

CASAL

Comité d'action
en sécurité alimentaire
de Laval



La réalité des cuisines collectives à Laval

Une enquête sur leur fonctionnement et leurs défis

Version électronique

Agence de la santé
et des services sociaux
de Laval

Québec 

Direction de santé
publique

La réalité des cuisines collectives à Laval

Une enquête sur leur fonctionnement et leurs défis

*Agence de la santé
et des services sociaux
de Laval*

Québec



Direction de santé
publique

Coordination et supervision

Alain Carrier

Directeur adjoint aux programmes

Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Laval

Coordination des travaux

Alexandre St-Denis

Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Laval

Recherche et rédaction principale

Catherine Robichaud

Comité d'action en sécurité alimentaire de Laval (CASAL)

Nous tenons à remercier sincèrement les responsables des cuisines collectives de Laval qui ont participé à cette enquête.

Mise en pages et conception

Jacinthe Bélanger et Évelyne Lelarge

Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Laval

Édition et diffusion

Disponible au Centre de documentation de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval

et sur le site Internet de l'agence : <http://www.sssslaval.gouv.qc.ca>

450 978-2000

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2008

Bibliothèque et Archives Canada, 2008

ISBN – 978-2-923699-00-4

ISBN « PDF » -978-2-923699-01-1

Mai 2008

Version du 20 mai 2008

© Agence de la santé et des services sociaux de Laval, 2008

Table des matières

LISTE DES TABLEAUX	I
FAITS SAILLANTS	II
INTRODUCTION : LE CONTEXTE DE L'ENQUÊTE	1
1. QU'EST-CE QU'UNE CUISINE COLLECTIVE?	2
2. LA DÉMARCHE MÉTHODOLOGIQUE	3
2.1 DÉMARCHE QUALITATIVE ET ENTREVUES DIRIGÉES	3
2.2 SÉLECTION DES RÉPONDANTS	3
2.3 DÉMARCHE D'ANALYSE DES RÉSULTATS ET VALIDATION	4
2.4 CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES	4
3. PRÉSENTATION DES RÉSULTATS	4
3.1 PROFIL DES ORGANISMES DE CUISINES COLLECTIVE AYANT PARTICIPÉ À L'ENQUÊTE.....	4
3.2 PROFIL DES GROUPES DE CUISINE COLLECTIVE	5
3.3 PROFIL DES MEMBRES	6
3.4 MOTIVATIONS DES PARTICIPANTS	7
3.5 BARRIÈRES À LA PARTICIPATION DES MEMBRES.....	8
3.6 OBJECTIFS POURSUIVIS PAR LES GROUPES DE CUISINE COLLECTIVE.....	8
3.7 MODE OPÉRATOIRE DES GROUPES DE CUISINE COLLECTIVE	9
3.7.1 <i>Recrutement et inscription</i>	9
3.7.2 <i>Fréquence des rencontres des groupes de cuisine collective</i>	10
3.7.3 <i>Modèle des rencontres</i>	10
3.8 FOND DE CUISINE ET CONTRIBUTION FINANCIÈRE DES MEMBRES	12
3.9 IMAGE ET STIGMATISATION	12
3.10 ANIMATION ET CLIMAT DE GROUPE.....	13
3.11 ÉDUCATION POPULAIRE.....	14
3.12 FORCES ET DIFFICULTÉS DES ORGANISMES.....	14

3.13	LIEN ENTRE LES GROUPES DE CUISINE COLLECTIVE ET LE REGROUPEMENT DES CUISINES COLLECTIVES DU QUÉBEC (RCCQ).....	15
3.14	INTÉRÊT DES ORGANISMES À SE REGROUPER RÉGIONALEMENT.....	16
3.15	BESOINS DES ORGANISMES.....	16
3.15.1	<i>Des idées d'activités pour les membres.....</i>	16
3.15.2	<i>Réseautage et image.....</i>	17
3.15.3	<i>Soutien et ressourcement sur les habiletés et connaissances en animation.....</i>	17
3.15.4	<i>Soutien et ressourcement sur les habiletés et connaissances culinaires.....</i>	17
3.15.5	<i>Des ressources de toutes sortes.....</i>	17
	CONCLUSION	18

