

Rapport d'Activité 2025



ESPICCIARE

Groupement des
Épiceries Sociales et Solidaires
des Alpes-de-Haute-Provence

Avec le soutien de :



**PRÉFET
DE LA RÉGION
PROVENCE-ALPES-
CÔTE D'AZUR**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Direction régionale
de l'économie, de l'emploi,
du travail et des solidarités



santé
famille
retraite
services



PRÉC'alim
Réseau Régional de lutte
contre la précarité alimentaire
en Provence-Alpes-Côte d'Azur

Table des matières

À propos de la structure.....	4
L'équipe salariale et bénévole.....	5
Les projets portés par Espiciare sur 2025.....	6
Coordination des Épiceries Sociales.....	7
Objectifs.....	7
Actions.....	7
Indicateurs.....	8
Bilan de l'action.....	8
Les Paniers Solidaires.....	12
Épiceries participantes.....	12
Objectifs.....	12
Actions.....	12
Financeurs.....	13
Budget.....	13
Indicateurs.....	14
Bilan de l'action.....	14
Impacts de l'action.....	19
Objectifs et souhaits pour 2026.....	21
Les Cueillettes Solidaires.....	22
Épiceries participantes.....	22
Chronologie et historique du projet.....	22
Objectifs.....	23
Partenaires.....	23
Financeurs.....	23
Actions.....	24
Mode de fonctionnement de l'action.....	24
Bilan de l'action.....	26
Impacts de l'action.....	30
Besoins de l'action en 2026.....	30
Le projet Vrac.....	31
Épiceries participantes.....	31
Objectifs.....	31
Actions.....	32
Organisation et mise en place.....	32
Impacts de l'action.....	32
Soutien à la création d'une ESS sur Peyruis.....	34

L'aide au fonctionnement des Épiceries.....	35
Projets et Actions 2026.....	36
Glossaire.....	38

À propos de la structure

Créée en 2018, Espiciare regroupe des associations, des CCAS gestionnaires d'épiceries sociales et solidaires du département des Alpes de Haute Provence. Elle est financée par la CAF et depuis 2023 par la DREETS PACA. Chaque adhérent, 8 Épiceries Sociales et Solidaires en 2025, bénéficie dans le cadre de ce financement d'une quote-part permettant des achats et du soutien de la coordinatrice.

Les missions de la coordinatrice incluent l'organisation permettant de couvrir des besoins d'approvisionnement collectifs et l'organisation d'animations et d'informations, en lien avec une consommation locale et de préférence durable au bénéfice des usagers.

Espiciare agit collectivement au service des épiceries sociales sous forme de dons, de collectes, de négociations avec des grandes et moyennes surfaces, des producteurs locaux ou agriculteurs, des transformateurs, ou toutes autres actions que l'association décidera, en complément des actions de la Banque Alimentaire.

Espiciare est lauréate du projet « Mieux Manger Pour Tous » financé par la DREETS PACA depuis 2023.

L'équipe salariale et bénévole

Espiciare est animée par un socle de bénévole restreint, issu des dirigeants des épicerie partenaires. D'autres bénévoles participent aux actions de manière ponctuelle, par exemple pour la récolte lors de cueillettes solidaires.

L'équipe dirigeante est composée en 2025 de :

- Mathieu PELLEGRIN – Président
- Marie-Françoise BOURGOIN – Vice-Présidente
- Céline RENON – Trésorière

L'équipe salariale est composée en 2025 de :

- Catherine CAPDEVILLE – Coordinatrice

Les projets portés par Espiciare sur 2025

Espiciare porte les projets suivants en 2025 :

- Coordination des Épiceries Sociales (« Mieux Manger Pour Tous »)
- Les Paniers Solidaires
- Les Cueillettes Solidaires
- Le projet Vrac
- L'aide au fonctionnement des épiceries

Ces projets sont détaillés dans les chapitres suivants.

Coordination des Épiceries Sociales

Suite à la réponse favorable qui a été accordée à Espiciare à l'Appel à Projets « Mieux Manger pour Tous » porté par la DREETS en 2023, une coordinatrice a pu être embauchée en mars 2024.

Elle vient renforcer le travail des équipes bénévoles tout en prenant à sa charge de nouvelles actions de coordination.

Objectifs

- Développer un réseau collectif des épiceries sociales du 04, pour lutter contre la précarité alimentaire ;
- poursuivre le suivi des projets en cours (paniers solidaires et projet Vrac) ;
- permettre aux bénéficiaires des épiceries sociales et solidaires d'accéder à une alimentation issue d'une agriculture locale et durable ;
- développer le réseau et le partenariat en créant des alliances locales entre les acteurs ;
- soutenir le fonctionnement des épiceries sociales et solidaires en coordonnant les relations entre producteurs et épiceries, en diagnostiquant les besoins de chacun ;
- collaborer avec le PAT 04 dans des actions communes en faveur de pratiques alimentaires durables et locales et des modes d'approvisionnement des structures de lutte contre la précarité alimentaire.

Actions

- Soutenir et développer la coordination avec les différentes épiceries du 04 et les partenaires ;
- recenser les besoins alimentaires des épiceries adhérentes, faire remonter les données correspondant aux indicateurs souhaités ;
- gérer les commandes, et organiser les livraisons, le stockage si nécessaire ;
- rechercher le meilleur rapport qualité prix des denrées ;
- développer le réseau et le partenariat avec les producteurs locaux / bios (démarcher de nouveaux producteurs) ;
- développer le partenariat avec le PAT en lien avec le coordinateur départemental, et mutualiser les recherches ;
- animer le réseau des épiceries (échanges, rencontres, organisation de visites chez les producteurs, ateliers d'initiation à une forme d'alimentation à base de produits non transformés) ;

Indicateurs

Objectifs	Indicateurs	Valeur cible 2023	Valeur cible 2024	Valeur cible 2025
Soutenir les ESS	Nombre de personnes aidées	3 000	3 100	3 200
Diagnostiquer les besoins des ESS	Nombre de questionnaires complétés	6	8	8
Développer le réseau et le partenariat	Nombre de partenaires et producteurs locaux	5	8	12
Développer l'association et son mode de fonctionnement	Bilans financiers et rapports moraux	1	1	1

Bilan de l'action

Amélioration du fonctionnement

- **renouvellement du fonctionnement du bureau.** Les membres du CA sont représentés par les responsable des épicerie sociale adhérentes
- **mise à jour des données et outils de fonctionnement de l'association** (tableau de calcul des quote-part, agenda partagé, classement informatique des données, logiciel de facturation et suivi des règlements)
- **poursuite des projets en cours** (paniers solidaires, équipement pour vente de produits bio sous forme de vrac)

Partenariats

- **partenariats en faveur de l'accès à une alimentation plus saine**, locale et de préférence issue de l'agriculture durable :
 - avec l'association **LE VILLAGE** dans le cadre des cueillettes solidaires (formation, conseils, financement matériel) ;
 - avec l'association **À Dos d'Éléphant** dans le cadre des cueillettes solidaires (participation aux cueillettes organisées par l'association, gestion du partage des récoltes).

- **partenariats en cours :**

- **Collaboration avec le PAT** (plan d'alimentation territoriale) **du 04.**

- mutualisation des actions en faveur d'une éducation à l'utilisation de produits non transformés ;
- soutien à l'organisation de sessions de formation à destination des bénéficiaires, bénévoles et salariés ;
- mutualisation des données permettant de favoriser la mise en place d'actions et de projets ;
- projets relatifs à l'approvisionnement des ESS et autres structures (projet de création d'un chantier d'insertion dédié aux Épiceries Sociales et Solidaires, coordination de la mise en place des cueillettes solidaires, organisation des actions de partenariat avec les agriculteurs locaux) ;
- mise en place de tableaux de données communs favorisant la poursuite et la qualification des actions mises en place ;
- participation aux réunions de coordination des porteurs de projet « Mieux Manger pour Tous ».

