaire & sociale

Apporter une réponse concrète aux ruptures alimentaires, sociales et territoriales vécues par les usagers.

Dignité & pouvoir d'agir

Restaurer la dignité en permettant de cuisiner pour soi ou pour d'autres, de participer à des ateliers artistiques.

Lien social & mixité

Créer du lien entre des publics divers : personnes à la rue, habitants du quartier, salariés en insertion.

Spécificité du projet

- Approche **inconditionnelle et participative** favorisant l'empowerment
- Ancrage dans le quartier de **Noailles** et dynamique territoriale
- Réponse à des besoins multiples : précarité alimentaire, isolement, accès aux droits, insertion
- Capitaliser sur l'innovation pour créer un **modèle reproductible**

- ☐ Est-ce un tiers-lieu ? Un dispositif social ?
Une hybridation des deux ?

Valoriser le projet auprès des financeurs et assurer sa pérennité

Dans un contexte de restrictions budgétaires et d'incertitudes sur les subventions, l'évaluation d'impact doit démontrer la valeur ajoutée du dispositif.

Légitimité & financement

Démontrer la valeur ajoutée pour justifier le financement et sécuriser des partenariats publics (DDETS, Ville de Marseille) ou privés (fonds Onet).

Influence des politiques publiques

Peser sur les politiques publiques en faveur de modèles innovants d'aide alimentaire et d'inclusion sociale.

Appels à projets futurs

Fournir des données tangibles sur les résultats pour appuyer les futurs appels à projets et montrer l'incohérence des réductions de financements.

Modèle économique

Identifier des sources complémentaires : mécénat, partenariats privés, activités génératrices de revenus, et comparer avec d'autres dispositifs.

"Voilà ce que ça produit, ou ce que ça ne produit plus si on réduit les financements." – Christine

Améliorer et réorienter les actions du projet

Ce que l'évaluation doit permettre

1 Vérifier l'atteinte des objectifs

Comprendre si le projet atteint ses objectifs initiaux : accès à l'alimentation, lien social, ancrage territorial.

2 Identifier les effets imprévus

Quantifier les effets inattendus – dynamiques de quartier, rupture de l'isolement, empowerment – pour les renforcer ou les ajuster.

3 Réorienter les actions

Développer de nouvelles activités, affiner les pratiques professionnelles et conscientiser les intervenants sur l'impact de leur travail.

La boussole de l'action

L'évaluation comme outil de pilotage stratégique et de sens.

"Si on peut mesurer un impact, on peut comprendre où on va. Pourquoi ? Est-ce qu'on va dans la bonne direction ? Où il faut réaffiner potentiellement avec le résultat." – Alicja



Conscientiser les équipes sur l'impact de leur travail renforce leur motivation et la compréhension du sens de leur action.

Un tiers-lieu solide et innovant

La Cuisine du 101 est un tiers-lieu culinaire et culturel qui vise à répondre à une multiplicité de besoins pour les personnes en grande précarité.



Alimentation saine et choisie

Permettre à des personnes en grande précarité (sans logement, hébergées à l'hôtel, en foyer ou à la rue) d'accéder à une alimentation saine, en cuisinant comme à la maison.



Dignité & pouvoir d'agir

Restaurer le lien social, la dignité et le pouvoir d'agir des personnes accueillies, en brisant leur isolement et en leur offrant un espace de liberté et d'autonomie.



Ancrage territorial

Créer un ancrage territorial pour des personnes en situation d'errance ou de mobilité subie, en leur offrant un lieu stable et ressource dans le quartier.

"C'est un lieu qui répond à une multitude de ruptures : rupture sociale, rupture d'accès à la nourriture, rupture de lien avec le quartier. Il permet de recréer du lien, de l'autonomie et de la dignité." – **Alicja**

Une réponse à des besoins pluriels

La vision du projet s'articule autour de trois axes principaux, définis comme l'ADN de la Cuisine du 101.



Participation des personnes concernées

Impliquer les usagers dans la co-construction du projet, en leur donnant une place active : co-animation d'ateliers, propositions d'idées, empowerment.



Innovation contre la précarité alimentaire

Proposer des méthodes innovantes pour lutter contre la précarité alimentaire, pouvant inspirer le travail social, associatif et les politiques publiques.



Le culinaire comme restructeur de lien

Utiliser la cuisine comme levier pour créer du lien entre usagers, habitants du quartier et partenaires, avec une dimension socioculturelle forte.

"L'ADN du projet, c'est le culinaire comme prétexte au lien social, avec tout ce que ça peut comprendre : santé sociale, socioculturel, etc." – **Marie**

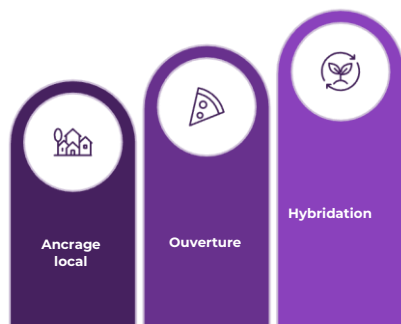
Un projet en constante évolution

Ouverture sur le quartier

- Ancrage dans le quartier de **Noailles**, avec des actions visant à mélanger les publics : habitants, personnes précaires, partenaires
- Développement d'activités **hors les murs** (Cuisine en Vadrouille) pour toucher un public plus large
- Renforcement du rayonnement territorial du projet

Hybridation des modèles

- Questionnement sur la structuration : tiers-lieu, dispositif social ou hybridation des deux ?
- Recherche d'un **modèle économique pérenne** pour assurer la viabilité tout en maintenant le caractère innovant et solidaire



❓ "La vision du projet, c'est comment on rend leur pouvoir d'agir aux gens. Comment on les sort de cette apathie à laquelle ils se sentent condamnés." – *Christine*

Une approche centrée sur la dignité et l'autonomie

La Cuisine du 101 se distingue par son approche inconditionnelle et bienveillante, en rupture avec les dispositifs classiques.

Accueil inconditionnel

Pas de critères d'accès stricts, pour permettre à chacun de se sentir libre et respecté. Souplesse dans l'organisation, possibilité de "respirer" et de s'approprier le lieu.



Autonomie et liberté

Permettre aux usagers de choisir leurs ingrédients, leurs recettes et leur façon de cuisiner, en rupture avec les distributions alimentaires classiques.



Estime de soi

Offrir un espace où les personnes peuvent retrouver une estime de soi et une confiance en leurs capacités, loin de tout jugement.

"Les gens respirent quand ils arrivent à la Cuisine du 101 parce qu'il y a ce moment de liberté. Ils ne sont plus dans un cadre rigide où on leur dit quoi faire." – Alicja

Un impact au-delà de l'alimentation

La Cuisine du 101 vise à produire des effets systémiques sur la santé, le lien social et la citoyenneté des usagers.



Santé & bien-être

Prévention santé (ateliers sur le diabète, la nutrition) et amélioration de la santé mentale grâce à un environnement bienveillant et non jugeant.



Lien social & mixité

Création de liens entre usagers et habitants du quartier. Changement du regard de la société sur les personnes précaires, en mettant en avant leur résilience.



Citoyenneté & participation

Implication des usagers dans des instances de concertation (CRPA, CCPA) pour porter leur voix dans les débats publics et développer une dynamique de quartier.

"La question de l'équité, c'est que finalement, il y a des moments où tu ne sais plus qui est qui. Ça change le regard sur les personnes précaires." – **Christine**

La Cuisine du 101 en 5 ambitions

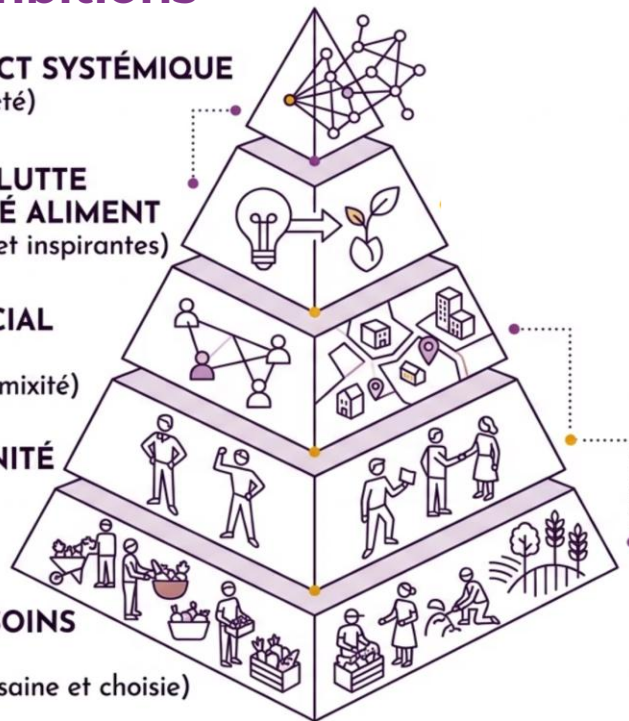
5. PRODUIRE UN IMPACT SYSTÉMIQUE
(santé, bien-être, citoyenneté)

**4. INNOVER DANS LA LUTTE
CONTRE LA PRÉCARITÉ ALIMENT**
(méthodes reproductibles et inspirantes)

**3. CRÉER DU LIEN SOCIAL
ET TERRITORIAL**
(ancrage dans le quartier, mixité)

**2. RESTAURER LA DIGNITÉ
ET L'AUTONOMIE**
(espace de liberté et de
participation active)

**1. RÉPONDRE AUX BESOINS
FONDAMENTAUX**
(accès à une alimentation saine et choisie)



Son approche inconditionnelle, bienveillante et dynamique en fait un projet unique, où **le culinaire devient un levier de transformation sociale**. Chaque ambition s'appuie sur la précédente pour construire un impact durable et systémique.

Répondre aux ruptures multiples des publics en grande précarité

La Cuisine du 101 a été conçue pour atténuer les effets des ruptures subies par les personnes en situation de précarité extrême : sans-abri, hébergées à l'hôtel, en foyer, en squat.

Rupture alimentaire

Difficulté d'accès à une alimentation saine, équilibrée et adaptée aux habitudes culturelles. Les mineurs non accompagnés recevaient des repas standardisés inadaptés.

Enjeu : Proposer une alimentation qui respecte la dignité et les préférences culturelles.

Rupture sociale

Isolement et exclusion des personnes précaires, souvent invisibilisées dans l'espace public.

Enjeu : Créer un lieu de rencontre et de lien social pour rompre cet isolement.

Rupture territoriale

Instabilité géographique des publics (déplacements constants entre rues, hôtels, foyers, squats).

Enjeu : Offrir un ancrage dans le quartier et une stabilité temporaire pour accéder aux ressources locales.

Rupture de dignité

Perte de pouvoir d'agir (empowerment) et de reconnaissance sociale.

Enjeu : Permettre aux usagers de reprendre le contrôle sur leur alimentation et de participer activement à la vie du lieu.

Dépasser les limites des dispositifs traditionnels d'aide alimentaire

La Cuisine du 101 se positionne comme une alternative aux modèles classiques d'aide alimentaire, souvent critiqués pour leur manque d'adaptation aux besoins réels des publics.

Les limites des modèles classiques

→ Standardisation des repas

Repas uniformes peu adaptés aux goûts, cultures ou besoins nutritionnels.
Les repas livrés aux mineurs non accompagnés étaient jugés inadaptés et gaspillés.