Liste des tableaux

Tableau 1 : Missions des organismes répondants	5
Tableau 2 : Particularités des groupes	5
Tableau 3 : Critères d'admission	6
Tableau 4 : Motivations des participants	7
Tableau 5 : Barrières à la participation	8
Tableau 6 : Objectifs poursuivis par les organismes	9
Tableau 7 : Forces des organismes	15
Tableau 8 : Difficultés et/ou défis des organismes	15

L'enquête qui suit se veut un portrait des cuisines collectives de Laval. Plus précisément, elle vise à démontrer comment fonctionnent les cuisines collectives, quelles sont leurs forces, leurs difficultés et leurs besoins. Pour ce faire, dix organismes qui organisent des cuisines collectives sur notre territoire ont été rencontrés. Voici un bref inventaire des aspects les plus marquants de la recherche.

Le profil des organismes qui offrent des cuisines et des personnes qui en sont membres :

- la majorité des organismes organisent entre deux et trois groupes de cuisine collective
- parmi les organismes qui ont participé à l'enquête, on dénombre environ 28 groupes de cuisine collective, dont plusieurs avec des particularités dans leur vocation
- aucun de ces organismes ne fait mention de l'alimentation dans son énoncé de mission
- les groupes comptent en moyenne cinq participants, au minimum trois et au maximum sept
- les membres sont généralement des femmes, sauf un groupe composé exclusivement d'hommes
- quoi qu'ils soient encore minoritaires, nous voyons apparaître de plus en plus de groupes dont les membres sont d'origines ethnoculturelles diverses
- la mixité des origines culturelles dans un groupe présente des aspects positifs pour les membres et des défis pour l'animation.

Les motivations et les barrières à la participation des membres, ainsi que les objectifs poursuivis par les organismes en organisant des cuisines collectives :

- briser l'isolement, socialiser et bien cuisiner à petits prix sont les principales motivations des participants
- favoriser la création de liens et la socialisation de leur clientèle, ainsi que permettre aux personnes de cuisiner de façon économique sont les principaux objectifs des organismes
- une mauvaise organisation ou planification, un type d'animation autoritaire ou encore une dynamique de groupe tendue sont des barrières à la participation.

Les pratiques de recrutement :

- pour la majorité des organismes, recruter de nouveaux membres semble être une chose facile, alors que pour quelques-uns cela représente un défi
- le recrutement se fait le plus souvent par le bouche-à-oreille et les annonces dans diverses tribunes (ex. journaux de quartier, dépliants d'organismes, etc.)
- les groupes fonctionnent généralement avec des inscriptions fermées, quoique quatre groupes expérimentent présentement les inscriptions ouvertes.

Les étapes de réalisation d'une cuisine collective :

- la plupart des groupes de cuisine collective font une cuisine une fois par mois, alors qu'une minorité le fait à une fréquence plus élevée

- les rencontres comportent habituellement quatre étapes : la planification, les achats, la journée de cuisson et l'évaluation
- l'étape de la planification est celle qui présente le plus grand défi en termes de participation des membres, alors que l'évaluation est celle la plus souvent escamotée.

Les contributions financières des membres et l'image des groupes de cuisine collective auprès des non-membres

- dans tous les groupes, le fond de cuisine est fourni par l'organisme
- tous les membres doivent contribuer financièrement, sauf pour deux groupes
- pour la moitié des organismes, les cuisines collectives jouissent d'une image positive auprès de leur clientèle en général
- pour l'autre moitié, on relate une méconnaissance des cuisines collectives et/ou une stigmatisation associée à la pauvreté.