Groupes de travail et engagements au sein du réseau

- **participation active aux groupes de travail organiser par la DDETSPP 04** dans le cadre de la lutte contre la précarité alimentaire
- **engagement participatif** dans la mise en place des ateliers accélérateurs de projet organisés par la DREETS PACA dans le cadre de l'appel à projet « Mieux Manger pour Tous »

Organisation de visites et ateliers collectifs regroupant les Épiceries adhérentes

Nous avons organisé 4 visites d'exploitations locales en 2025. Chaque visite a été accompagnée d'un mini marché et/ou d'une dégustation.

- Le domaine « **saveurs des truques** », producteur de petit épeautre sur la commune de Forcalquier . La visite a été organisée par le magasin de producteurs locaux COULEURS PAYSANNES situé à Manosque dans le cadre du projet des paniers solidaires 2024.
- La GAEC « **Champs des Ânes** », maraichage BIO sur la commune des Mées. Financement dans le cadre du projet MMPT enveloppe animation. Ce groupement de producteurs a été partenaire dans le projet des paniers solidaires 2025. Il a également fait des dons en produits récoltés à destination des épiceries sociales.
- La GAEC « **Entre Terre et Pain** », paysannes boulangères en BIO sur la commune d'Entrepierrres . Financement dans le cadre du projet MMPT enveloppe animation.

- **L'école internationale de boulangerie** à Noyers sur Jabron, Visite gratuite, places en nombre limité à 5 personnes. Cette visite a été organisée au bénéfice de l'épicerie sociale de Château Arnoux qui bénéficie de dons des produits issus de la fabrication des élèves.
- Nous avons accompagné l'épicerie sociale de Volx » EPICE-RIT » à la mise en place d'un atelier fabrication de pains et dégustation accompagnée d'un repas chez **Benoît Henock paysan boulanger à Valensole**. Financement via le projet « Butinez Local » porté en collaboration avec la Fourmi Gourmande, subvention Mieux Manger Pour Tous.

Ateliers cuisine

Nous avons participé aux ateliers cuisine organisés et financés par le PAT Départemental :

- Valorisation d'une cuisine à base de céréales, légumineuses et produits frais présentés par Eléonore Flandin formatrice et membre de l'association des cuisines Nourricières .

Dans le cadre de la mise à disposition de la salariée Espiciare au sein de la Méridienne, un atelier « pickles » a été organisé dont l'objectif était de valoriser les surplus de légumes. Le financement de cet atelier a été pris en charge par La Méridienne. L'intervenante était Caroline KIESER, de l'association Eaux CALMES.

Webinaires, formations et échanges

Ateliers accélérateurs de projets organisés par la **DREETS PACA** :

- CCAS de TOULON, problématique d'approvisionnement ;
- Association ESPICIARE, organiser les cueillettes solidaires.

Webinaires organisés par la **DREETS PACA** réseau **PRE'CALIM** et/ou le **CRES PACA** :

- Les ESS ouvertes à tous. Conjuguer les enjeux d'accessibilité économiques géographiques et sociaux de l'alimentation ;
- Réseau VRAC développement des actions ;
- Adaptation de l'offre alimentaire durable et saine aux besoins des personnes en situation de précarité alimentaire ;
- Comment concilier les 4 enjeux de l'alimentation durable chez les personnes en situation de précarité alimentaire ;
- Dons alimentaires et dons des surplus alimentaires PRE'CALIM et REGAL'IM ;
- Présentation et prise en main des plates formes collaboratives DREEST PACA ;
- Alimentation saine et accessible à Tous CRES PACA ;
- Permettre l'accès à une alimentation saine pour Tous.

Le PAT départemental :

- Restitution de la rencontre GMS 04

La DDETSPP et LE PAT Départemental :

- GT4 précarité alimentaire et acteurs territoriaux

Les Paniers Solidaires

Le projet des Paniers Solidaires, précédemment co-porté par les acteurs Couleurs Paysannes (le fournisseur), la CAF, la MSA, et les épicerie, a été repris par ESPICIARE en 2024.

Le projet a été ouvert en 2024 à de nouvelles épicerie.

Pour des raisons de délais dans la validation du financement et la recherche de producteurs agissant au plus proche des structures, le projet n'a pu en 2025 démarrer qu'en Novembre 2025, et n'a été financé que sur trois mois.

Épicerie participant

Auparavant limitées à celles de Manosque et de Digne (fixes et itinérantes). Cette année le projet a concerné toutes les épicerie membres du collectif.

Les épicerie participant au projet en 2025 sont :

- La Fourmi Gourmande (Manosque)
- Le Point Rencontre (Château-Arnoux)
- Épice Rit (Volx)
- La Méridienne (Villeneuve)
- Solidaritat Ubaye (Barcelonnette)

Objectifs

L'objectif principal est de faire découvrir et faire adopter sur le long terme aux bénéficiaires une alimentation de qualité, bio et locale, en particulier les fruits et légumes de saison produits sur le territoire.

L'objectif secondaire est de participer au soutien de la production locale, via le choix de sources d'approvisionnement locales, en circuits courts, en privilégiant donc les coopératives et petites exploitations lorsque cela est possible.

Actions

Les paniers sont livrés une fois par semaine aux épicerie participant au projet, qui se chargent de leur distribution à un prix solidaire.

L'action de distribution de paniers aux bénéficiaires est couplée avec l'organisation, par les épicerie, d'ateliers autour de l'alimentation. Ces ateliers, ayant pour support les paniers distribués peuvent prendre la forme d'ateliers de cuisine, d'échanges, ou de sensibilisation sur la qualité nutritionnel des produits, leur mode de production, ou leur impact social.

Des visites d'exploitations sont aussi prévues dans le cadre du projet afin de créer du lien avec les bénéficiaires et les responsables achats des ESS.

Financeurs

Les financeurs de ce projet sont conjointement la CAF et la MSA, à hauteur de 10 000 euros pour la CAF et 5 000 euros pour la MSA.

Espiciare a participé sur ses fonds propres à hauteur de 650 euros pour boucler le budget.

Une enveloppe du projet Mieux Manger Pour Tous a été allouée au projet, à hauteur de 1 000 euros, dans le cadre d'achats de produits bios et locaux.

Budget

Le budget est réduit par rapport à l'année dernière, lié à la période de distribution plus courte et une baisse du budget financé par les partenaires. Ce mode de calcul pondérant le total des dépenses a mécaniquement pour effet d'augmenter la participation nécessaire de la part du collectif et des épiceries adhérentes. De part cette baisse, les coûts de distribution sont cette année intégralement à la charge des épiceries et ne sont plus compensés par la participation des usagers.

La courte période de distribution a permis, dans une moindre mesure, de proposer davantage de paniers par semaine.

La répartition des paniers par épicerie se fait au pro-rata du nombre de bénéficiaires en file active au 31 décembre de l'année précédente. Ce pro-rata est arbitré afin de soutenir les plus petites épiceries, et tient compte des impératifs logistiques du fournisseur (quantité minimum à affecter sur un secteur de livraison). La répartition est validée en début d'action par les épiceries participantes.

Une décision collégiale a été prise pour augmenter la participation des usagers de 0,50 euros par panier afin de limiter le coût d'auto-financement pour les épiceries, portant le prix d'achat pour les bénéficiaires à 2,00 euros le petit panier et 2,50 euros le grand panier.

Cette augmentation de la participation ne couvre pas les frais re-facturés par Espiciare aux épiceries, calculés en fonction du budget de l'action.