→ Urgence qui limite le lien social

Les distributions de repas ne favorisent pas les échanges ou la création de communauté entre les personnes.

→ Approche fragmentée

Les dispositifs traditionnels traitent la précarité alimentaire sans prendre en compte les autres besoins : santé, logement, insertion.

La réponse de la Cuisine du 101

- Alimentation **personnalisée et culturellement acceptable**
- Usagers **acteurs** de leur alimentation : cuisiner, partager, organiser
- Espace de **vie sociale et de mixité** : usagers, habitants, partenaires
- Approche **globale** intégrant activités socioculturelles, ateliers d'insertion et orientations vers des ressources locales

✓ La Cuisine du 101 souhaite transformer le repas en acte de participation et de dignité retrouvée.

Renforcer l'ancrage territorial et les partenariats locaux

Trois enjeux territoriaux

1

Mobilisation des habitants

Le projet cherche à impliquer les voisins (dons, participation aux événements), mais cette mobilisation reste fragile et ponctuelle.
Enjeu : Structurer des actions régulières pour fidéliser les habitants.

2

Coordination avec les acteurs locaux

Collaborations avec des partenaires opérationnels (Bouillon de Noailles, centres sociaux) à approfondir.
Enjeu : Développer des partenariats stratégiques pour élargir l'impact.

3

Positionnement dans l'écosystème

Se différencier des autres dispositifs (La Bonne Adresse) tout en collaborant avec eux.
Enjeu : Clarifier la spécificité du projet pour éviter les redondances.

Résumé des trois enjeux principaux

1. Ruptures multiples

Combattre la précarité alimentaire, sociale, territoriale et la perte de dignité.

2. Dépasser les standards

Proposer une alternative aux modèles standardisés en privilégiant dignité et communauté.

3. Ancrage territorial

Mobiliser les habitants, approfondir les collaborations et clarifier la spécificité du projet.



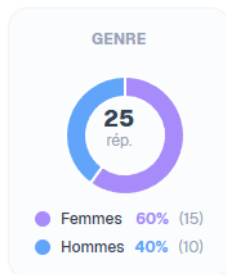
Ces trois enjeux sont interconnectés et forment le socle de la mission d'évaluation d'impact de la Cuisine du 101.

Profil des répondants

Profil de l'ensemble du panel des répondants

Déclarations en réponse au questionnaire passé du 31 mars au 19 mai 2026

n = 25 participants - 100 % des répondants ont plus de 25 ans



Hébergement — 60 % des hommes sont en Rue/Hôtel vs 7 % des femmes. Les femmes sont majoritairement en foyer social (47 %) ou logement stable (27 %).

Foyer — 100 % des hommes vivent seuls. 33 % des femmes sont en situation familiale, ce qui pèse sur l'évaluation de la suffisance alimentaire.

Accompagnement — Pas de différence notable entre femmes (60 %) et hommes (70 %) pour cette taille d'échantillon.



- ✓ Malgré un niveau d'accompagnement similaire, les hommes interrogés présentent un profil de précarité plus visible : 60 % sont sans logement stable (rue ou hôtel) et vivent tous seuls. Les femmes, bien qu'également en situation de vulnérabilité, accèdent davantage à des formes d'hébergement collectif ou stabilisé (foyer social + logement = 73 %), mais leur précarité se manifeste différemment, notamment à travers les situations familiales (33% en famille, dont des mères seules) qui diluent les ressources et complexifient l'accès à une alimentation suffisante pour l'ensemble du foyer.

Indice de suffisance alimentaire

L'impact sur l'enjeu central de la Cuisine du 101 : la suffisance alimentaire

Représentativité :

20 personnes (sur 25 dans la file active) ont répondu au questionnaire sur la partie suffisance alimentaire & permanences
=> Cela correspond à une **marge d'erreur de 8,4 %**, niveau acceptable pour les recherches exploratoires.

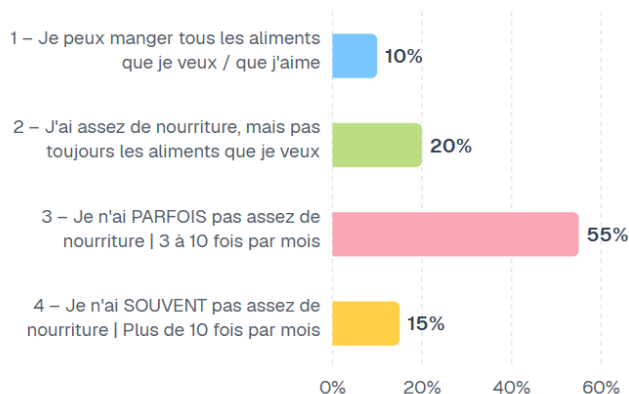
Avec une marge d'erreur de ± 8.4 %, si 50 % des répondants ont sélectionné une certaine option, la valeur réelle dans la population cible devrait se situer entre 41,6 % et 58,4 %.

Au niveau de confiance de 90 %, si cette enquête était répétée plusieurs fois, environ 90 % des résultats tomberaient dans $\pm 8,4\%$ du vrai paramètre de la population cible.

Indice de suffisance alimentaire

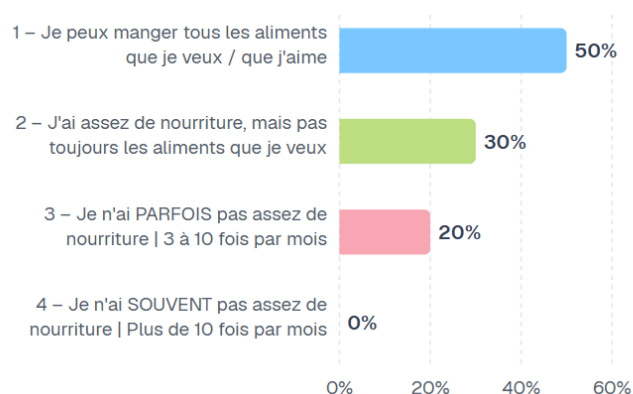
Situation alimentaire **AVANT** les apports de la Cuisine du 101

« Laquelle de ces affirmations décrit le mieux la nourriture consommée dans votre foyer au cours des 12 derniers mois, sans prendre en compte les apports de la Cuisine du 101 ? »
n = 20 réponses



Situation alimentaire **APRÈS** les apports de la Cuisine du 101

« Laquelle de ces affirmations décrit le mieux la nourriture consommée dans votre foyer au cours des 12 derniers mois, avec les apports de la Cuisine du 101 ? »
n = 20 réponses



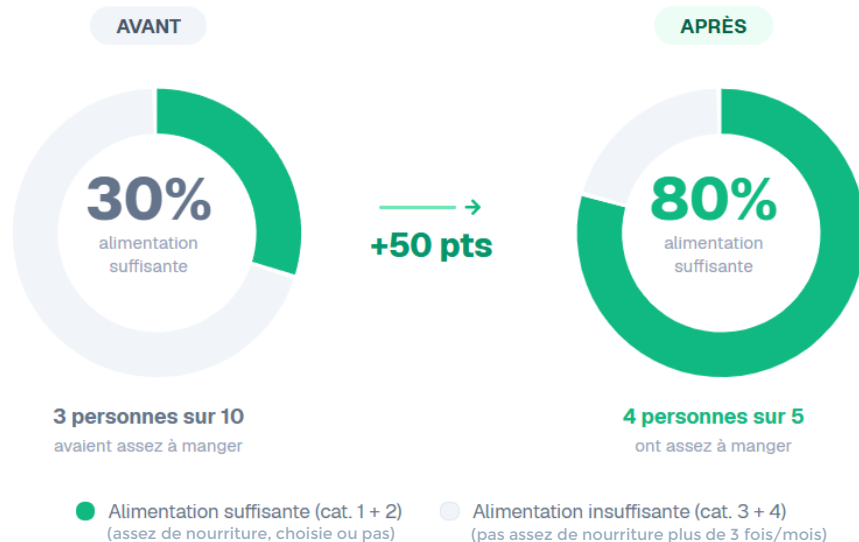
- Disparition de la catégorie 4 (Pas assez de nourriture plus de 10 fois par mois)
- ✓ - La catégorie 3 (Parfois pas assez de nourriture) devient la catégorie la moins représentée
- L'alimentation suffisante passe de 30 % à 80 %
- L'alimentation suffisante et choisie progresse d'un facteur 5

Indice de suffisance alimentaire

L'accès à une alimentation suffisante devient la norme



Part des participants disposant d'une alimentation suffisante (catégories 1 + 2), avant et après les apports de la Cuisine du 101 — n = 20 répondants



Avant la C101, l'accès à une alimentation suffisante était l'**exception** (3 sur 10).

Après, il est devenu la **règle partagée** par 4 personnes sur 5.



Verbatims



« Je peux choisir plus de légumes »

« Il y a quand même des choses qui ont changé, maintenant je fais la galette semoule, des soupes, je prépare ce que je veux.

« Je peux manger ce que j'aime et en quantité suffisante. »



= intégration du résultat dans un 4 pages communicant

Impact de la Cuisine du 101 sur la sécurité alimentaire

Une transformation profonde mesurée auprès de 20 répondants – avant et après les apports de la Cuisine du 101.

Le dispositif produit un effet **transformateur** sur la situation alimentaire des participants.

-70%

Insécurité alimentaire

De 70 % à 20 % des participants en situation précaire

+50pts

Alimentation suffisante

De 30 % à 80 % des participants bien nourris

×5



Liberté alimentaire

Alimentation choisie multipliée par 5 : de 10 % à 50 %

1

Disparition de l'insécurité sévère

Avant la Cuisine du 101, **3 personnes sur 20 (15 %)** manquaient fréquemment de nourriture, plus de 10 fois par mois. En fréquentant le lieu, cette catégorie **disparaît entièrement**. Les besoins alimentaires les plus critiques sont couverts, mettant fin aux situations de manque chronique pour l'ensemble des personnes concernées.

2

La précarité modérée devient marginale

La catégorie 3 – personnes manquant parfois de nourriture (3 à 10 fois/mois) – était la **plus représentée avant l'intervention avec 55 %** des répondants. Après les apports de la C101, elle tombe à **20 %**, devenant la catégorie la moins fréquente. La situation qui décrivait plus d'un participant sur deux est devenue une situation minoritaire.

3

L'alimentation choisie devient accessible

1 participant sur 10 mangeait librement ce qu'il souhaitait avant la participation à la Cuisine du 101. Ils sont **désormais 1 sur 2**.

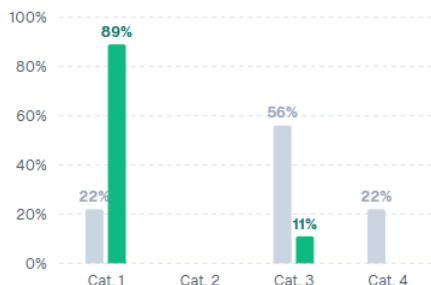
✓ **La Cuisine du 101 remplit pleinement sa mission socle** : garantir un accès à une alimentation digne et régulière pour des publics en situation de vulnérabilité, en réduisant de 70 % à 20 % la part des personnes en insécurité alimentaire et en éliminant les situations de manque sévère.