L'animation et la dynamique des groupes :

- la majorité des groupes vivent des dynamiques amicales où prime le plaisir de se retrouver et d'échanger
- l'animateur joue un rôle clef dans le bon fonctionnement des groupes
- les animateurs bénévoles représentent à la fois des atouts (ex. pallier au manque de ressources humaines) et des difficultés (ex. gestion des conflits plus difficile)
- dans la moitié des groupes, l'animateur remplit des fonctions d'éducation populaire de façon constante.

Les forces et les défis des organismes :

- presque tous les organismes offrent un service de halte garderie à ses membres, ce qui répond au besoin d'une clientèle essentiellement composée de parents
- les autres forces énumérées sont très différentes d'un organisme à un autre
- la difficulté la plus souvent énumérée est le manque de ressources humaines pour l'animation des groupes ainsi que, dans une moindre mesure, la gestion des conflits et des lieux physiques mal adaptés pour les activités.

L'intérêt pour les organismes de cuisines collectives de Laval à se regrouper :

- quatre organismes sont membres du RCCQ
- la majorité des intervenants rencontrés seraient intéressée à ce qu'il y ait des rencontres occasionnelles entre organismes de la région, principalement pour échanger sur leurs expériences.

Les besoins de formation et de ressourcement des organismes

- les besoins énumérés touchent les connaissances culinaires ainsi que les habiletés de gestion et d'animation de groupe.

Introduction : Le contexte de l'enquête

La publication de *l'État de situation de la sécurité alimentaire à Laval 2006*, réalisée par le Comité d'action en sécurité alimentaire de Laval (CASAL), nous révélait des données importantes sur la problématique de l'insécurité alimentaire vécue par les Lavallois. En outre, on y apprenait que 9,8 % de la population de Laval, soit plus de 36 000 personnes, s'inquiètent souvent ou parfois à l'idée de manquer de nourriture en raison d'un manque d'argent, que 9,9 % de sa population, soit plus de 32 500 personnes, vivent souvent ou parfois une insuffisance de variété et de qualité dans leur alimentation en raison d'un manque d'argent¹. Cette recherche présentait aussi une analyse plus détaillée en fonction de cinq facteurs déterminants en sécurité alimentaire tels que : l'accès physique aux aliments, la disponibilité d'une nourriture saine à coût raisonnable, le pouvoir d'achat, les habiletés et connaissances qui permettent aux consommateurs de faire des choix alimentaires éclairés et le système agroalimentaire durable.

À la suite des résultats obtenus, le CASAL, qui a pour mandat de favoriser et promouvoir la sécurité alimentaire, a créé trois tables de travail, dont une qui a pour mandat de promouvoir et soutenir la revalorisation des habiletés et connaissances liées à l'alimentation. Nous définissons comme habiletés et connaissances, la capacité de préparer des repas peu coûteux, les connaissances nutritionnelles de base et les notions pour la préservation des aliments. En partant du constat que le mode de vie actuel favorise la consommation des aliments transformés et prêts-à-manger, que de moins en moins de temps est consacré à la préparation et au partage des repas familiaux et qu'en ce sens, les habiletés liées à l'alimentation et les connaissances culinaires ne sont pas valorisées; en constatant aussi que les habiletés à faire des choix alimentaires éclairés influencent la santé et la sécurité alimentaire de la personne, il a semblé important pour les membres du CASAL de travailler à la revalorisation des habiletés et connaissances alimentaires. Parmi les initiatives existantes dans la région, le Comité a reconnu les cuisines collectives comme étant un lieu privilégié de valorisation des habiletés et connaissances en lien avec l'alimentation. Toutefois, à l'automne 2007, au moment où ils s'y sont intéressés, les membres du Comité ont trouvé bien peu d'information concertée sur les cuisines collectives de Laval. Par conséquent, le manque d'information disponible ainsi que le souci de mieux connaître la réalité des cuisines collectives de la région sont devenus les moteurs de la présente enquête.