Répartition des financements

Financier	Somme
MSA	5 000,00 €
CAF	10 000,00 €
Espiciare	650,00 €
MMPT	1 000,00 €
Total	16 650,00 €

Répartition du budget d'achat par épicerie

Épicerie	Petits	Grands	Total
La Fourmi Gourmande	14	15	6 120,00 €
Point Rencontre	12	12	5 040,00 €
La Méridienne	14	0	2 520,00 €
Epice-rit	14	0	2 520,00 €
SolidaritatUbaye	6	6	2 520,00 €
Total			18 720,00 €

Participation des épicerie par panier

Épicerie	Participation	Paniers/semaine		Coût par panier	
		Petits	Grands	Total	
La Fourmi Gourmande	1 075,80 €	14	15	3,09 €	
Point Rencontre	877,80 €	12	12	3,05 €	
La Méridienne	448,80 €	14	0	2,67 €	
Epice-rit	448,80 €	14	0	2,67 €	
SolidaritatUbaye	448,80 €	6	6	3,12 €	
Total	3 300,00 €				

Note : un excédent de 1 230 euros est visible en combinant les tableaux. cette somme correspond dans le bilan aux autres frais engagés par Espiciare pour mener l'action (frais de déplacement, charges courantes). Cette somme sert à équilibrer le budget de l'action.

Indicateurs

- Le nombre de paniers distribués
- Le nombre d'ateliers réalisés par les épiceries
- Les questionnaires de satisfaction des bénéficiaires

Bilan de l'action

Ce projet est très apprécié par les bénéficiaires et les structures luttant contre la précarité alimentaire. La possibilité d'achat de produits frais locaux et l'approche rendue réelle par ses actions éducatives, d'une alimentation non transformée issu d'une agriculture de qualité, permet de effectuer un travail de terrain auprès du public accueilli. L'engagement souhaité en 2022 par les services de la CAF et de la MSA lors du bilan de fin d'action concernant un **volet éducatif** a été respecté.

Des fiches recette ont été produites par les épiceries pour accompagner les bénéficiaires, ainsi que des documents de promotion de l'action.

Photos Saison 2025



Paniers Solidaires à Volx



Panier solidaire à Château-Arnoux-Saint-Auban

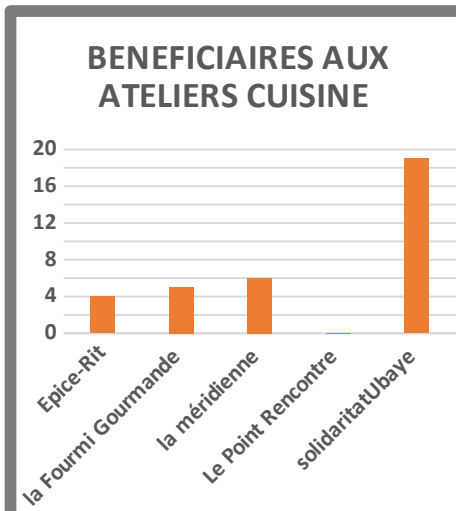
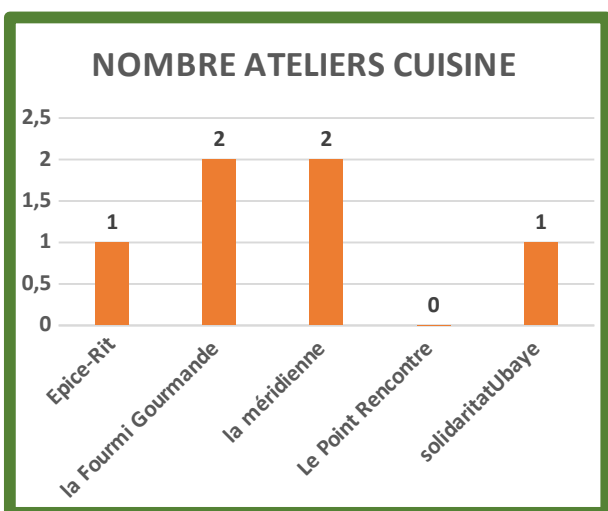
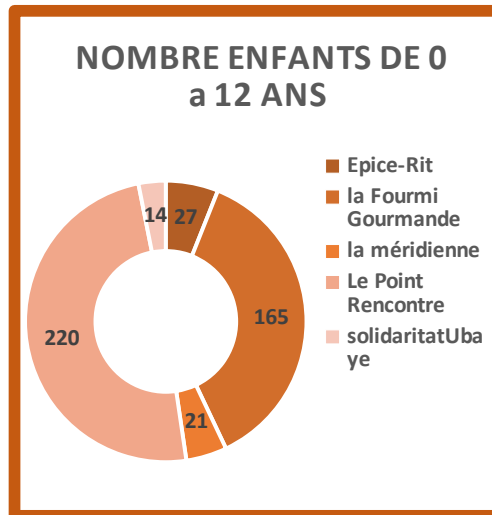
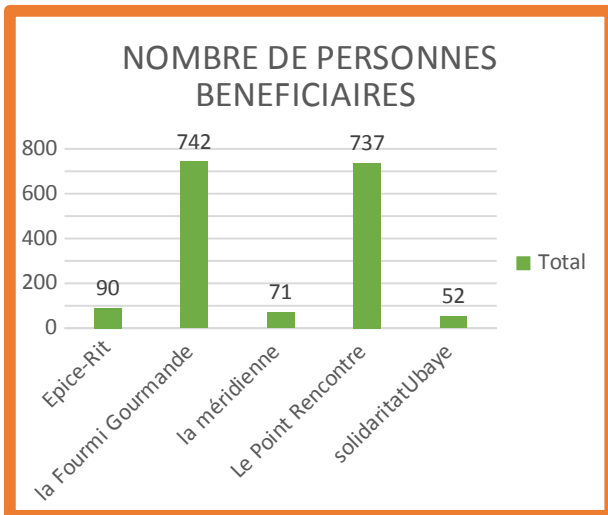
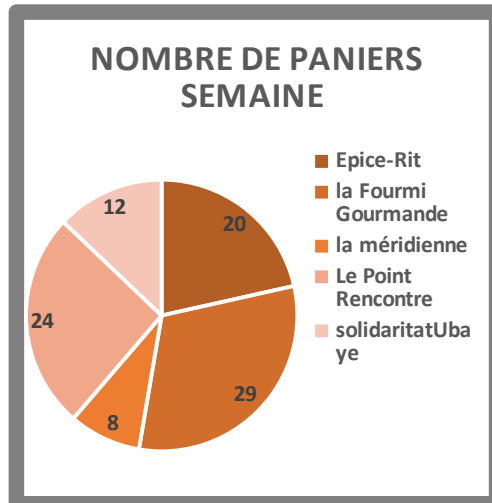
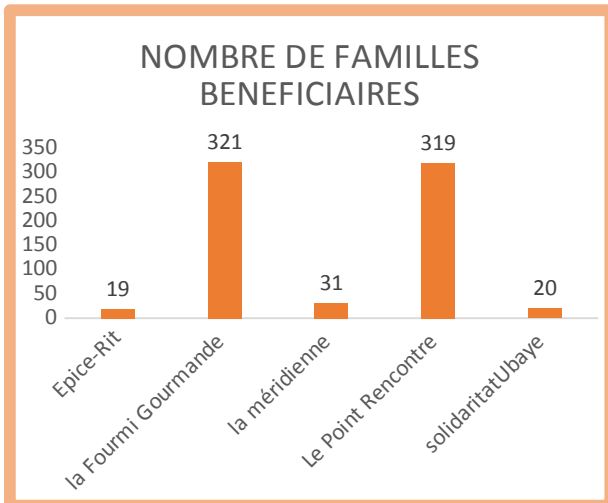


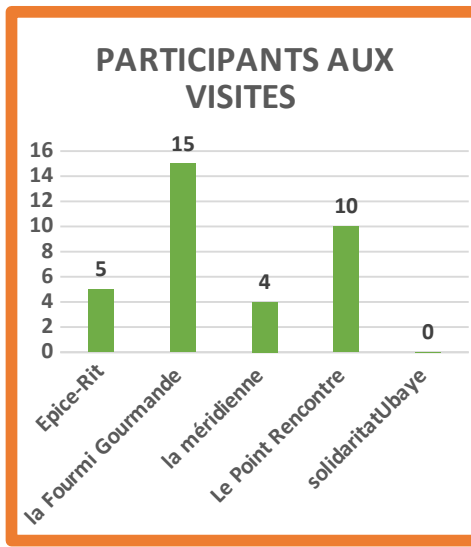
Livraison des paniers solidaires à Manosque



Paniers de Lumi à Barcelonnette

Bilan en graphiques





Affiches et fiches recettes

PANIER SOLIDAIRES

MIEUX MANGER, C'EST À LA PORTÉE DE TOUS !