Détail indice de suffisance alimentaire – Femmes/Hommes

Impact de la C101 sur l'alimentation — par genre

Situation alimentaire AVANT vs APRÈS les apports de la Cuisine du 101

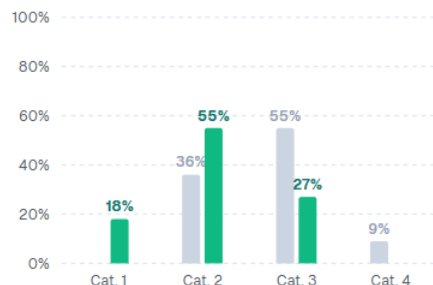
♂ Hommes n = 9 répondants



Alimentation suffisante (cat. 1+2)

Avant : 22% → Après : 89% +67 pts

♀ Femmes n = 11 répondants



Alimentation suffisante (cat. 1+2)

Avant : 36% → Après : 73% +37 pts

● AVANT la C101

● APRÈS la C101

♂ Hommes — impact très fort

L'alimentation suffisante passe de 22 % à 89 %, portée quasi exclusivement par la cat. 1 (liberté de choix totale).

♀ Femmes — impact réel, plus progressif

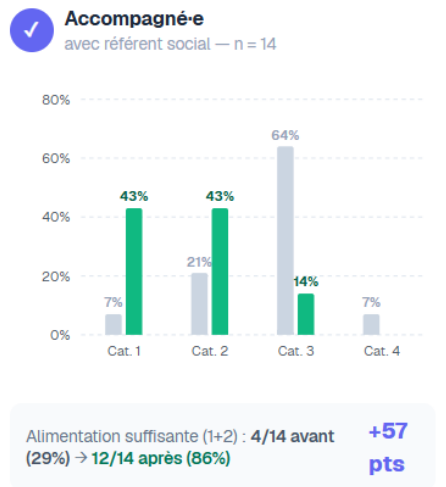
L'alimentation suffisante passe de 36 % à 73 %, avec un basculement vers la cat. 2 (assez, pas toujours le choix).

- ✓ Différences notables des impacts pour les femmes (plus progressif, et moins vers l'alimentation suffisante et choisie) que pour les hommes (très fortement représentés en cat 1, avec situation de départ plus dégradée)
- Un effet direct de la taille de foyer ? Les apports du 101 couvrent quasi-intégralement les besoins individuels des hommes (100 % seuls). Pour une femme en situation familiale (33 % du groupe féminin), les mêmes apports sont dilués sur plusieurs personnes, et ne suffisent probablement pas à faire basculer l'évaluation globale du foyer vers une alimentation suffisante.

Détail indice de suffisance alimentaire – Accompagnés ou pas

Impact de la C101 sur l'alimentation — selon l'accompagnement social

Situation alimentaire AVANT vs APRÈS les apports de la Cuisine du 101 — n = 20 répondants

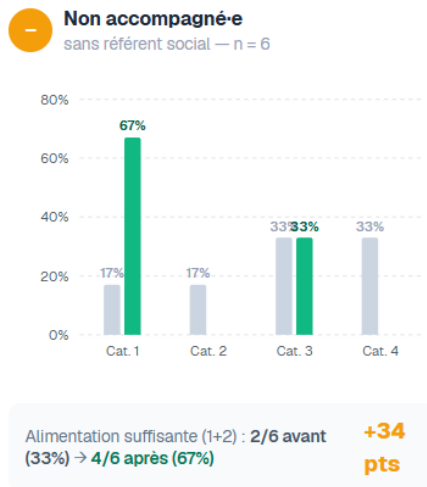


● AVANT la C101

● APRÈS la C101

✓ Accompagné-e — impact très fort (+58 pts)

Partent d'une situation plus dégradée (28 % suffisant, 4/14). Après la C101 : **86 %** (12/14) ont une alimentation suffisante. La cat. 4 disparaît totalement.



— Non accompagné-e — impact significatif (+33 pts)

33 % avaient une alimentation suffisante avant (2/6). Après : **67 %** (4/6). La cat. 4 disparaît également, mais 33 % restent en cat. 3.

- ✓ L'impact vers la suffisance alimentaire pour les personnes accompagnées (de 28 à 86 %) est plus fort que pour les personnes non accompagnées (de 34 à 67 %).
- Un référent social facilite la régularité de la fréquentation du 101 : il oriente activement vers le dispositif, lève les freins pratiques (démarches, mobilité, confiance), et assure un suivi dans la durée. Les personnes accompagnées accèdent ainsi plus pleinement aux apports de la cuisine, là où les personnes sans référent peuvent fréquenter le 101 de façon plus ponctuelle ou motivée par d'autres aspects que l'alimentation (socialisation, ateliers), limitant mécaniquement l'effet sur la situation alimentaire.

Détail indice de suffisance alimentaire – Hébergement

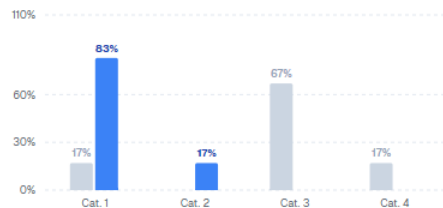
Impact de la C101 sur l'alimentation — selon le type d'hébergement

Situation alimentaire AVANT vs APRES les apports de la Cuisine du 101 — n = 20 répondants



Rue / Hôtel

n = 6

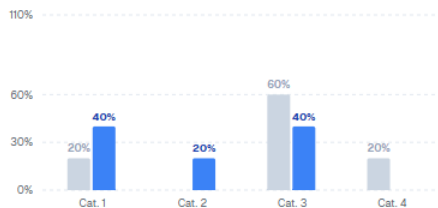


Suff. (1+2) : 1/6 → 6/6

+83 pts

Hébergé chez un tiers

n = 5



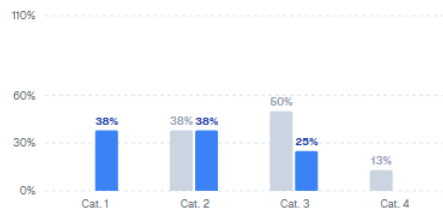
Suff. (1+2) : 1/5 → 3/5

+40 pts



Foyer social

n = 8



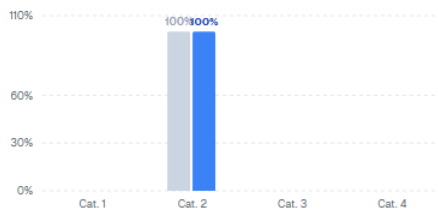
Suff. (1+2) : 3/8 → 6/8

+37 pts



Appart / Maison

n = 1 — indicatif



Suff. (1+2) : 1/1 → 1/1

0 pt



- L'impact est le plus fort pour les personnes à la rue ou à l'hôtel (majoritairement des hommes seuls) : partant du niveau de suffisance alimentaire le plus bas, elles atteignent toutes une alimentation considérée comme suffisante.
- Pour les personnes hébergées chez un tiers ou en foyer social, l'impact de la Cuisine du 101 est du même ordre et plus progressif que pour les personnes à la rue ou à l'hôtel, ce qui peut s'expliquer par le fait qu'elles disposent plus souvent d'un accès à un moyen de cuisiner.
- *Appart/Maison : 1 seule répondante (résultat non interprétable)*

Autres impacts des permanences de cuisine collective

Impacts sur l'amélioration de l'alimentation et de la qualité des repas

Ce qui change au 101 par rapport aux habitudes ou à d'autres lieux

Question A1 — Classement par proportion de réponses positives (Tout à fait + Plutôt d'accord)
n = 16 répondants (permanences)

● Tout à fait d'accord ● Plutôt d'accord ● Neutre ● Plutôt pas d'accord ● Pas du tout d'accord

AFFIRMATION

DISTRIBUTION DES RÉPONSES (N=16)

SCORE



Le plaisir de cuisiner et de retrouver le goût des aliments



94%
positif



La possibilité de manger assis / sur place



88%
positif

La possibilité de choisir ses aliments



88%
positif

Le fait de pouvoir manger chaud



81%
positif

La possibilité de préparer des plats pour des occasions spéciales ou des fêtes



75%
positif

✓ Avec 94 % de réponses positives sur le plaisir de cuisiner, et 88 % sur la possibilité de manger assis sur place, le dispositif est unanimement reconnu comme un espace où l'on mange dignement – une dimension fondamentale que les situations de grande précarité privent le plus souvent.



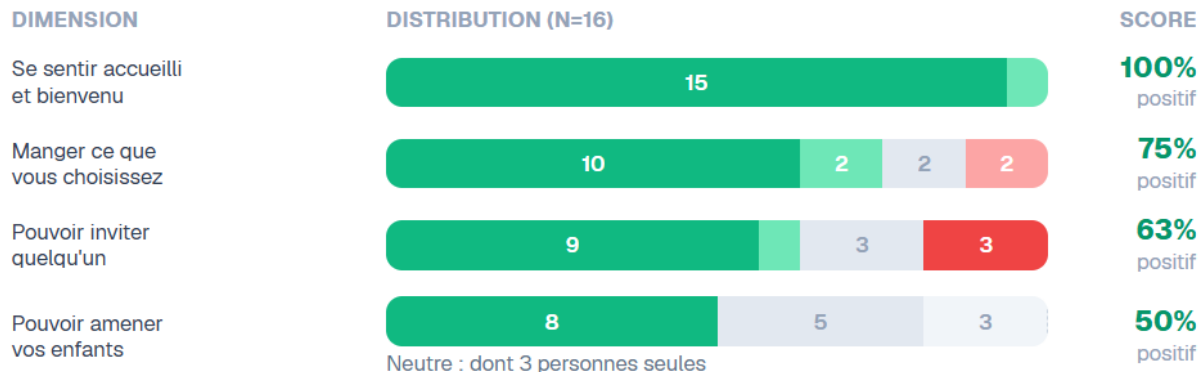
- Le plaisir de cuisiner et de retrouver le goût des aliments est le changement le plus unanimement reconnu (94 %, dont 75 % "tout à fait d'accord").
- La préparation de plats pour des occasions spéciales est le changement perçu le plus faiblement (75 %), dû probablement à un manque de place dans le lieu, ou des situations d'isolement.
- Les participants en situation d'insécurité alimentaire sévère (rue/hôtel) perçoivent fortement le changement "choisir ses aliments" car ils n'en avaient aucune possibilité avant. À l'inverse, des personnes disposant déjà d'un accès, même limité, à l'alimentation de leur choix (foyer social), ressentent moins ce bénéfice spécifique.

Impacts sur la récréation d'un cadre convivial

En venant au 101, c'est important pour vous de...

Question A2 — Classement par proportion de réponses positives (Tout à fait + Plutôt d'accord)
n = 16 répondants (permanences)

● Tout à fait d'accord ● Plutôt d'accord ● Neutre ● Plutôt pas d'accord ● Pas du tout d'accord



- ✓ Avec la totalité des réponses positives, le fait de se sentir bienvenu est unanimement valorisé par les participants qui reconnaissent et éprouvent la cohérence entre ce que le lieu affirme être (un lieu d'accueil inconditionnel) et ce qu'ils vivent réellement en y venant.