Ayant des ressources humaines et de temps limités, nous avons fait le choix de concentrer notre recherche sur l'organisation des groupes, et non pas sur les personnes qui en sont membres. Les résultats obtenus et présentés dans les pages qui suivent ne constituent donc pas un portrait exhaustif de l'état de situation des cuisines collectives de Laval, mais plutôt le reflet d'une réalité existante dans différents groupes, sous ses diverses déclinaisons, permettant de nous familiariser avec leurs modes de fonctionnement, les forces de certains, les défis des autres, ainsi que leurs besoins. Nous espérons, par cette recherche, contribuer à une meilleure connaissance de la réalité alimentaire et communautaire de notre région.

¹ Recensement canadien, 2001.

1. Qu'est-ce qu'une cuisine collective?

Plusieurs termes peuvent s'apparenter à celui des cuisines collectives : cuisines communautaires, repas collectifs, ateliers de cuisine, etc. Bien que de prime abord ces termes puissent sembler des synonymes, il n'en n'est rien dans la pratique communautaire. À chacun de ces termes appartient une activité avec ses particularités. Selon le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ), une cuisine collective est :

Un petit groupe de personnes qui mettent en commun temps, argent et compétences pour confectionner en quatre étapes (planification, achat, cuisson et évaluation) des plats sains, économiques et appétissants. Les participants choisissent ensemble des recettes, dressent la liste d'épicerie et font les achats. Ensuite, ils concoctent collectivement leurs mets assaisonnés d'humour et de fierté.²

Les groupes de cuisine collective sont souvent initiés, mais pas obligatoirement, par des organismes communautaires qui réalisent les activités dans leurs locaux. Dans d'autres cas, ce sont des citoyens qui s'organisent eux-mêmes, indépendamment de toute organisation. Notre enquête s'appuie uniquement sur l'expérience des groupes de cuisine organisés dans le cadre d'organismes communautaires de Laval.

Bien qu'il y ait une structure générale commune, nous avons pu constater que chacun des groupes de cuisine collective a ses propres couleurs, influencées par la clientèle desservie, le type d'animation, le type d'organisation où prennent place les cuisines, etc. Parfois, les différences d'un groupe de cuisine collective à un autre sont si grandes qu'il est difficile de déterminer s'il s'agit bien de cuisines collectives. Ainsi, dans le cadre de cette recherche, nous avons établi quelques critères de base, à partir de la définition fournie par le RCCQ, nous permettant de déterminer ce qui sera considéré comme une cuisine collective. Ces critères sont les suivants :

- les rencontres doivent au moins comporter les étapes de la planification et de la cuisson, auxquelles sont invités à participer les membres du groupe
- un animateur doit coordonner les activités du groupe de cuisine
- les participants sont membres d'un groupe par libre choix, et non pas parce qu'ils se voient obligés d'y participer dans le cadre d'un programme institutionnalisé (par exemple, un groupe de jeunes du Centre jeunesse qui doit participer à une cuisine collective dans le cadre d'un programme d'insertion sociale).

² Site Internet du RCCQ, 1^{er} février 2008, <http://www.rccq.org/>

2. La démarche méthodologique

La présente enquête³ vise à porter un éclairage sur les cuisines collectives de Laval. Plus spécifiquement, nous visons l'objectif spécifique de recherche suivant :

dresser un portrait de la réalité partagée par les cuisines collectives de Laval, en répertoriant les différentes façons de faire; en inventoriant les différentes dynamiques; en identifiant et comparant les forces et difficultés rencontrées par les organismes; et en identifiant leurs besoins.

2.1 Démarche qualitative et entrevues dirigées

La démarche empruntée se base sur une méthodologie qualitative, dont la méthode de recherche privilégiée est l'entrevue dirigée. Une grille d'entrevue a préalablement été construite, se basant principalement sur la documentation élaborée par le RCCQ (*Les cuisines collectives en bref; Guide de démarrage des cuisines collectives*). La même grille d'entrevue a servi à réaliser tous les entretiens. Celle-ci se divise en sept sections :

- préambule (données factuelles sur les groupes)
- description du mode de fonctionnement
- caractéristiques de l'animation
- caractéristiques de la dynamique de groupe
- information sur les pratiques de recrutement
- information sur les forces et les difficultés
- information sur les besoins.