PRODUIT PAR LE GAEC LE CHAMP DES ÂNES AUX MÈES

PETIT PANIER À 2€
PRIX ACHAT PRODUCTEUR : 15€

GRAND PANIER À 2.5€
PRIX ACHAT PRODUCTEUR : 20€

Des produits frais, locaux et de saison, ouvert à tous les bénéficiaires (voir céline). Ensemble, cultivons une alimentation plus saine et plus responsable.

CES PANIERS ONT ÉTÉ SUBVENTIONNÉS PAR NOS PARTENAIRES :

Affiche de promotion de l'action au Point Rencontre

Velouté de butternut carotte et curry

Pour 4 personnes - 45min

Préparation

- Dans une grande casserole, faire fondre le beurre et y ajouter l'oignon émincé. Faire dorer légèrement
- Pelez et coupez en gros morceaux la butternut et les carottes puis les ajouter à la casserole
- Émiettez le bouillon cube, mélangez, attendez 2min avant de recouvrir les légumes d'eau
- Ajoutez le curry et laissez mijoter à feu moyen pendant 25 à 30min
- Piquez les légumes avec un couteau afin de vous assurer de la cuisson puis mixer la préparation
- Dégustez, c'est prêt!

Verrines de betterave et fromage frais

Pour 4 personnes - 20min

Préparation

- Coupez en petit dés une partie de la betterave que vous allez faire mariner dans le mélange vinaigre et miel
- Mixer le reste de la betterave avec le fromage et la crème fraîche. Saler et poivrer.
- Versez la mixture dans des verrines (des verres marchent aussi) puis décorez le dessus avec les bouts de betteraves marinés et de cerneau de noix
- A servir frais!

Gratin de pomme de terre à la moutarde

Pour 4 personnes

Préparation

- Pelez et coupez les pommes de terre en fine tranche
- Dans une casserole, chauffez le lait, la gousse d'ail légèrement écrasé, les feuilles de laurier et le thym ainsi que le sel et le poivre
- Lorsque le lait frémit ajoutez y les fines tranches de pommes de terre et laissez cuire 20min
- Égouttez en prenant soin de garder le lait et ajoutez y la moutarde
- Frottez le fond de votre plat avec une gousse d'ail et disposez les tranches de pomme de terre
- Mouillez avec la crème liquide et complétez avec le lait de cuisson mélangé à la moutarde
- Fournez à 180° pendant 40min

Salade chèvre chaud

Pour 4 personnes - 20min

Préparation

- Frottez vos tranches de pain avec l'ail puis placé le fromage de chèvre dessus
- Arrosez vos tartines d'huile d'olive et parsemez un peu de basilic dessus, placez les tranches sur une plaque avec un papier cuisson puis enfournez pendant 15min
- Pendant ce temps faites cuire les poivrons en lamelle à feu très doux dans une poêle bien chaude avec de l'huile d'olive
- Lavez la salade, coupez les tomates et faites cuire les lardons (sans rajouter de matière grasse) disposez le tout, avec les poivrons à votre guise dans l'assiette
- Faites votre petite vinaigrette pour assaisonner la salade puis déposez vos tartines de chèvre bien chaude dans l'assiette

Fiches recettes réalisées au Point Rencontre

Points Faibles de l'action

- La mise en place de la distribution reste une logistique importante compte tenu de la diversité de producteurs introduite en 2025. L'organisation du planning est soumise aux périodes de congés des épiceries ce qui complexifie la préparation des commandes, les livraisons et la coordination des actions.
- La baisse du budget a imposé aux épiceries le fléchage des recettes issues des ventes au bénéficiaires sur le financement des paniers, et ne couvre pas la totalité des dépenses. Les paniers étaient auparavant entièrement financés par l'action et ne demandaient pas de participation des épiceries.

Points forts de l'action

- La valorisation de producteurs plus proches des épiceries a permis de limiter les frais de livraison et préparation facturés l'année précédente. Le choix des produits n'incluant pas de produit « festif » a également permis de proposer un volume de produits plus important aux bénéficiaires.
- Accès pour les bénéficiaires des épiceries à des produits locaux et de qualité, accompagné d'une culture du « Mieux Manger » pour un retour à une alimentation de base et locale
- Accompagnement vers la transition et l'engagement collectif
- Prix de la revente des paniers dont les tarifs sont en adéquation avec les budgets des bénéficiaires
- Action de socialisation à travers les ateliers cuisine et les sorties inter ESS chez les exploitants
- Repérage des personnes en situation de fragilité alimentaire (qualité nutritive des aliments, excès de consommation de produits transformés,)
- Accès pour les épiceries à des denrées permettant de faire évoluer les pratiques alimentaires en validant l'achat de produits locaux et parfois issus de l'agriculture biologique.
- Le prix de la revente des paniers permet l'achat d'autres denrées.
- Valorisation des produits issus de la production locale au bénéfice des agriculteurs et producteurs du 04
- Possibilité de créer avec les agriculteurs participant à cette action, d'autres partenariats (ex. les cueillettes solidaires, le glanage et l'anti gaspille par dons éventuels de produits)
- Action en adéquation avec le projet d'État « Mieux Manger pour Tous »
- Possibilité de modélisation de l'action sur d'autres territoires

Impacts de l'action

Impacts sur les Bénéficiaires

- Accès à une alimentation saine et nutritive au bénéfice des familles. Nous pouvons donc présumer d'un impact sur les plus jeunes, pour une évolution positive vers une alimentation plus saine et une consommation locale et réfléchie.
- Impact sur la santé des familles suite à une consommation réfléchie et une connaissance des enjeux liés à l'utilisation de produits frais en comparaison à une alimentation basée sur des produits ultra transformés.
- Les ateliers cuisine et visites d'exploitations développent le lien social. Favorisent le partage de compétences et les échanges producteurs /consommateurs. Le lien avec les équipes encadrantes (professionnels et bénévoles) se renforce et autorise ainsi un accompagnement ciblé et identifié, vers un changement de pratiques alimentaires dans le respect des différences culturelles ou autres.
- Un nouveau regard sur l'utilisation des ressources liées à l'alimentation et aux dépenses énergétiques (atelier vérifiant les modes de cuisson, l'utilisation optimale des produits, l'anti gaspille...)
- L'identité sociale et la participation à l'effort national de lutte contre le gaspillage alimentaire, la biodiversité, le réchauffement climatiqueUne inscription dans un territoire.
- Une construction par la reconnaissance de l'investissement des services financeurs, au regard d'une justice alimentaire et un accès à une alimentation saine pour tous.
- Une dynamique collective autour du sujet de l'alimentation, de l'agriculture locale, du BIO permettant de faire évoluer les pratiques. Ne plus manger pour ne pas avoir faim mais consommer pour bien se nourrir.

Impacts sur les Épiceries Sociales et Solidaires

- Un apport complémentaire en produits frais de qualité (frais-nutritifs-local).
- Un accompagnement vers une alimentation plus saine, consolidé par la présence de paniers issus de l'agriculture locale et de qualité, dans le cadre d'ateliers, de transmission de recettes, de savoirs faire, de visites d'entreprises ou d'exploitations.
- Une sensibilisation des intervenants et accompagnants des épiceries sociales (salariés et bénévoles). Cette sensibilisation est un facteur essentiel permettant de faire évoluer les pratiques d'achats des consommateurs.