- Se sentir bienvenu est la dimension la plus positive de la totalité de l'étude.
- Choisir ses aliments arrive en 2^{ème} position, même si cela ne fait pas sens pour des personnes qui arrivent avec leurs aliments (2 plutôt pas d'accord)
- Pour les personnes seules, sans famille ni entourage proche (souvent des hommes), la dimension de pouvoir inviter quelqu'un fait moins sens. Certains ne savaient pas que cela était possible.
- Les personnes sans enfant restent indifférentes à cette possibilité de pouvoir les amener dans le lieu. La possibilité est en stand-by n'ayant plus de personne dédiée pour assurer ce service.

Impacts sur le bien-être (psychologique, physique) et le soutien moral

Venir ici au 101, est-ce que cela vous permet de...

Question A3 — Classement par proportion de réponses positives (Tout à fait + Plutôt d'accord)
n = 16 répondants (permanences)

● Tout à fait d'accord ● Plutôt d'accord ● Neutre ● Plutôt pas d'accord ● Pas du tout d'accord

DIMENSION

DISTRIBUTION (N=16)

SCORE



Globalement, avoir du plaisir à fréquenter la cuisine



100%
positif

Globalement, vous sentir mieux



94%
positif

Trouver une écoute, pouvoir parler



81%
positif

Décompresser, oublier ses problèmes, rigoler



81%
positif

Recevoir un soutien émotionnel ou moral



75%
positif

100%

des participants trouvent du plaisir à fréquenter la cuisine du 101 — aucune réponse négative ou neutre.



- Le bien-être lié à la fréquentation de la cuisine du 101 est bien là. On sait dès la première visite si on a pris du plaisir ou si on se sent mieux. Ces dimensions ne demandent pas de durée de fréquentation.
- Il y a une gradation naturelle entre parler, décompresser et recevoir un soutien moral. Cette dernière dimension implique une confiance plus grande, qui se construit avec le temps. La durée de fréquentation est un marqueur clé : tous les "anciens" de 2025 répondent positivement, tandis que les "nouveaux" de 2026 sont plus réservés sur cet aspect de soutien moral. L'absence d'espace confidentiel pour s'isoler joue également défavorablement.

Impacts sur la rupture de l'isolement et la création de liens sociaux

Grâce aux permanences du 101, vous trouvez que...

Question A4 — Classement par proportion de réponses positives (Tout à fait + Plutôt d'accord)
n = 16 répondants (permanences)

● Tout à fait d'accord
 ● Plutôt d'accord
 ● Neutre
 ● Plutôt pas d'accord
 ● Pas du tout d'accord

DIMENSION

DISTRIBUTION (N=16)

SCORE



Vous avez eu l'occasion d'aider d'autres personnes



94%
positif

Vous avez créé des liens avec de nouvelles personnes



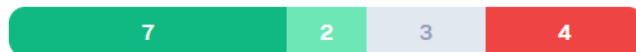
81%
positif

Vous vous sentez moins isolé(e) qu'avant



69%
positif

Vous avez plus participé à la vie locale



56%
positif

✓ La possibilité d'aider d'autres personnes est une dimension largement partagée, ce qui révèle que la Cuisine du 101 ne réduit pas ses participants au statut de bénéficiaires : en leur donnant l'occasion de contribuer, elle active un pouvoir d'agir qui précède et dépasse la simple réduction de l'isolement.



- Quasiment tous les répondants ont eu l'occasion d'aider. Cela reflète la logique coopérative du 101 – chacun contribue à la préparation, au service, au partage. Même les plus récents se sentent utiles dès leur arrivée.
- Les liens se créent avec le temps – ce sont les profils "anciens" qui répondent quasi tous positivement.
- Certains viennent pour la liberté, pas pour pallier une solitude, ou ne se percevaient pas comme isolés avant – la C101 ne change donc pas ce ressenti pour eux, même si les personnes apprécient la présence.
- Sur la vie locale, les moins d'accord sont des profils récents ou centrés sur l'alimentation, qui peuvent aider d'autres mais ne perçoivent pas cela comme une participation à la "vie locale".

Impacts sur l'acquisition de nouveaux apprentissages

Grâce aux permanences de la cuisine, vous avez pu...

Question A5 — Classement par proportion de réponses positives (Tout à fait + Plutôt d'accord)
n = 16 répondants (permanences)

● Tout à fait d'accord ● Plutôt d'accord ● Neutre ● Plutôt pas d'accord ● Pas du tout d'accord

DIMENSION

DISTRIBUTION (N=16)

SCORE

★ Transmettre une recette, une technique...



75%
positif

★ Mieux comprendre la nutrition, mieux manger



75%
positif

Apprendre ou mieux pratiquer la langue française



69%
positif

Apprendre de nouvelles recettes ou utilisation du matériel



63%
positif

✓
★ La Cuisine du 101 est autant un lieu d'apprentissage que de partage de savoirs culinaires. Le dispositif active un capital caché : des personnes qui ne venaient pas pour transmettre se découvrent une compétence à partager.



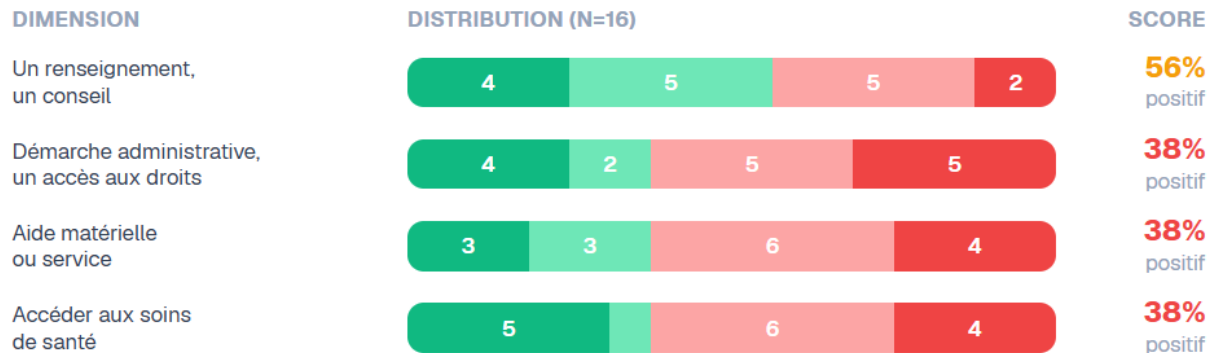
- Transmettre une recette, une technique est globalement aussi important que comprendre la nutrition.
- Et transmettre une recette est un peu plus valorisé qu'apprendre une recette !
- Le 101 est un espace de pratique informelle du français, particulièrement précieux pour les publics primo-arrivants
- La nouveauté culinaire peut être perçue positivement par les curieux, négativement par ceux qui ont d'autres priorités.

Impacts sur les démarches médicales, administratives et matérielles

Grâce au passage au 101, avez-vous pu recevoir une information en vue d'une aide...

Question A6 — Classement par proportion de réponses positives (Tout à fait + Plutôt d'accord)
n = 16 répondants (permanences)

● Tout à fait d'accord
 ● Plutôt d'accord
 ● Neutre
 ● Plutôt pas d'accord
 ● Pas du tout d'accord

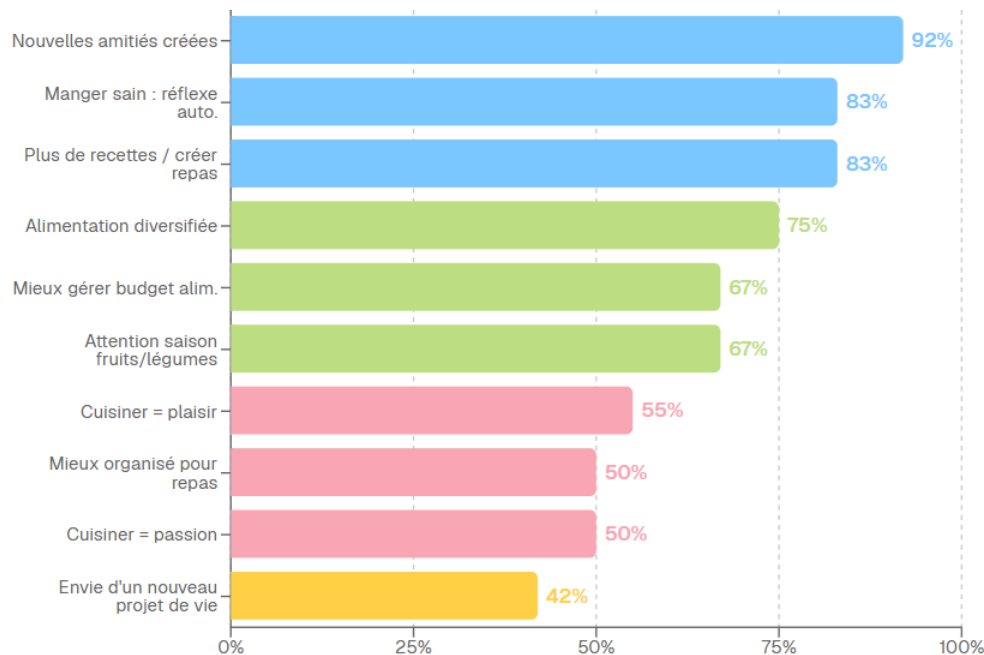


- Le dispositif n'a pas pour fonction d'apporter des renseignements ou du conseil direct, mais les répondants ont toutefois un ressenti plutôt positif dans ce domaine.
- Les scores sont nettement plus bas que dans les questions précédentes : la C101 est davantage perçue comme un lieu de cuisine et de lien social que comme un dispositif d'orientation vers des aides externes, ce qui est cohérent avec son positionnement.

Impacts des ateliers du mercredi

Impacts des ateliers du mercredi

% Réponses positives ("Tout à fait" + "Plutôt d'accord")



- ✓ Les ateliers du mercredi sont particulièrement reconnus pour leur capacité à favoriser la création de nouvelles amitiés (du fait de petits groupes), pour leur effet sur la compréhension de ce qu'est une alimentation saine et pour l'apprentissage de nouvelles recettes.
- Les effets sur l'alimentation diversifiée, la gestion du budget alimentaire et la saisonnalité des fruits et légumes sont présents mais moins forts
- L'effet « tremplin vers une nouveau projet de vie » fonctionne peu pour les personnes en appartement ou hôtel, et mieux pour les personnes en foyer social, suggérant un impact plus fort pour ceux engagés dans un parcours de réinsertion accompagné.

Impacts des ateliers du mercredi

Commentaires des personnes interrogées – La Cuisine du 101

1. Espace d'appartenance

Un lieu social avant tout

Pour plusieurs participantes, les ateliers remplissent d'abord une fonction sociale et affective. L'apprentissage culinaire est secondaire par rapport au lien humain.

"Je suis quelqu'un qui aimait déjà bien cuisiner ! Je trouve beaucoup de choses à la Cuisine du 101, c'est ma 2e maison, je suis à l'aise."

– Femme, foyer social, 5+ ateliers

2. Saisonnalité & légumes

Un effet même chez les profils initiés

Plusieurs participants qui cuisinaient déjà avant les ateliers reconnaissent un effet sur leur rapport aux produits frais et de saison.

"J'ai toujours fait attention aux saisons, mais les ateliers m'ont fait manger plus de légumes. J'aimais déjà cuisiner et bien manger avant les ateliers."