En moyenne, chacun des entretiens a duré une heure. Dans tous les cas, les répondants ont été rencontrés dans leur organisme.

2.2 Sélection des répondants

Les entrevues dirigées ont été réalisées auprès de dix personnes responsables des activités de cuisines collectives de différents organismes communautaires. La façon de constituer l'échantillon des répondants fut systématique : nous avons tenté de joindre tous les organismes offrant des activités de cuisines collectives répertoriés dans le bottin de ressources du CASAL (version janvier 2007). Parmi ceux-ci, nous avons rencontré ceux qui étaient disponibles à réaliser une entrevue au cours du mois de janvier 2008. En somme, il a été possible de rencontrer la personne responsable de la cuisine collective dans dix organismes, sur un total répertorié de quatorze. Cette proportion nous permet de croire que l'échantillon assure une bonne représentativité des cuisines collectives à Laval.

³ Nous utilisons le terme enquête dans le sens de recherche d'information.

2.3 Démarche d'analyse des résultats et validation

Dans un premier temps, nous avons réalisé une analyse descriptive, permettant de dresser un portrait des cuisines collectives à Laval : comment fonctionnent-elles, comment se fait l'animation, etc.

Dans un deuxième temps, les données compilées ont été classées par catégories d'analyse puis comparées. Les catégories ont été élaborées à partir des thèmes exploités dans le canevas d'entrevue. Le regard comparatif porté sur les données a fait ressortir les similitudes et les divergences entre les différents organismes, permettant d'interpréter certains résultats.

Enfin, après avoir été compilées, les résultats ont été présentés aux participants lors d'une rencontre de retour d'information. Cinq des dix répondants y ont participé et un sixième répondant a lu la copie de la présentation des résultats. Les commentaires ont servi à valider les résultats obtenus.

2.4 Considérations éthiques

Dès le début de chacune des entrevues, une entente verbale a été convenue visant à assurer la confidentialité des données. C'est pour cette raison que nous nous sommes gardés de nommer les différents organismes dans la présentation des résultats.

3. Présentation des résultats

Cette section comporte les résultats de l'enquête. Ceux-ci ont été regroupés et présentés sous différents thèmes, dans le but d'en simplifier la lecture.

3.1 Profil des organismes de cuisines collective ayant participé à l'enquête

Parmi les organismes ayant répondu à l'enquête, aucun, dans l'énoncé de sa mission, ne fait mention de l'alimentation. C'est-à-dire que chacun des organismes coordonnant des groupes de cuisine collective le fait dans un cadre plus large; les cuisines collectives sont un service offert parmi d'autres, servants de véhicule pour atteindre leur mission. À l'échelle régionale, nous n'avons pu identifier qu'un seul organisme qui offre des activités similaires à celles des cuisines collectives et dont l'alimentation est partie prenante de l'énoncé de sa mission. C'est donc dire que presque tous les organismes qui organisent des cuisines collectives ont une mission autre que les activités liées à la sécurité alimentaire. Les missions premières des organismes répondants se partagent comme suit :

Tableau 1 : Missions des organismes répondants

Mission première	Nombre d'organismes répondants
Services et soutien à la famille	5
Répondre aux besoins des personnes âgées	2
Organisme de quartier (briser l'isolement et favoriser le développement des personnes)	2
Favoriser l'intégration au travail et l'alphabétisation	1

Parmi ces dix organismes, huit avaient des groupes de cuisine collective actifs au moment de l'entrevue, alors que deux n'en n'avaient plus. Néanmoins, ces derniers ont eu des groupes de cuisine actif pendant plusieurs années et prévoyaient en redémarrer dans les prochains mois. Les personnes interviewées n'ont pas toutes été en mesure de préciser depuis combien d'années leur organisme organisait des cuisines collectives, mais chacun de ceux-ci avait une expérience minimale de trois ans et certains, jusqu'à quinze ans.