- L'action développe le lien entre les ESS adhérentes. Favorise les échanges de pratiques et la mise en place d'actions partagées et innovantes dédiées à l'accès à une nouvelle forme d'accompagnement des personnes en situation de précarité alimentaire.
- Certifie, auprès des professionnels et bénévoles inverties dans l'action de lutte contre la précarité alimentaire, de l'engagement des services financeurs (CAF et MSA) à leurs côtés.
- Par retour d'expérience, les ESS peuvent témoigner auprès des acteurs et services de l'Etat de l'impact des « paniers solidaires » sur les bénéficiaires et permettre de faire évoluer les projets en faveur d'une « alimentation saine et durable pour tous », ainsi que l'essaimage de l'action
- Des rencontres avec des agriculteurs et producteurs pouvant faire émerger des actions tels que les cueillettes solidaires, des donsmais également des projets d'achats de paniers de légumes ou autres produits locaux(céréales, pain....)

Impacts sur le secteur agricole local

- Dans le cadre de ce projet, les agriculteurs et producteurs adhérents de « Couleurs Paysannes », ont pu durant les 7 mois de l'action, bénéficier d'une augmentation de la vente de leur production. (93 paniers par semaine durant 28 semaines)
- Pour le regroupement de producteurs « Couleurs Paysannes » une commande hebdomadaire et prévisionnelle sur une durée identifiée et renouvelée depuis 3 ans
- L'identification pour les producteurs d'un « marché » possible avec les structures de lutte contre la précarité alimentaire. La possibilité de créer des groupements d'achats
- L'identification des actions en faveur de l'accès à l'alimentation pour tous, permettant d'optimiser leur production et d'éviter le gaspillage (cueillettes solidaires, dons ...) entraînant une défiscalisation.
- Une identification des personnes bénéficiaires de l'aide alimentaire permettant de cibler les produits attendus et abordables financièrement.
- Une participation active dans le cadre de l'accès à une alimentation locale et de qualité pour tous
- Une rencontre avec les partenaires État et organismes territoriaux de lutte contre la précarité alimentaire
- Une valorisation des métiers de la terre

Impacts sur les Partenaires et le projet « Mieux Manger Pour Tous »

- Action innovante permettant de vérifier de la pertinence et de l'impact sur les bénéficiaires et le secteur de la production agricole.

- Modèle d'essaimage possible
- Réflexion commune sur la pérennité de l'action et les possibilités de financement groupés

Objectifs et souhaits pour 2026

- Renouvellement du financement et possibilité de pérennisation
- Augmentation de la subvention en fonction de la file active globale
- Permettre aux bénéficiaires d'être au plus proche des producteurs dans l'objectif d'une autonomie alimentaire saine, durable et économique
- Multiplier les visites d'exploitations et les ateliers culinaires orientés vers une forme d'alimentation saine, équilibrée et locale permettant l'adhésion des bénéficiaires par l'expérience et la prise en compte des enjeux.
- Recherche de partenaires financeurs afin de faire évoluer le projet

Les Cueillettes Solidaires

Épiceries participantes

Toutes les épiceries adhérentes participent au projet à travers la participation de leurs bénévoles et la réception des produits issus des cueillettes :

- La Fourmi Gourmande (Manosque)
- Le Point Rencontre (Château-Arnoux)
- Épice Rit (Volx)
- La Méridienne (Villeneuve)
- Solidaritat Ubaye (Barcelonnette)

Chronologie et historique du projet

Mai 2024	Rencontre avec l'association Le Village département 84 lors de la première journée PREC'ALIM au hameau de Montrieux.
Septembre 2024	Organisation d'une réunion d'information destinée au groupement des épiceries sociales animée par la coordinatrice des cueillettes solidaires association Le Village, Marine Olive.
Octobre 2024	Signature de la convention avec l'association Le Village dans le cadre de l'essaimage de l'action (financement 300€ pour achat matériel de base)
2024	Début de la collaboration avec l'association A Dos d'Eléphant située à Montjustin active dans l'action des cueillettes solidaires depuis 2023. Orientation vers le collectif Espiciare des produits récoltés.
Mars 2025	Atelier accélérateur de projet animé par la DREETS PACA avec la participation de la coordinatrice ESPICIARE et le coordinateur précarité alimentaire du PAT départemental
2 juin 2025	Première réunion du collectif des épiceries sociales. Objectif mise en place de l'action. Présence du coordinateur précarité alimentaire PAT départemental.
Juillet 2025	Première cueillette solidaire réalisée.

Objectifs

- Porter un projet favorisant une dynamique commune au sein de notre collectif d'épiceries sociales.
- Développer une collaboration inter associative sur le territoire.
- Faire connaître nos actions de lutte contre la précarité alimentaire auprès des producteurs locaux.
- Participer aux actions de lutte contre le gaspillage alimentaire en valorisant les surproductions.
- Favoriser l'accès à une alimentation saine, locale et durable pour les bénéficiaires des épiceries sociales.
- Développer l'entraide et la solidarité en valorisant les actions déployées dans les espaces de vie sociales EVS et visant à une participation active et volontaire des bénéficiaires.
- Développer une forme potentielle d'approvisionnement des épiceries sociales.
- Apporter par l'action de notre collectif des données favorisant l'expertise du PAT départemental.

Partenaires

La collaboration du coordinateur précarité alimentaire du PAT départemental sur le projet permet de faire valoir cette action auprès d'autres partenaires sur le territoire.

L'association à Dos d'Eléphant, collaboratrice proche, qui nous permettra de greffer notre groupe aux propositions de cueillettes solidaires qui leur sont proposées.

Tous les producteurs participants sont impliqués dans le projet, dans une démarche de valorisation de leur production et sensibilisation à l'impact social induit.

Financeurs

Un petit financement a pu être obtenu via le conventionnement avec l'association LE VILLAGE dans le cadre de l'essaimage de celle-ci.

Un matériel de base a été acquis suite à la signature de la convention.

Actions

- Collaboration avec le PAT départemental pour la promotion de l'action auprès des producteurs locaux
- Collaboration avec l'association A Dos D'éléphant dans l'action des cueillettes solidaires.
- Coordination de l'action dans sa globalité, création des outils de statistiques et développement des partenariats. Un bilan d'activités a été présenté à notre collectif en fin de saison 2025 et en préparation de l'année 2026.
- Participation à l'atelier accélérateur de projets en collaboration avec le PAT départemental organisé par la DREETS PACA et le groupe PRE'CALIM. Un guide destiné aux acteurs de la lutte contre la précarité alimentaire rédigé par Espiciare est disponible sur le site intrademe porté par l'ADEME.
- La promotion de l'action a été effectuée lors des manifestations « journées des associations » sur Château Arnoux et Volx.
- Des référents cueilleurs ont été recensés et nommés dans chaque épicerie sociale permettant une mobilisation active des bénévoles et bénéficiaires cueilleurs.
- Les affiches réalisées par le PAT départemental et l'association Espiciare visant la mobilisation des producteurs locaux et des cueilleurs bénévoles.
- Réalisation des cueillettes avec les bénévoles et les producteurs.
- Distribution auprès des épicerie participant au projet.

Mode de fonctionnement de l'action

Lors de la première réunion concernant la mise en place des cueillettes solidaires par le groupement des épicerie sociale Espiciare et le PAT départemental il a été décidé que le fonctionnement serait le suivant :

- La convention signée avec le producteur est portée par le groupement ESPICIARE.
- L'assurance concernant les cueilleurs bénévoles est portée également par le groupement ESPICIARE.
- Un Cerfa de défiscalisation est remis aux producteurs engagés après la cueillette solidaire et édité par le groupement ESPICIARE.
- Les producteurs contactent soit le coordinateur précarité alimentaire du PAT soit la coordinatrice ESPICIARE.