– Homme, rue, 5+ ateliers

3. Effet "tremplin"

Rare mais fort – vers un projet de vie

Un verbatim se distingue nettement et illustre le score positif (projet de vie) chez les profils en foyer social accompagnés.

"Ça donne envie et des idées de créer soi-même des projets similaires pour des personnes en grande précarité administrative et alimentaire, encore avec plus de moyens."

– Femme, foyer social, 5+ ateliers

4. Aide à se sentir mieux

Reconstruction pour personnes fragilisées

Un commentaire rappelle que les ateliers peuvent jouer un rôle de reconstruction pour des personnes traversant une période d'isolement ou d'épuisement.

"Expérience très positive côté social : beaucoup de rencontres et d'interactions qui permettent de se sentir mieux mentalement. C'est important, car j'ai été en burn-out et me suis isolée à la suite de cela."

– Femme, appartement, 5+ ateliers



Avec ses ateliers, la Cuisine du 101 conforte sa mission autour du « bien manger » et la dépasse : elle constitue un espace favorable à la création d'amitiés, de reconstruction personnelle et, pour certaines, un tremplin vers un projet de vie.

Impacts de la Cuisine en vadrouille

La Cuisine en vadrouille

Une exploration qualitative exploratoire fondée sur les témoignages de deux participantes – non représentative, mais riche en pistes d'interprétation.

 **Précaution préalable importante** – Seules deux femmes (une seule, une en couple avec enfants) ont répondu à cette section, toutes deux résidant en appartement avec un fort ancrage dans le quartier (présence depuis plus de 5 fois aux événements). Les profils sont très proches (femmes, appartement, quartier), ce qui réduit la diversité de points de vue. Il s'agit d'une exploration qualitative, **non d'un bilan représentatif**.

Ce qui semble fonctionner

Un effet de lièvre mise en lien

Les deux participantes évoquent une dimension de rencontre et de reconnaissance, mais la nuancent spontanément. La Cuisine en vadrouille remplit une fonction de **mise en contact et de familiarisation** dans le quartier – une valeur en soi dans des contextes urbains où la relation de voisinage s'efface.

"J'ai créé des relations mais pas forcément 'solides', j'ai connu une de mes voisines à la cuisine du 101."

Un effet positif sur la confiance en soi

Les deux femmes convergent sur ce point – toutes deux "Plutôt d'accord" pour la confiance en soi et l'envie de passer à l'action. Ce signal, bien que fragile, suggère que les événements **hors les murs** créent une dynamique de participation active qui peut renforcer l'estime personnelle, peut-être davantage que les permanences fixes.



Signal convergent entre les deux participantes sur la confiance en soi et l'envie d'agir.



Ce qui semble moins opérant

Deux dimensions révèlent des lectures divergentes entre les participantes, invitant à une interprétation prudente et nuancée.

Autonomie et reconnaissance entre voisins

Sur ces deux questions ("Votre autonomie s'est développée?" ; "Les voisins et personnes du 101 se reconnaissent plus facilement?"), les deux femmes **s'opposent** : l'une valide, l'autre invalide. Cette divergence pourrait refléter des situations de départ très différentes – femme seule versus femme en famille avec enfants – ou des attentes distinctes vis-à-vis de l'activité.

Le regard sur la rue et la précarité

C'est la dimension ("Votre regard sur la rue et la précarité a changé?") la plus clivante : une participante répond "**Pas du tout d'accord**", l'autre "**Plutôt d'accord**". La personne vivant seule, sans enfants, ne perçoit pas de changement dans son regard sur la précarité – peut-être déjà sensibilisée, ou peut-être que les événements ne créent pas cet effet de prise de conscience. La mère de famille semble avoir été davantage touchée par cette dimension.

Adapter le format à la réalité des participants ?

Les deux suggestions d'amélioration formulées convergent vers un même besoin : **mieux coller aux contraintes de vie des familles.**

Place des adultes ?

"Plus de dialogues entre adultes pendant les after-schools."

Horaires à adapter ?

"L'after-school ça m'irait mieux un peu plus tard car l'école est plus loin maintenant."

Ces retours pointent un format "Cuisine en vadrouille" pensé en particulier pour les enfants, mais qui semble peiner d'après les 2 réponses à intégrer pleinement les adultes qui accompagnent – ou à s'adapter aux mobilités du quartier (distance école, horaires).

En résumé

Contact social doux ✓

Crée des occasions de rencontre dans le quartier et favorise une 1ère familiarisation entre voisins.

Confiance en soi ✓

Renforce ponctuellement l'estime personnelle grâce à une dynamique de participation active hors les murs.

À approfondir 🔄

La force des liens créés et la transformation du regard sur la précarité restent à évaluer sur un échantillon plus large.

Ajustements pratiques ⚙️

Horaires, place pour les adultes : des adaptations nécessaires pour rendre le format pleinement inclusif ?

❗ L'exploration doit être poursuivie pour évaluer la force de la création des liens et la transformation profonde du regard sur la précarité. Le format "after-school" est bien reçu dans son intention, mais nécessite probablement des ajustements pratiques pour être pleinement inclusif.

Impacts du labo d'innovation

Les partenaires de La Cuisine du 101

Cinq partenaires du dispositif ont été interrogés dans le cadre de cette étude. Ils représentent des profils variés, reflétant la diversité des relations entretenues avec le projet – financeurs, opérateurs de terrain et acteurs de l'écosystème alimentaire marseillais.

1 Service déconcentré de l'État
Chargé des politiques de lutte contre le sans-abrisme, la précarité alimentaire et la veille sociale à l'échelle départementale.

2 Direction de la politique de la ville
Au sein de la métropole, intervenant sur les quartiers prioritaires du 3e arrondissement de Marseille.

3 Groupe associatif national
Gérant des dispositifs d'hébergement d'urgence pour des familles monoparentales et des femmes victimes de violences conjugales.

4 Organisation internationale
Présente à Marseille depuis 2019, spécialisée dans le droit à l'alimentation et l'appui aux structures partenaires.

5 Association locale paire
Gérant un tiers-lieu de restauration et d'action sociale, dont le modèle est proche de celui de La Cuisine du 101.

① Ces entretiens ont été réalisés entre **mars et avril 2026**. Ils permettent de croiser les regards concernant un dispositif reconnu par tous comme **original et pertinent**.

Trois types de regards croisés

- Financeurs institutionnels
- Opérateurs de terrain
- Acteurs de l'écosystème alimentaire

Effets liés au "Laboratoire d'innovation"

Fondée sur la synthèse de **cinq entretiens partenaires**, cette analyse explore les effets structurants produits par le dispositif sur l'ingénierie de projet, les partenariats, et la coopération entre acteurs de la précarité alimentaire à Marseille.

1. Ingénierie de projet

Construction d'un modèle hybride, trajectoire d'hybridation assumée, tension entre cœur de métier et besoins multidimensionnels.

2. Partenariats

Maillage territorial dense, autonomie relationnelle, diversité des formes de coopération, reconnaissance comme ressource structurante.

3. Coopération entre acteurs

Émergence d'une coordination collective inédite, complémentarité, décroisement des cultures professionnelles.

3 AXES

"À l'origine, ce projet avait une vocation très précise, et il évolue."

– Partenaire métropolitain

 Le dispositif est né dans le contexte COVID pour répondre aux besoins alimentaires des personnes hébergées en hôtel, avant d'évoluer vers une forme plus complexe qu'aucune catégorie préexistante ne suffit à décrire.

Ingénierie de projet & Partenariats

Une trajectoire d'hybridation assumée

Le premier effet structurant est la construction progressive d'un **modèle hybride** qui ne rentre dans aucune case préexistante. Ni le terme "tiers-lieu" ni celui de "dispositif social" ne semblent suffire à décrire la réalité observée. La structure paire propose la notion d'"**espace de vie sociale**", plus ajustée. Cette évolution signale une capacité d'adaptation à la réalité des besoins du territoire – une forme d'innovation sociale en ingénierie de projet.

Un maillage territorial dense et autonome

"L'équipe a vraiment elle-même développé des liens directs avec de nombreux partenaires sans notre intermédiaire, et c'est très bien comme ça."

– Partenaire métropolitain

Cette **autonomie relationnelle** est peu courante dans les dispositifs subventionnés, souvent fortement dépendants des réseaux de leurs financeurs.



Plusieurs partenaires identifient un **risque de glissement fonctionnel** : le dispositif est mobilisé comme point d'orientation vers les démarches administratives et médicales, mais doit conserver l'essence du lieu (alimentation, dignité, répit) sans se transformer en pôle d'accès aux droits.

Une palette inédite de formes partenariales

Financier-opérateur

État, collectivité – formalisé tardivement (fin 2025 via contrat de ville)

Insertion territoriale

Mise en réseau, participation aux instances, intégration aux dynamiques de quartier

Mobilisation des bénéficiaires

Financement direct d'ateliers ciblés par un opérateur d'hébergement, avec travailleuses sociales

Partenariat pair

Échanges de pratiques, prêt de matériel, co-representation institutionnelle au CA

Cette diversité des formes de coopération est elle-même un **effet d'innovation organisationnelle**. La Cuisine du 101 est passée d'un projet expérimental à une **ressource structurante du quartier**, identifiée et orientée par d'autres acteurs – le bouche-à-oreille en est un indicateur fort.

Coopération entre acteurs de la précarité alimentaire



Coordination collective inédite

Dès 2022, constitution d'un **collectif territorial pluriacteurs** autour de l'alimentation des personnes hébergées en hôtel 115. La présence du dispositif a contribué à fédérer des acteurs qui ne coopéraient pas formellement auparavant – un effet organisationnel direct.



De la juxtaposition à la complémentarité

Le partenaire gestionnaire d'hébergements décrit comment La Cuisine du 101 comble une lacune que sa propre structure ne peut combler : le lien social pour des familles dispersées en hébergement diffus.

| *"C'est vraiment complémentaire sur le lien social."*



Décloisonnement des cultures professionnelles

Le partenaire spécialisé en alimentation a découvert des phénomènes inattendus : des usagers invitant eux-mêmes des voisins isolés, des amitiés durables. Le partenaire étatique nomme explicitement la valeur du **"temps de répit"** – une évolution notable dans la façon dont les institutions pensent l'accompagnement.

- ❑ Cette articulation entre structures ne résulte pas d'une planification top-down mais d'une **auto-organisation de proximité**, caractéristique d'une dynamique de laboratoire d'innovation sociale.

Un chantier encore ouvert

Le partenaire spécialisé souhaite que La Cuisine du 101 soit **d'avantage inscrite dans la coordination globale de l'aide alimentaire à l'échelle de l'ensemble du territoire marseillais**, au-delà de son réseau immédiat. Les effets de coopération produits à l'échelle micro-territoriale pourraient être élargis à l'écosystème institutionnel dans son ensemble.

Effets observés à l'échelle micro-territoriale

- Collectif pluriacteurs constitué dès 2022
- Orientation croisée entre structures complémentaires
- Transformation des représentations de l'aide alimentaire
- Reconnaissance du "répit" comme valeur institutionnelle

Des effets de système qui dépassent la vocation initiale



Ce que révèle l'ensemble des entretiens, c'est que La Cuisine du 101 a produit des **effets de système** qui dépassent largement sa vocation initiale de lutte contre la précarité alimentaire : elle a modifié les pratiques partenariales locales, ouvert des espaces de coopération informels, et contribué à redéfinir ce que peut être un lieu d'aide alimentaire.