3.2 Profil des groupes de cuisine collective

Il est difficile de dire exactement le nombre de groupe de cuisine collective existant à Laval, car ce qui est considéré comme une cuisine collective diffère d'un organisme à l'autre. Par exemple, un atelier « boîte à lunch » est considéré comme une activité de cuisine collective pour un organisme, alors que non pour un autre. Néanmoins, nous pouvons estimer que les 10 organismes rencontrés regroupent, au total, quelque 28 groupes de cuisine collective. Pour chacun de ces organismes, on retrouve généralement plusieurs groupes de cuisine collective :

- la majorité des organismes compte de deux à trois groupes de cuisine collective
- un seul organisme ne compte qu'un groupe de cuisine collective (il offre d'autres types d'ateliers de cuisine)
- un seul organisme compte plus de trois groupes, soit six groupes de cuisine collective.

Parmi ces groupes, plusieurs présentent des particularités quant à leur vocation, souvent dans le but de répondre à des besoins spécifiques de leur clientèle. Ainsi, on dénombre :

Tableau 2 : Particularités des groupes

Pour les jeunes mères	Mentionné 2 fois
Cuisine boîte à lunch (5 diners et 2 collations par jour)	
Cuisine technique, c'est-à-dire qui met l'emphase sur la maîtrise d'une technique culinaire (ex. faire des tartes, viande braisée, etc.)	Mentionné 1 fois
Cuisine végétarienne	
Cuisine pour les allergies alimentaires	
Pour les femmes âgées en situation précaire seulement	
Pour les personnes âgées en perte d'autonomie ou avec besoins particuliers seulement	
Pour les pères seulement	Mentionné 1 fois
Pour les personnes avec limitations intellectuelles ou aux prises avec un problème de santé mentale	

Le nombre de participants par groupe varie, mais se situe habituellement autour de cinq. La majorité des organismes rencontrés estime qu'il doit y avoir un minimum de trois participants pour que la cuisine ait lieu, alors que le maximum est souvent fixé en fonction de la capacité du lieu, ou encore selon ce qui, pour eux, favorise la meilleure dynamique de groupe. Certains groupes comptent jusqu'à six, ou occasionnellement sept participants dans un même groupe. Le groupe le plus nombreux est composé de quinze participants.

3.3 Profil des membres

Bien que certains organismes ne posent aucun critère d'admission pour devenir membres de leurs groupes de cuisine collective, d'autres émettent des conditions claires :

Tableau 3 : Critères d'admission

Aucun critère d'admission	Mentionné 4 fois
Vivre une situation économique précaire	Mentionné 3 fois
Être résident du quartier	Mentionné 2 fois
Être membre de l'organisme	
Avoir besoin de développer ses habiletés et ses connaissances culinaires	
Sexe (groupes unisexes)	Mentionné 1 fois
Avoir une participation assidue	
Présenter une hygiène corporelle adéquate	

La clientèle participante aux cuisines collectives est majoritairement féminine. En effet, dans huit des dix organismes visités, les groupes sont constitués presque exclusivement de femmes. À quelques rares occasions, un homme se joint au groupe. Cette « féminisation » des groupes se fait de façon « naturelle » puisqu'un seul organisme dit éviter volontairement de constituer des groupes mixtes. À l'inverse, on compte un groupe constitué uniquement d'hommes (sur la base des critères d'admissibilité).

Les participants des cuisines collectives ont, la plupart du temps, connu cette activité en fréquentant l'organisme pour d'autres services. Ainsi, plus de la moitié des groupes sont constitués presque uniquement de parents. On peut en déduire que ceci a un lien direct avec le fait que cinq des organismes rencontrés sont des maisons de la famille. Deux autres organismes s'adressent aux personnes âgées, ce qui se reflète dans la constitution des groupes.