Le déroulement d'une cueillette solidaire est le suivant :

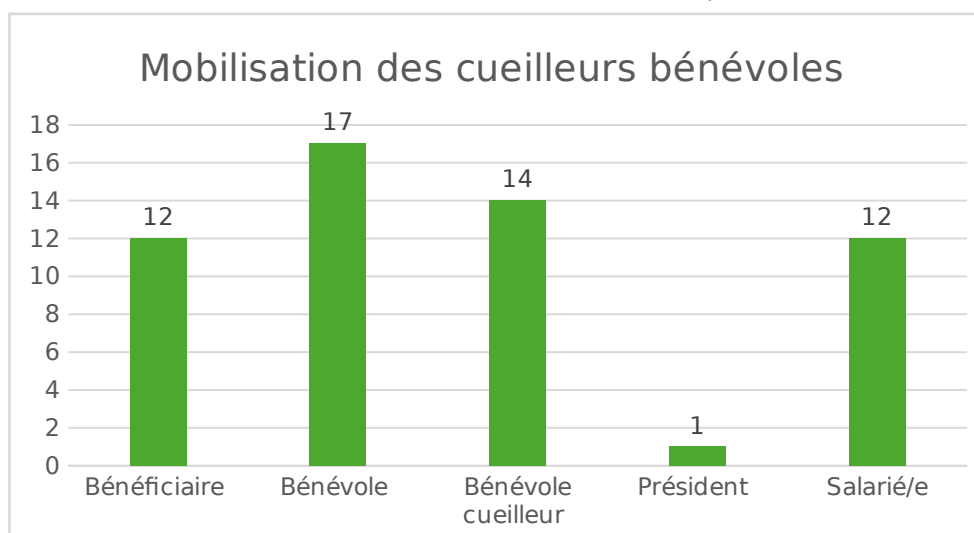
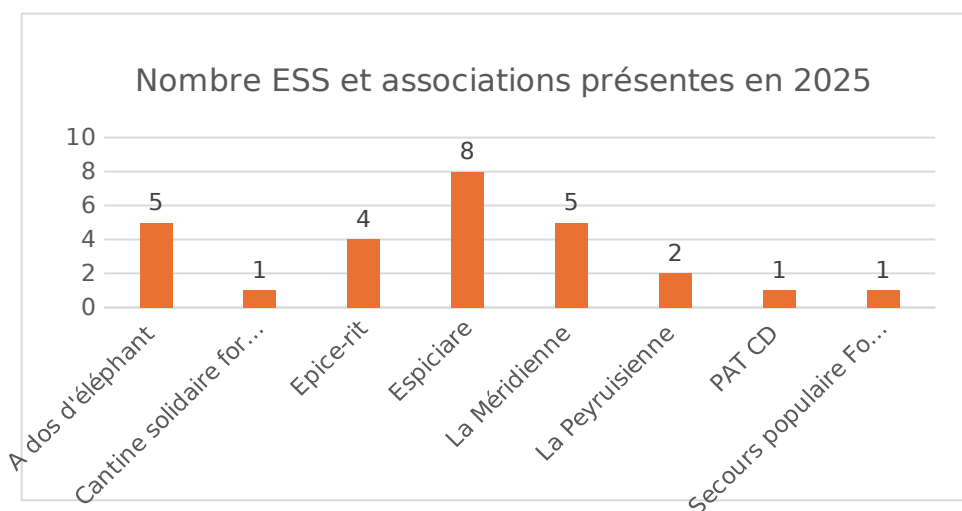
- Première visite chez le producteur afin de repérer la situation géographique, la qualité et quantité des produits proposés et définir du nombre de cueilleurs souhaité. Cette visite est effectuée par la coordinatrice ESPICIARE ou le coordinateur PAT. La convention est signée le jour de cette visite.
- Les référent/es cueilleur/es de chaque épicerie sociale sont informé/es de la possibilité d'une cueillette suivant la situation géographique de la proposition et le nombre de cueilleur/es bénévoles souhaité.
- Du covoiturage est organisé afin de réduire le nombre de véhicules présents sur l'exploitation et permettre la mobilisation de personnes bénéficiaires des épiceries sociales.
- À la fin de la cueillette la quantité de produits récoltés est partagée suivant la file active de chaque épicerie. Une quantité d'environ 5 kg est remise aux cueilleurs bénévoles.
- Les récoltes seront entreposées chez le producteur/trice pour une période limitée à 2 jours. La coordinatrice ESPICIARE ou les épiceries sociales ont à charge de retirer les produits.
- Chaque épiceries ou partenaires concernés transmettent aux coordinateurs PAT et ESPICIARE la quantité récupérée
- Le certificat de défiscalisation est remis au producteur/trice, ainsi que l'orientation des produits et les photos prises durant la récolte.
- Les données sont inscrites sur un tableau partagé entre le PAT et le groupement ESPICIARE.

Bilan de l'action

Participation aux cueillettes

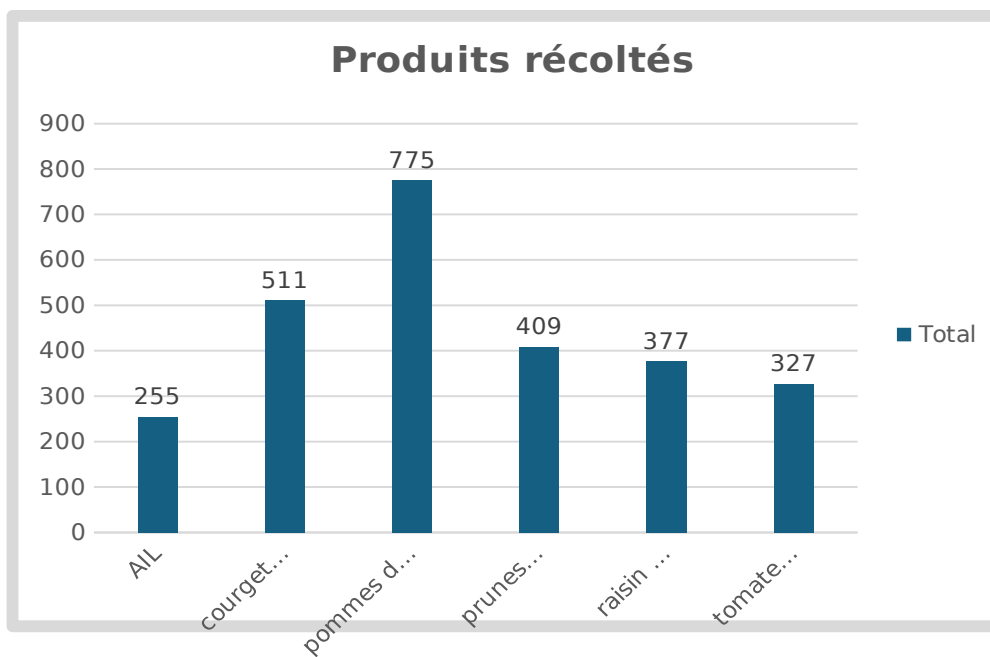
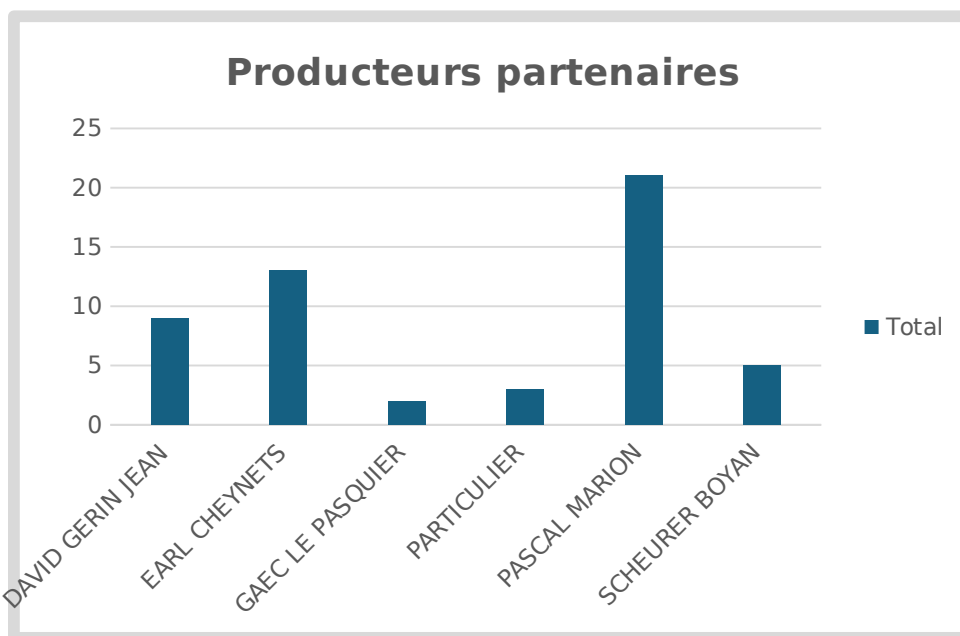
En 2025, nous avons effectué **8 cueillettes solidaires** sur le territoire sud du département. La participation des épicerie sociales est très positive. Nous pouvons noter une plus grande difficulté pour les épicerie sociales de grande taille à participer a cette action. Plus de personnes accueillies, plus de jours d'ouverture donc moins de bénévoles disponibles pour les cueillettes et la mobilisation des bénéficiaires.