Pourquoi la désignation "labo d'innovation" est justifiée

Non pas tant par les outils ou les méthodes mobilisés, mais par **sa capacité à expérimenter de nouvelles formes de faire ensemble** dans un écosystème complexe, et à en diffuser les effets vers les acteurs qui l'entourent.

→ Expérimentation

Tester des formes hybrides sans modèle préexistant

→ Auto-organisation

Construire des coopérations de proximité sans planification top-down

→ Diffusion

Transformer les pratiques et représentations des acteurs environnants

Perspectives

- Consolider l'essence du lieu face aux risques de glissement fonctionnel
- Formaliser les apprentissages du laboratoire pour les rendre transférables
- Renforcer la place du dispositif dans les instances institutionnelles au-delà du réseau immédiat

La Cuisine du 101 : un tiers-lieu ou un dispositif social ?

La Cuisine du 101 : tiers-lieu ou dispositif social ?

Chez les partenaires interrogés, le consensus se dessine autour d'une **hybridation** – la Cuisine du 101 n'est pas considérée comme un dispositif social pur, mais le terme "tiers-lieu" lui-même est jugé polysémique.

Un double ancrage fondamental

Tiers-lieu par la forme

Lieu ouvert, libre d'accès, non stigmatisant, qui ne parle pas "social" d'emblée.

Dispositif social par le fond

Réponse à des besoins réels de précarité, lien avec des parcours d'hébergement, travail de médiation humaine.



Ce qui ressort de manière convergente, c'est la **forme originale** de cet espace : ni tout à fait tiers-lieu, ni tout à fait dispositif social – une hybridation assumée qui constitue sa singularité.

Parler d'un "tiers-lieu social" ?

Terme est utilisé par des acteurs publics et le monde associatif pour désigner un espace hybride dont la vocation première est sociale : tisser du lien, favoriser l'inclusion et répondre à des enjeux de société.

Les 5 dimensions d'un tiers-lieu

Selon [France Tiers-Lieux](#) – GIP associant 5 Ministères (économie, travail, enseignement, culture, cohésion des territoires), l'ANCT et l'association nationale des tiers-lieux.

De l'anglais *third-place* : un lieu où les personnes se plaisent à se regrouper de manière informelle, hors du domicile (*first-place*) et du lieu de travail (*second-place*).

01

Entrepreneuriat ancré dans le territoire

02

Expérimentation et création

03

Hybridation d'activités et de revenus

04

Vie, convivialité et mixité

05

Libre contribution et évolutivité

Analyse globale des impacts selon les enjeux de départ

Analyse globale

La Cuisine du 101 face à ses enjeux

Une lecture finale des forces, limites et pistes de développement du dispositif, à travers les trois enjeux majeurs du dispositif

1

Enjeu 1

Ruptures multiples des publics en grande précarité

2

Enjeu 2

Dépasser les limites de l'aide alimentaire traditionnelle

3

Enjeu 3

Ancrage territorial et partenariats locaux

Répondre aux ruptures multiples des publics en grande précarité

Rupture alimentaire

Le dispositif produit un effet transformateur majeur et documenté. L'insécurité alimentaire recule, les situations de manque sévère disparaissent complètement, et l'alimentation "choisie" augmente fortement. La dimension culinaire est également bien reconnue : 94 % des participants valorisent le plaisir de cuisiner et de retrouver le goût des aliments.

-70%

Insécurité alimentaire

De 70 % à 20 % des participants

Rupture de dignité

Le sentiment d'être bienvenu fait consensus (94 %). L'accueil inconditionnel est vécu comme cohérent avec ce que le lieu affirme être. Les participants ne sont pas réduits à un rôle passif : la quasi-totalité a eu l'occasion d'aider, ce qui active un pouvoir d'agir réel. Transmettre une recette est même légèrement plus apprécié qu'en apprendre une, signe d'une inversion du rapport bénéficiaire/contributeur.

×5

Liberté alimentaire

De 10 % à 50 % d'alimentation choisie

Rupture sociale (amorce)

Le bien-être psychologique et la décompression sont perçus dès la première visite. Le dispositif crée des conditions favorables à l'émergence de liens, en particulier pour ceux qui fréquentent le lieu depuis plus de 6 mois.

100%

Sentiment de bienvenue

Accueil inconditionnel plébiscité

Ruptures sociales et territoriales : des effets à approfondir

Si les premières ruptures sont bien adressées, certaines dimensions peuvent nécessiter des ajustements.

Rupture sociale (en profondeur)

Le soutien moral et la création de liens solides sont des effets qui se construisent dans la durée. Les "nouveaux" (arrivés en 2026) restent réservés sur ces dimensions. L'absence d'espace confidentiel pour s'isoler est identifiée comme un frein. La dimension "inviter quelqu'un" ou "amener ses enfants" est peu activée.

Rupture territoriale

La découverte d'autres ressources locales (autres sites, jardins partagés, etc.) est mentionnée mais de façon non systématique. Les passerelles vers d'autres lieux ressources existent mais ne sont pas encore totalement structurées.

Différences selon les profils

L'impact sur la suffisance alimentaire est moins fort pour les **femmes avec enfants** (dilution des apports sur le foyer), et pour les **personnes sans référent social** (fréquentation plus ponctuelle). Ces inégalités d'effet sont à prendre en compte pour adapter le dispositif.

Dépasser les limites des dispositifs traditionnels d'aide alimentaire



Contre la standardisation

Le dispositif propose une alimentation choisie et culturellement adaptée aux publics. La liberté alimentaire est démultipliée. Les personnes les plus précaires (rue/hôtel) perçoivent fortement ce changement car elles n'avaient aucune possibilité de choix auparavant.



Contre la passivité des usagers

La logique coopérative du lieu est pleinement opérante : chacun contribue à la préparation et au service dès son arrivée. Le dispositif active un capital caché de compétences culinaires à partager.



Au-delà de la distribution d'urgence

La Cuisine du 101 est unanimement reconnue comme un espace de vie sociale. Les ateliers du mercredi sont particulièrement efficaces pour créer de nouvelles amitiés (petits groupes). Le lieu est décrit par une participante comme *"ma 2ème maison"*.

Approche globale et effet tremplin : des leviers à activer

L'approche globale (santé, démarches, insertion)

Les scores sur les impacts relatifs aux conseils et démarches administratives et médicales sont nettement plus bas que sur les autres dimensions. Le dispositif est davantage perçu comme un lieu de cuisine et de lien social que comme un outil d'orientation, ce qui correspond au positionnement du dispositif.

La question est donc moins "faire plus" que "articuler mieux" avec d'autres structures.

L'effet "tremplin vers un projet de vie"

Cet effet, bien que fort quand il se produit, semble plus rare et concentré sur les personnes en foyer social accompagnées dans un parcours de réinsertion. Il est peu présent pour les personnes en hôtel ou appartement.

- ① Le positionnement de la Cuisine du 101 comme lieu de cuisine et de lien social est une force – l'articulation avec d'autres structures spécialisées est une clé pour couvrir les dimensions non adressées directement.

Renforcer l'ancrage territorial et les partenariats locaux

✓ Coordination avec les acteurs locaux

Un collectif territorial pluriacteurs s'est constitué dès 2022 autour de l'alimentation des personnes hébergées en hôtel 115 – un effet organisationnel direct attribué au dispositif. La Cuisine du 101 est désormais identifiée comme une ressource structurante du quartier, orientée par d'autres acteurs via le bouche-à-oreille. Les partenaires soulignent son autonomie relationnelle, décrite comme rare dans les dispositifs subventionnés.

✓ Complémentarité dans l'écosystème

Le partenaire gestionnaire d'hébergements décrit la Cuisine du 101 comme comblant une lacune que sa propre structure ne peut combler : le lien social pour des familles dispersées. La notion de "répit" est désormais reconnue comme valeur par les partenaires institutionnels, signalant une transformation des représentations.

✓ Positionnement hybride assumé

Le modèle "tiers-lieu social" (ni dispositif social pur, ni tiers-lieu classique) est reconnu par les partenaires comme une singularité et une valeur ajoutée. L'inconditionnalité de l'accueil est identifiée comme l'ADN du lieu et un différenciateur clé.

Ancrage territorial : des leviers à explorer

Mobilisation des habitants (Cuisine en vadrouille)

La Cuisine en vadrouille crée des occasions de contact et de familiarisation dans le quartier, avec un effet positif sur la confiance en soi. Mais les liens créés restent "doux" et non consolidés. Le format after-school est bien reçu dans son intention mais nécessite des ajustements pratiques. L'échantillon reste trop faible pour tirer des conclusions solides.

Inscription dans la coordination globale

Le partenaire spécialisé en alimentation signale que la Cuisine du 101 est encore insuffisamment inscrite dans la coordination globale de l'aide alimentaire à l'échelle de Marseille, au-delà de son réseau immédiat. Les effets produits à l'échelle micro-territoriale pourraient être élargis à l'écosystème institutionnel.

Structuration des partenariats

Les collaborations avec certains acteurs (centres sociaux, jardins partagés) existent mais pourraient être approfondies. Les apprentissages du "labo d'innovation" pourraient être formalisés pour les rendre transférables.

Synthèse des impacts face aux enjeux de la Cuisine du 101

Vue d'ensemble des forces et des axes de développement identifiés à travers les trois enjeux structurants du dispositif.

Enjeu	✓ Bien adressé	🔧 À développer
Rupture alimentaire	Fort (-70 % insécurité, ×5 liberté)	Inégalités selon profil (femmes avec enfants, sans référent)
Rupture de dignité	Fort (accueil inconditionnel, rôle actif)	Espace confidentiel manquant
Rupture sociale	Amorce rapide dès la 1ère visite	Liens profonds longs à construire
Rupture territoriale	Partiel	Passerelles vers ressources locales à systématiser
Dépasser la standardisation	Fort	A conserver
Approche globale	Partiel	Articulation avec orientations externes à renforcer
Effet tremplin	Rare mais fort	À amplifier pour profils en parcours de réinsertion
Partenariats opérationnels	Fort	Inscription dans coordination globale marseillaise à consolider
Mobilisation habitants	Fragile	Liens à consolider, format Vadrouille à ajuster
Positionnement dans l'écosystème	Singularité reconnue	Différenciation à mieux formaliser vis-à-vis des institutions



La Cuisine du 101 démontre un impact transformateur remarquable sur les ruptures alimentaires et la dignité. Les prochaines étapes potentielles portent sur l'approfondissement des liens sociaux, la systématisation des passerelles territoriales et l'inscription dans la coordination globale marseillaise à plus grande échelle.

Conserver et renforcer l'inconditionnalité de l'accueil

**Toute personne franchissant la porte
sait qu'elle a sa place.**

Un combat en soi

Conserver l'inconditionnalité est un combat en soi :

continuer à accueillir pour cuisiner, manger, quel que soit le service ou l'activité proposée.

La force du tiers-lieu

C'est précisément parce que le lieu est un **tiers-lieu hybride** (et non un dispositif social classique) qu'il peut se permettre cette flexibilité et cette ouverture sans condition d'entrée.