Deux organismes citent comme caractéristique première de leur clientèle la précarité de leur situation financière, alors qu'un autre relate, au contraire, avoir des membres avec des situations financières de toutes sortes. Il est intéressant de noter que pour ces derniers, cette mixité ne semble pas poser de problème. Cependant, l'animatrice doit porter une attention particulière afin que le budget soit respecté et que tous soient confortables. D'un point de vue culturel, la minorité des groupes est composée d'une clientèle ethnoculturelle diverse (mentionné 3 fois).

On note que cette minorité tend à changer dans les différents groupes. Plusieurs organismes ont expliqué accueillir dans leurs groupes des personnes immigrantes ou de différentes origines ethnoculturelles plus souvent qu'auparavant. De façon générale, la réalité interculturelle d'un même groupe semble être un aspect positif. Même que plusieurs ont mentionné l'intérêt des participants à

apprendre de nouvelles recettes ainsi que leur ouverture pour la cuisine « du monde ». Au niveau de l'animation, cette transformation demande certaines remises en question dans l'approche et l'adaptation des façons de faire. Certains intervenants ont mentionné qu'une attention particulière doit être portée lorsqu'un participant mange hallal. Jusqu'à présent, cette situation semble s'être gérée facilement et de façon similaire dans les différents groupes : après avoir été consulté, le groupe accepte de payer un supplément pour acheter de la viande hallal, ou sinon, de cuisiner végétarien. Toutefois, certains organismes s'attendent à ce que cette situation puisse devenir problématique, dans l'éventualité où un participant serait en désaccord avec l'achat d'aliments hallal, ce qui n'est jamais arrivé jusqu'à présent. Pour faire face à cette situation, nous avons noté deux types de propositions :

- un organisme aimerait démarrer une cuisine hallal
- deux autres groupes y ont songé puis ont décidé de ne pas aller dans ce sens, de peur de créer des « clivages » culturels.

Bien que la diversité culturelle des membres de certains groupes de cuisine ne semble pas créer de situations problématiques importantes, les responsables des groupes culturellement plus hétérogènes exposent certaines difficultés :

- dans un même groupe de cuisine collective, la discrimination d'un groupe culturel à l'égard d'un autre lors des journées de cuisson, se traduisant par de l'exclusion (rejet, parler une langue que l'autre ne comprend pas, etc.) et de l'hostilité
- conflit sur les façons de faire, d'apprêter les mets et de les assaisonner
- cuisine se déroulant dans une langue autre que le français, dû à la participation majoritaire d'individus allophones, créant de l'exclusion.

Nous remarquons que ces difficultés sont souvent associées à des groupes plus nombreux (plus de six personnes) et que l'animation est assurée par une personne bénévole. Nous traitons des aspects de l'animation à la section 4.9.

3.4 Motivations des participants

Selon les intervenants rencontrés dans les organismes, les motivations des membres à participer aux cuisines collectives se résument à quatre aspects. Les deux premiers sont les plus importants, ayant été nommés lors de chacune des entrevues :

Tableau 4 : Motivations des participants

Socialiser, rencontrer des gens, échanger, sortir de la maison, briser l'isolement	Mentionné 10 fois
Bien s'alimenter de façon économique	
Apprendre de nouvelles recettes ou encore des techniques de cuisine	Mentionné 5 fois
Planification des repas	Mentionné 3 fois

3.5 Barrières à la participation des membres

Les personnes interviewées ont identifié certaines difficultés rencontrées par leurs participants qui, selon eux, peuvent nuire à leur implication :