La participation total des cueilleurs bénévoles est de **56 personnes pour la saison**. 17 bénéficiaires ont été actifs. 14 personnes extérieures aux structures de lutte contre la précarité alimentaire ont participé a cette action.



Producteurs partenaires

Nous avons été contactés par **6 producteurs** dont les exploitations sont situées sur le secteur sud du département. La majorité exercent sur de moyennes et petites exploitations, les productions sont labellisées pour la majorité en BIO. 6 conventions ont été signées et le CERFA de défiscalisation remis.

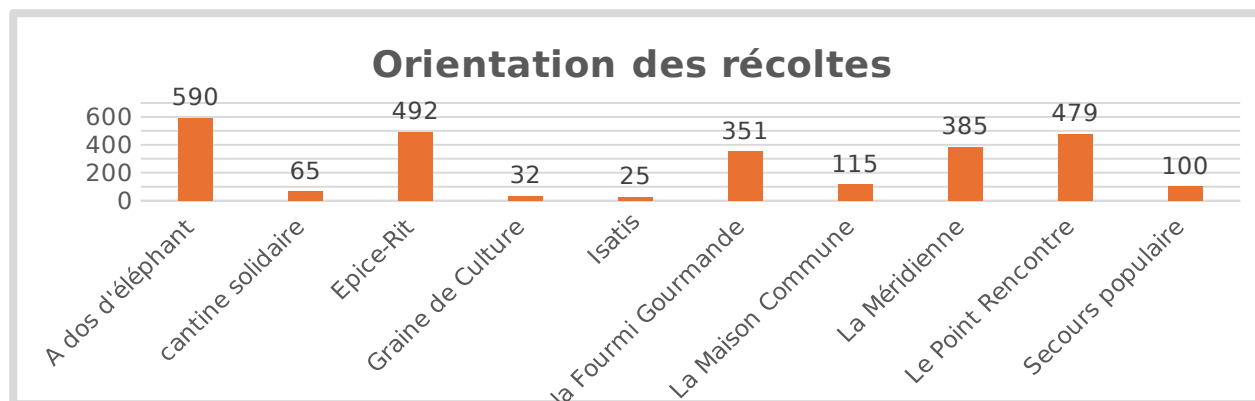


Total récolté

Le total des récoltes est de **2 634 kg** auxquels s'ajoute la part des cueilleurs bénévoles qui est approximativement de 5 kg par cueilleur pour un total de 280 kg. **Total global : 2 914 kg.**

En moyenne les produits récoltés sont consommables sans besoin de transformation. Ils sont vendus aux bénéficiaires des épicerie sociale à 10% du prix mercurial qui est de 3,56 € en 2025 donc 0,35€ le kg.

Nous n'enregistrons pas de perte des produits récoltés.



Frais de déplacement

2 175 km ont été parcourus toutes associations confondues afin d'assurer les cueillettes solidaires, le transport des bénéficiaires et la répartition des produits. Les véhicules utilisés sont en majorité personnels.

Le fonctionnement des épicerie sociale diffère suivant leurs projets et financements, certaines ont pu effectuer des remboursements de frais de mobilité aux bénéficiaires et bénévoles cueilleurs.

Les frais des cueilleurs qui sont salariés de leur structure sont pris en charge par leurs employeurs.

Le montant total de la dépense est approximativement de 950 € si nous calculons un remboursement à 0,427€ du km.

Photos des cueillettes 2025



Points faibles de l'action

- En 2025 cette action a été mise en place uniquement via le financement du projet Mieux Manger Pour Tous porté par la DREETS ; ce financement n'est pas pérenne.
- La mobilité est assurée par les bénévoles cueilleurs et l'association ESPICIARE. Les frais de l'acheminement des produits vers les épiceries sociales sont en partie pris en charge par les épiceries (frais mobilité et salariaux).
- La coordination de l'action est assurée par la coordinatrice ESPICIARE dont le poste sera remis en question en fonction du renouvellement ou non de la subvention Mieux Manger pour Tous porté par la DREETS
- L'action des cueillettes solidaires est repérée par d'autres associations de proximité qui ont obtenu un financement leader. La multiplicité des demandes faites auprès des producteurs peut entraîner un désistement de leur part et défavoriser notre engagement dans cette action.

Impacts de l'action

L'action des cueillettes solidaires a un impact important sur :

Les bénéficiaires : mobilisation et actions en faveur des épiceries sociales, lutte contre l'isolement, découverte du milieu professionnel des producteurs locaux, activité physique, échange inter épiceries sociales et associations de proximité, apport de produits sains et locaux favorisant une alimentation en produits frais, modalité de conservation des produits récoltés (engrangement, transformation).....

Les épiceries sociales : mobilisation des bénévoles et bénéficiaires dans le cadre d'une action innovante, apport alimentaire en produits frais et locaux lors des distributions, mise en place d'ateliers culinaires sur la base des produits récoltés, rencontres et échanges inter associatifs

Les producteurs : rencontre avec les acteurs de la lutte contre la précarité alimentaire, valorisation des productions, ouverture à d'autres marchés (paniers solidaires, visites exploitations,...) défiscalisation sur la quantité de produits récoltés.

Le territoire et les services de l'état: mobilisation du collectif Espiciare dans le cadre d'une nouvelle action favorisant un approvisionnement de qualité et local au bénéfice des personnes en situation de précarité alimentaire

Besoins de l'action en 2026

Afin de poursuivre cette action, nous souhaitons effectuer une demande de subvention de fonctionnement pour les frais de transport auprès de la CAF et/ou MSA afin que les frais ne soient pas assurés par les bénévoles.

Nous souhaitons également obtenir une aide pour le financement de matériel nécessaire aux cueillettes.

Nous espérons développer un partenariat avec des producteurs inscrits dans un projet de conserverie afin de valoriser les produits récoltés qui ne peuvent être distribués dans les épiceries sociales dans le but d'éviter le gaspillage alimentaire

Nous souhaitons également inscrire cette action dans une démarche territoriale et développer celle-ci sur tout le département favorisant la participation totale de notre collectif.

Le projet Vrac

Le projet Vrac est un projet initié en 2022, et donc une partie a été clôturée en 2023.

Épiceries participantes

Les épiceries participant au projet sont :

- La Fourmi Gourmande (Manosque)
- Gourmandigne (Digne-les-bains),
- Le Point Rencontre (Château-Arnoux),
- Épice Rit (Volx),
- La Poire en Deux (Forcalquier).

Objectifs

L'objectif est de doter les épiceries du matériel et d'une subvention d'achats de produits afin d'expérimenter et pérenniser la distribution de produits en Vrac au sein des épiceries sociales et solidaires du département.

Les objectifs sont à la fois :

- écologiques : réduction des conditionnements ;
- économiques : les produits en Vrac sont potentiellement moins chers ;
- éducatifs à de nouveaux modes de consommation durables : apprendre à ne consommer que le nécessaire ;
- et sociaux-économiques : privilégier l'alimentation issue de sources bio et locales.