Une valeur ajoutée à défendre

Cette inconditionnalité est vue comme **l'identité propre et la valeur ajoutée** du lieu, à défendre vis-à-vis des institutions financeurs qui pourraient vouloir la conditionner.

-  L'inconditionnalité n'est pas une contrainte – c'est le **cœur de l'ADN** de la Cuisine du 101. Les pistes d'évolution doivent être pensées en cohérence avec ce principe fondateur.

Pistes et préconisations de développement du dispositif

Axes de développement de la Cuisine du 101

11 pistes de réflexion pour enrichir les services, renforcer l'ancrage territorial et favoriser l'autonomisation des publics.

① Autres services envisageables

- Diversifier avec épicerie sociale, bagagerie, permanences sociales, socio-esthétique, réemploi ou FabLab
- Piste traiteur/cantine écartée (contraintes HACCP) – préparations collectives pour événements gratuits restent possibles
- Restaurant solidaire ou mise à disposition des locaux aux associations du quartier envisagés

② Animations et ateliers

- Développer des animations en partenariat sur emploi, santé, journées thématiques
- Programmer des ateliers socioculturels (mardis, jeudis, vendredis) portés par des partenaires du territoire
- Optimiser les ateliers du mercredi en reconfigurant objectifs et financements

③ Fréquence & horaires

- Ouvrir plus fréquemment, idéalement chaque jour, ou via des partenariats pour les créneaux non utilisés
- Revoir les horaires pour permettre le repas partagé sur place sans contrainte de temps
- Augmenter les permanences pour répondre à la demande des partenaires

④ Les locaux

- Agrandir ou améliorer l'espace existant
- Mieux accueillir les enfants dans les locaux

⑤ Autonomisation des publics

- Permettre aux usagers de proposer et organiser eux-mêmes des activités, sans encadrement salarié systématique
- Faire monter en compétences certains usagers pour qu'ils deviennent bénévoles référents ou "travailleurs pairs"
- S'inspirer d'une gouvernance partagée intégrant usagers, voisins et partenaires, sur le modèle de la formation entre pairs

Vers un modèle de référence à Marseille

⑥ Approvisionnement fruits & légumes

- Accéder à des fruits et légumes biologiques produits localement via le DADA et des financements de fondation
- Créer un lien direct avec des maraîchers en circuit court pour renforcer la qualité
- S'inscrire dans la dynamique de la Sécurité sociale de l'alimentation expérimentée à Marseille

⑦ Identité nutrition / santé

- Positionner la Cuisine du 101 comme lieu ressource de référence sur la nutrition dans le quartier
- Structurer un accompagnement nutritionnel préventif pour les maladies chroniques et l'alimentation des enfants
- Articuler ce positionnement avec le lien aux maraîchers et les ateliers santé

⑧ Statut du lieu

- Envisager un statut de SCIC pour une gouvernance multipartenariale (usagers, salariés, institutions)
- Renforcer et assumer l'identité de tiers-lieu, vecteur d'innovation et d'expérimentation
- S'appuyer sur des modèles existants (SCOP Hôtel du Nord, IAE via le Bouillon de Noailles)

⑨ Formation

- Explorer la formation aide à la personne
- Louer l'espace à des OF ou à des collectifs/particuliers comme source de revenus complémentaires
- Valoriser les compétences transversales des participants via des modules adossés à des référentiels diplômants

⑩ Développement territorial & essaimage

- Essaimer le modèle de la Cuisine du 101 à d'autres quartiers de Marseille pour en faire une vraie politique publique
- Permettre à toutes les personnes sans cuisine d'accéder à des cuisines collectives
- L'impact clair auprès des bénéficiaires plaide pour un déploiement métropolitain

⑪ Mise en place de petits déjeuners

S'inspirer du modèle du **Bouillon de Noailles** : accueil gratuit, autogéré par des bénévoles. Cette idée est déjà intégrée dans un appel à projets déposé à la Métropole. Potentiel de lien social fort, propice à l'autonomisation des bénévoles et à l'inclusion des personnes isolées.

- ✓ **L'impact clair auprès des bénéficiaires et la richesse des partenariats existants plaident pour un déploiement métropolitain ambitieux de la Cuisine du 101.**

D'autres services envisageables

Plusieurs services complémentaires à la cuisine et aux activités culturelles ont été évoqués pour enrichir le lieu et diversifier les raisons d'y venir.

Épicerie sociale & bagagerie

Des services de proximité pour répondre aux besoins quotidiens des usagers.

Permanences partenaires

Emploi, santé, démarches administratives – en lien avec des acteurs déjà financés sur le territoire.

Socio-esthétique & ateliers femmes

Des ateliers spécifiques pour les femmes, alliant bien-être et lien social.

Réemploi & FabLab

Intégrer des pratiques de réemploi et de fabrication créative dans l'offre du lieu.

"Ouvrir un restaurant solidaire en faisant travailler des hébergées dedans ? Ou proposer l'ouverture le soir ?"

– Partenaire gestionnaire d'hébergements

 L'idée générale est qu'une **diversification de services** permettrait aux usagers de venir pour plusieurs raisons et enrichirait le lieu, tout en ayant un impact positif potentiel sur la fréquentation. Elle pose toutefois la question de l'**espace disponible** et des moyens nécessaires.

Animations et ateliers : programmation et optimisation

1

Animations tiers-lieu

Développer des animations en collaboration avec des partenaires sociaux, sur des thématiques telles que l'emploi, la santé, ou des journées thématiques ponctuelles.

2

Ateliers socioculturels

Les **mardis, jeudis et vendredis** : ateliers culturels divers, projections de films, cours de français. Ces activités pourraient être portées en partie par d'autres partenaires financés sur le territoire, allégeant ainsi la charge pour l'équipe.

3

Optimisation du mercredi

Retravailler les objectifs et les actions selon les besoins identifiés, et réfléchir aux financements les plus adaptés pour les ateliers du mercredi.

Fréquence d'ouverture, horaires et locaux

PISTE 3

Fréquence & horaires

La demande d'une **ouverture quotidienne ou plus fréquente** est formulée par plusieurs partenaires.

"Dans l'immédiat, s'il n'y a pas la possibilité d'ouvrir plus souvent, il serait souhaitable d'avoir un partenariat avec une autre structure qui serait en capacité d'utiliser l'équipement pour les jours où il n'est pas utilisé."

– Partenaire spécialisé en alimentation

Revoir également les horaires pour préserver le **temps de repas partagé sur place** : certaines participantes repartent avec des "doggy bags" faute de temps pour manger ensemble avant d'aller chercher les enfants à la crèche.

PISTE 4

Les locaux

Agrandir ou améliorer les locaux, notamment pour pouvoir accueillir les enfants dans de meilleures conditions.



L'espace disponible est une contrainte transversale à plusieurs pistes d'évolution. Elle conditionne la faisabilité de nombreux projets.

– Partenaire gestionnaire d'hébergements

L'autonomisation des publics

C'est un axe **fortement partagé** par l'ensemble de l'équipe et des partenaires. Il s'agit de faire évoluer le lieu vers plus de participation active et d'autogestion.



Proposer & mettre en place

Permettre aux publics de **proposer et mettre en place des activités eux-mêmes**, sans encadrement salarié systématique, potentiellement en lien avec des voisins du quartier.



Formation entre pairs

S'inspirer du modèle de **formation entre pairs** : chaque personne est porteuse de savoirs (cuisine, numérique, démarches administratives) qu'elle peut transmettre à d'autres.

"On pourrait dire qu'elles n'auraient même pas besoin de travailleurs sociaux finalement pour faire cet atelier. Si les dames avaient les clés et savaient utiliser les lieux, elles pourraient gérer. (...) Ça pourrait être une perspective : avoir un 'travailleur pair' qui puisse gérer ça pour que nous n'ayons plus besoin d'y aller."

– Partenaire gestionnaire d'hébergements



Monter en compétences

Faire monter en compétences ou en responsabilités certains usagers, qui pourraient devenir bénévoles ou prendre des rôles actifs dans la gestion du lieu.



Autogestion partielle

L'**autogestion partielle** est citée comme un horizon, notamment via des bénévoles référents disposant des clés du lieu (exemple des petits déjeuners au Bouillon de Noailles).

☐ Réfléchir à une **gouvernance avec le quartier** : intégrer usagers, voisins, partenaires dans la dynamique du tiers-lieu.

L'approvisionnement en fruits et légumes

Une piste concrète est en cours via le **DADA** et le financement d'une fondation, permettant d'accéder à des **fruits et légumes biologiques produits sur le territoire**.

→ Lien direct avec des maraîchers

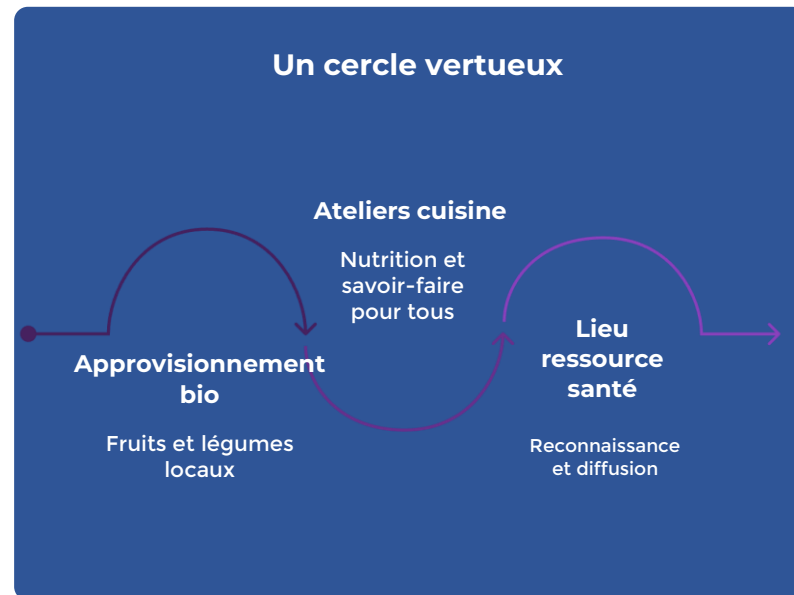
Dans une logique de circuit court et de qualité, créer un lien durable avec des productrices et producteurs locaux.

→ Lieu de référence nutrition-santé

Ce lien est présenté comme un **cercle vertueux** susceptible de renforcer la Cuisine du 101 comme lieu de référence sur la santé-nutrition.

→ Sécurité sociale de l'alimentation

Ce projet s'inscrit dans la dynamique de la **COMAC** et de l'expérimentation de la **Sécurité sociale de l'alimentation** à Marseille (2e et 3e arrondissements).



Affirmer l'identité de lieu ressource nutrition / santé

Positionner encore plus fortement la Cuisine du 101 comme **lieu ressource sur la nutrition et la santé** dans le quartier, pour qu'elle soit davantage reconnue et accessible dans la vie quotidienne des voisins.

Accompagnement nutritionnel structuré

Renforcer l'accompagnement nutritionnel de façon plus structurée, en particulier pour **prévenir les maladies chroniques** liées à des carences ou une mauvaise alimentation.

Compétences en nutrition

Intégrer des compétences liées à la nutrition pour faire un bilan de la manière dont les personnes s'alimentent, et leur donner des conseils pour adapter leur alimentation avec des produits qu'ils aiment mais qui soient plus sains.