Les deux axes sont :

- Permettre aux familles en difficultés l'accès à une alimentation saine en créant dans chaque épicerie un espace nouveau, dédié aux produits secs en qualité BIO et sous forme de VRAC. La vente des produits vendus en VRAC autorise les bénéficiaires à adapter la quantité de leurs achats à leurs besoins et leur budget.
- Permettre aux usagers l'accès à des codes alimentaires évolutifs entraînant une consommation plus faible de produits transformés reconnus facteurs de risques pour la santé. L'utilisation de produits bruts fera l'objet de divers ateliers de préparations culinaires adaptées et organisés individuellement par les épiceries.

Actions

En 2025, faute de financement garantis pour l'achat de produits, le projet a tourné au ralenti.

Un budget d'achat de produits a pu être obtenu issu du financement Mieux Manger Pour Tous, et sera consommé en 2026.

Organisation et mise en place

En 2024 la création d'un poste de coordinatrice favorisera l'organisation de l'action et permettra sa **mise en place définitive en octobre 2024.**

Installations de la distribution dans les épicerie



Impacts de l'action

Impacts sur les Bénéficiaires

- Accès à une alimentation saine et nutritive au bénéfice des familles. Nous pouvons donc présumer d'un impact sur les plus jeunes, pour une évolution positive vers une alimentation plus saine et une consommation réfléchie.
- Accès à des produits secs BIO et en quantité souhaitée et adaptée au budget.
- Les ateliers cuisine développent le lien social. Le lien avec les équipes encadrantes (professionnels et bénévoles) se renforce et autorise ainsi un accompagnement ciblé et identifié, vers un changement de pratiques alimentaires dans le respect des différences culturelles ou autres.

- L'identité sociale et la participation à l'effort national de lutte contre le gaspillage alimentaire, la biodiversité, le réchauffement climatique.
- Une inscription dans un territoire.

Impacts sur les Épiceries Sociales

- Un apport complémentaire en produits de qualité
- Un espace dédié et équipé dans leurs locaux
- Un accompagnement vers une alimentation plus saine, consolidé par la présence de produits secs de qualité nécessitant une préparation culinaire et des informations sur les valeurs nutritives des aliments
- Une sensibilisation des intervenants et accompagnants des épiceries sociales (salariés et bénévoles). Cette sensibilisation est un facteur essentiel permettant de faire évoluer les pratiques d'achats des consommateurs.
- Une participation active dans le cadre de l'accès à une alimentation saine et de qualité pour tous

Soutien à la création d'une ESS sur Peyruis

L'Épicerie Sociale et Solidaire de Peyruis a fermé ses portes fin 2024. Dans le cadre d'un travail avec des bénévoles qui souhaitent rouvrir l'activité sur Peyruis, Espiciare a été présent pour lancer le projet juridiquement, via la déclaration d'une nouvelle association dont les statuts ont été issus d'un travail conjoint avec les bénévoles.

La coordinatrice d'Espiciare a accompagné l'équipe bénévole dans les démarches permettant d'obtenir l'agrément permettant de distribuer l'aide alimentaire, et des subventions de la mairie, l'état et des collectivités.

Ce projet est toujours en cours de lancement, et devrait prendre son envol en 2026.

L'aide au fonctionnement des Épiceries

Les actions suivantes ont été mises en place afin de soutenir le fonctionnement des épiceries :

- Mise à disposition de la salariée Espiciare à l'épicerie La Méridienne de Mars 2025 à décembre 2025 dans le cadre du maintien de l'agrément EVS.
- Quote-part achat : le montant des quote-part achat a été calculé au prorata des files actives.
- Des comptes clients ESPICIARE ont été ouverts dans 5 MGS permettant aux Épiceries d'effectuer leurs achats en autonomie suivant leur quote-part achats
- Coordination des commandes et livraisons dans le cadre des projets en cours (paniers solidaires et Vrac)
- Organisation de visites des exploitations avec ateliers de fabrication et partage de la production lors de repas collectifs
- Recherches de producteurs et associations permettant l'approvisionnement des Épiceries en fonction de leurs budgets et de leurs besoins
- Visites des ESS adhérentes et mise en place de questionnaires de satisfaction destinés aux bénéficiaires permettant les diagnostics actions.
- Gestion des échanges de denrées et autres produits entre Épiceries adhérentes.

Projets et Actions 2026

Espiciare souhaite mettre en place les projets et actions suivantes en 2026 :

- Maintien du poste de coordinatrice suite au renouvellement du financement de la DREETS PACA dans le cadre du projet « Mieux manger pour Tous ».
- Avancement sur le sujet des partenariats avec la Banque Alimentaire, échanges avec le coordinateur Alimentation Durable autour du projet COLLECT'O.
- Poursuite de l'action des paniers solidaires :
 - avec de nouveaux acteurs, notamment la maison commune de Saint Auban dans le cadre de son financement autour du projet EDEAR ;
 - étendre l'action sur tout le département ;
 - augmenter notre potentiel d'action en développant notre collaboration avec l'association « A Dos d'Eléphant » ;
 - solliciter une subvention MSA pour l'achat de matériel ;
- Développer la collaboration avec le PAT départemental et les services de l'État dans le cadre de la mise en place d'actions et de réflexions en faveur de la lutte contre la précarité alimentaire
- Poursuivre notre investissement et nos échanges avec le groupe PRE'CALIM dans le cadre du projet Mieux Manger Pour Tous (webinaires, ateliers accélérateurs de projets et autres manifestations)
- Participer aux ateliers de réflexion sur la sécurité sociale alimentaire en rejoignant le groupe de Forcalquier et l'épicerie sociale de Seyne les Alpes précurseurs de ce projet dans le 04
- Développer notre collaboration avec le PAT en participant à la promotion du livre « recettes faciles, pas chères et nutritives »
- Favoriser l'accroissement de notre collectif en portant les informations de nos actions auprès du CCAS de Forcalquier gestionnaire de la nouvelle épicerie sociale et l'épicerie sociale de Seyne les Alpes ouverte en 2026
- Adhérer à l'UGESS afin d'inscrire notre collectif dans un collectif national favorisant notre développement et notre participation aux instances en faveur de la lutte contre l'exclusion alimentaire
- Promouvoir les actions et les objectifs des épiceries sociales du 04 auprès des magasins de producteurs locaux dans le but de développer une nouvelle forme de ramasse en produits frais et locaux

- Favoriser l'approvisionnement de nos épiceries sociales en persévérant dans les demandes de subventions sur les projets déjà en place, mais trouver également de nouveaux financeurs dans le but d'améliorer la qualité des produits proposés au bénéfice des personnes en situation de précarité alimentaire
- Organisation de visites d'exploitations et d'ateliers en faveur des ESS adhérentes permettant les rencontres inter épiceries et l'accès pour les bénéficiaires à une alimentation locale, durable et basée sur la consommation de produits non transformés.

Glossaire

BA : Banque Alimentaire.

CAF : Caisse d'Allocations Familiales.

CCAS : Centre Communal d'Action Sociale.

COLLECT'O : Projet de la Banque Alimentaire pour la collecte et la distribution de produits alimentaires via un logiciel dédié.

CRESS : Chambre Régionale de l'Économie Sociale et Solidaire.

DDETSPP : Direction Départementale de l'Emploi, du Travail, des Solidarités, et la Protection des Populations.

DREETS : Direction Régionale de l'Économie, de l'Emploi, du Travail et des Solidarités.

ESS : Épicerie Sociale et Solidaire.

EVS : Espace de Vie Sociale : agrément de la CAF pour les structures adhérent aux valeurs et au cahier des charges EVS.

MGS / GMS : Moyennes et Grandes Surfaces (« supermarchés »)

MMPT : Mieux Manger Pour Tous ; programme de l'état en faveur de la lutte contre la précarité alimentaire.

MSA : Mutuelle Sociale Agricole.

PAT : Plan Alimentaire Territorial.

PREC'ALIM : réseau régional à l'initiative de la DREETS pour la lutte contre la précarité alimentaire.

UGESS : Union des Groupements d'Épiceries Sociales et Solidaires.