Focus sur les enfants

Souvent, les personnes sont particulièrement concernées par **l'alimentation de leurs enfants** – un levier d'engagement fort à valoriser.

"Dans quelle mesure ça peut être utile d'avoir des compétences liées à la nutrition pour faire un bilan de la manière dont les personnes s'alimentent, de leur donner des conseils pour adapter leur alimentation avec des produits qu'ils aiment mais qui soient plus sains."

– Partenaire spécialisé en alimentation

✔ Ce positionnement est cohérent avec le lien aux maraîchers (piste 6) et avec les ateliers thématiques envisagés autour de la santé.

Le statut du lieu

La SCIC comme horizon

La question du **statut juridique** a été soulevée, notamment autour de la **SCIC** (Société Coopérative d'Intérêt Collectif), qui permettrait une gouvernance multipartenariale.

- Usagers
- Salariés
- Partenaires
- Institutions

Points de vigilance

- ⚠ Intérêt en termes de gouvernance, mais interrogation sur le **risque de perte de financements publics** lié à un changement de statut.

Exemples inspirants

- La **SCOP de l'Hôtel du Nord** est citée en exemple de gouvernance coopérative réussie.
- L'**IAE via le Bouillon de Noailles** est déjà en place et constitue un modèle de référence.

Questions de formation et pistes économiques

✗ Formation cuisine pro

Clairement **écartée** en l'état : cuisine domestique, non conforme aux normes HACCP.

✓ Formation aide à la personne

Piste jugée **très pertinente** : la cuisine domestique de la C101 correspond exactement au plateau technique dont ces formations ont besoin.

📍 Location de l'espace

Louer les locaux à des **organismes de formation** (aides à domicile), des collectifs ou des particuliers pour des ateliers – source de revenus complémentaires.

📋 Modules transversaux

Proposer des modules valorisant des **compétences transversales** (soft skills, accueil, animation, numérique), adossés à des référentiels sérieux avec autoévaluation.

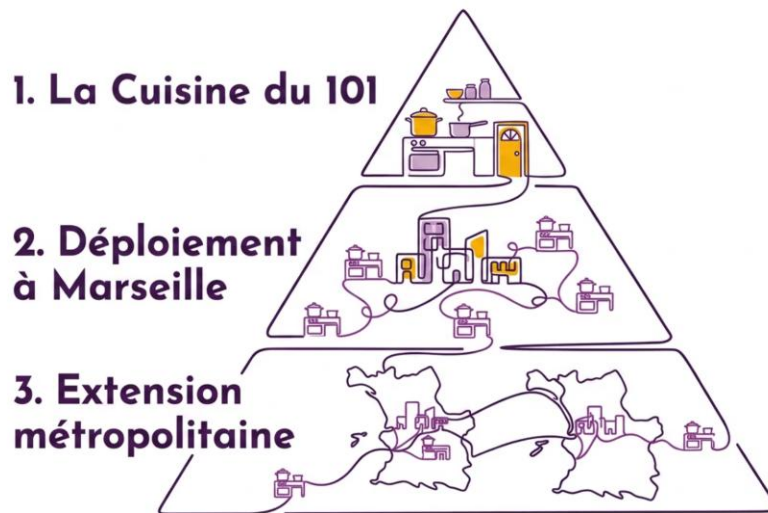
"Le 101 pourrait louer son espace pour ces formations professionnelles. C'est une piste économique, mais il faut que les financeurs acceptent que cela puisse réduire un peu le temps disponible pour le volet purement social. C'est l'équilibre à trouver pour tous les tiers-lieux."

– Structure paire partenaire

🕒 Un ancien projet de **parcours coopératif inter-lieux** (Cuisine du 101, Bouillon de Noailles, autres) pour former aux métiers du culinaire avait été esquissé avec Intermade – une idée intéressante à réexplorer. La question de fond demeure : **partage de savoirs non marchand ou service à monétariser ?**

Le développement territorial et l'essaimage

Deux partenaires évoquent l'enjeu de **déploiement territorial** comme une évolution naturelle du dispositif – faire de la Cuisine du 101 un modèle reproductible à l'échelle de Marseille.



"Là où il faudrait aller, c'est l'essaimage. Avoir dans Marseille d'autres cuisines collectives, en faire une vraie politique publique pour permettre à toutes les personnes qui n'ont pas de cuisine chez elles de quand même pouvoir cuisiner."

– Partenaire spécialisé en alimentation

"Essaimer ce type de projet pourrait avoir du sens, que ce soit sur ce lieu ou sur d'autres sites dans d'autres territoires. J'ai l'impression que ça répond à un besoin bien réel et que l'impact est très clair auprès des bénéficiaires."

– Partenaire métropolitain

La mise en place de petits déjeuners

Le modèle Bouillon de Noailles

L'expérience du Bouillon de Noailles est citée comme modèle inspirant :

15-25

Personnes chaque vendredi

0€

Accueil gratuit

Autogéré par des bénévoles

Grande mixité sociale, coût très faible, autogestion bénévole.

Petits déjeuners pour personnes âgées isolées

La régie de quartier de Noailles propose également un petit déjeuner pour des personnes âgées isolées :

40-60

Personnes accueillies

3x

Par semaine

Ce type d'initiative est présenté comme un **vrai moment de lien social et de mixité**, propice à l'autonomisation des bénévoles.

Déjà en marche



Cette idée est déjà intégrée dans un appel à projets déposé à la Métropole.

Protocole de suivi

Protocole de suivi

Dispositif d'évaluation longitudinale pour mesurer et comprendre l'évolution des impacts de **La Cuisine du 101** dans le temps.



Suivi des caractéristiques

Profil et évolution des répondants



Suivi des effets

Effets identifiés en mars/mai 2026



Nouvelles questions

Explorer de nouveaux effets

Cible — Questionnaire

- **Permanences** : au moins 2 mois d'ancienneté
- **Ateliers du mercredi & Cuisine en vadrouille** : au moins 5 participations

Cible — Entretiens

- **Labo d'innovation** : partenaires non interrogés lors de l'étude initiale
- Nouveaux partenaires à interroger

  **Timing** : faire le point tous les **6 mois**, en dépouillant les réponses et en les comparant aux résultats (qualitatifs et quantitatifs) de l'étude initiale.

Suivi des caractéristiques des répondants

Variables à suivre

L'objectif est de déterminer si ces caractéristiques évoluent dans le temps et si elles influencent les réponses obtenues.

Âge · Genre · Type d'hébergement

Accompagnement ou non · Composition du foyer

Nouveau ? : apport de **denrées** ou niveau de **ressources** ?



Question sur les denrées

"Est-ce que vous venez avec vos propres denrées ?"

- Oui / Non

Question sur les ressources

"Disposez-vous de ressources régulières, complémentaires aux apports de la Cuisine du 101 ?"

- Des aides sociales ou d'autres associations
- Un soutien de la famille ou de proches
- Un travail (salarié, petit job, travail informel...)
- Je n'ai pas de ressources régulières en ce moment

⚠️  **Enjeu de la question sur les denrées ou ressources** : vérifier si les personnes sans aucune ressource bénéficient autant des impacts, notamment alimentaire – avec une formulation utile et non stigmatisante, sans quantification.

Suivi des effets déjà identifiés

Continuer à administrer le questionnaire dans les **mêmes conditions** que lors de l'évaluation initiale, afin de mesurer la persistance des effets dans le temps.

Stationnaire

Les effets restent dans la fourchette de la marge d'erreur de l'étude initiale

% initial $\pm$ 8,4 %

Amélioration

Les effets dépassent positivement la fourchette de référence

Au-delà du seuil % + 8,4 %

Dégradation

Les effets passent en dessous de la fourchette de référence

En dessous du seuil % - 8,4 %

  **Priorité de passation** : les parties **B (Ateliers du mercredi)** et **C (Cuisine en vadrouille)** sont à adresser si possible en priorité pour atteindre une **vingtaine de réponses** – seuil nécessaire à une analyse statistiquement significative.

Intégration de nouvelles questions ?

Démarche

Explorer de nouveaux thèmes (suite aux travaux de Paroles Vives, à des retours de participants...), en intégrant de nouvelles questions.

01

Identifier

Repérer les nouveaux thèmes à explorer

02

Formuler

Rédiger les nouvelles questions en centrant l'attention sur le rôle de la Cuisine du 101

03

Intégrer

Ajouter au questionnaire existant et tester

Formulation type à rappeler systématiquement

"Grâce à telle activité de la Cuisine du 101, diriez-vous que..."

Échelle de réponse

☒ Tout à fait d'accord

☐ Plutôt d'accord

☐ Neutre

☐ Plutôt pas d'accord

☐ Pas du tout d'accord

Questions aux partenaires (1/2)

Repasser le questionnaire auprès de nouveaux partenaires

1

Présentation

Pouvez-vous vous présenter, votre poste, votre fonction et votre structure ?

2

Origine du contact

Quelle est l'origine du contact avec le projet du 101 ? Comment le projet vous a-t-il été présenté ?

3

Intérêt initial

Qu'est-ce qui vous a plu, intéressé au départ dans ce dispositif ?

4

Soutien & cohérence

Pourquoi soutenez-vous ce dispositif ? À quel problème répond-il ? Comment le soutenez-vous ?
En quoi est-il cohérent avec vos objectifs ?

5

Positionnement

Est-ce un tiers-lieu ? Un dispositif social ? Une hybridation des deux ?

6

Mouvement & synergies

En quoi vos interactions avec la C101 ont-elles pu amener du mouvement sur la précarité alimentaire, de nouvelles synergies, des apports ou réflexions sur les outils, ou un regard commun sur certaines problématiques ?

Questions aux partenaires (2/2)

7

Alternative aux dispositifs classiques

La C101 se positionne comme une alternative aux dispositifs classiques d'aide alimentaire en dépassant la standardisation des repas. Comment percevez-vous cette approche ?

8

Prise en charge globale

Le tiers-lieu a été pensé pour pallier des ruptures multiples (alimentaires, sociales, territoriales). Dans quelle mesure ce fonctionnement permet-il une prise en charge plus globale que les dispositifs d'aide d'urgence ?

9

Pouvoir d'agir

Le projet repose sur la restauration de la dignité des personnes, en cherchant à les rendre co-actrices. Quels seraient les indicateurs les plus pertinents pour évaluer ce "pouvoir d'agir" ?

10

Limites & fragilités

Quelles limites et fragilités voyez-vous à ce dispositif ? Quelles améliorations ou évolutions vous sembleraient pertinentes ou souhaitables ?

11

Perspectives & modèle économique

Quelle suite imaginez-vous, ici ou ailleurs ? Notamment en termes de modèle économique ? Des aspects du projet dont nous n'avons pas parlé et qui vous semblent importants ?

✔️ 💡 Ces entretiens visent à enrichir la compréhension du dispositif C101 au-delà des données de l'étude initiale, en captant les perceptions, les dynamiques partenariales et les perspectives d'évolution du modèle.

Merci pour votre confiance

thomas.guerin@iyatus.com - 06 22 29 47 05

<https://www.linkedin.com/in/thomasguerinenergies/>

Orchestrer les intelligences au service de décisions justes et durables
Coopération • Durabilité • Impact social • Agents IA responsable
accompagnement - diagnostic - formation