Tableau 5 : Barrières à la participation

Journée de cuisson trop longue	Mentionné 3 fois
Problèmes personnels	
Un type d'animation trop autoritaire ou dictatorial; mauvaise relation avec l'animateur; pas de continuité dans l'animation (animateur qui change)	Mentionné 2 fois
Atmosphère du groupe tendue, mauvaises relations entre les participants	
Les rencontres ont lieu le jour de semaine, ce qui exclue presque automatiquement la participation des personnes qui ont un travail stable	Mentionné 1 fois
Faible sentiment d'appartenance	
La durée du processus pour la réalisation d'une cuisine (souvent une journée et demie) représente beaucoup de temps	
La rencontre de planification apparaît comme un fardeau	
Réticence, crainte des familles qui bénéficient du dépannage alimentaire à participer	
Méconnaissance de ce que sont les cuisines collectives, image peu dynamique	
Limitations physiques des lieux pour les personnes qui ont des besoins particuliers	
Contribution financière que doivent fournir les participants	

La contribution financière que doivent fournir les participants, bien qu'elle soit minime, peut représenter un problème. Toutefois, la majorité des organisations rencontrées disent aborder la question d'emblée avec les membres. Ils les invitent à venir les rencontrer afin qu'ils puissent convenir d'un arrangement advenant des difficultés financières.

Par conséquent, il est possible de faire un rapprochement entre les motivations des membres et les barrières à leur participation. En effet, puisque l'on retrouve au premier rang des motivations le besoin de socialiser et de briser l'isolement, les participants ont besoin de vivre une expérience de groupe positive, sans quoi ils ne trouveront pas la réponse à leur besoin.

3.6 Objectifs poursuivis par les groupes de cuisine collective

Il est intéressant de noter que, bien que l'activité principale des groupes de cuisine collective soit de cuisiner, les objectifs qu'ils poursuivent diffèrent d'un organisme à l'autre. Ceci peut être attribuable au fait que ces organismes soient dotés de missions différentes. Il semble qu'il y ait deux objectifs principaux poursuivis par le plus grand nombre : permettre aux participants de cuisiner des repas sains de façon économique, et permettre de créer un lieu de socialisation. Nous avons regroupé sous ce dernier objectif tous ceux qui étaient similaires, tels que briser l'isolement des individus, créer un espace récréatif et de rencontre, créer un lieu d'échange où il est possible de développer des liens.

Tableau 6 : Objectifs poursuivis par les organismes

Favoriser la socialisation	Mentionné 8 fois
Permettre de cuisiner à petit prix	
Développer l'autonomie des personnes et des groupes	Mentionné 4 fois
Apprendre à cuisiner sainement	
Faire de l'intervention psychosociale	Mentionné 2 fois
Planification des repas	
Développer des aptitudes sociales	Mentionné 1 fois
Apprendre à faire un budget	

3.7 Mode opératoire des groupes de cuisine collective

Cette section décrit les différentes étapes pour la réalisation d'une cuisine collective. Bien que notre description soit générale, nous avons tenté de rendre compte des différentes pratiques à la fois.

3.7.1 Recrutement et inscription

Majoritairement, ce sont des groupes fermés dont la période de fonctionnement est plus ou moins la même que l'année scolaire, c'est-à-dire de septembre à juin. Certains groupes reviennent d'une année à l'autre, alors que d'autres pas. Si un participant abandonne le groupe en cours d'année, il doit idéalement être remplacé. Certains responsables ont souligné l'impact négatif sur la dynamique de groupe lorsque le remplacement tarde.

Une autre façon de fonctionner, qui a été répertoriée dans quatre groupes, est celle des inscriptions ouvertes. Dans ce cas, les personnes ou les groupes de personnes qui veulent participer à une rencontre de cuisine doivent réserver à l'avance. Ce mode d'inscription en continu semble être une façon de procéder relativement nouvelle pour tous les organismes qui l'utilisent actuellement, et paraît satisfaire à leurs attentes. L'objectif de cette nouvelle pratique est de remédier à un problème de participation (manque d'assiduité ou absentéisme). Jusqu'à présent, les organismes arrivent à combler les places disponibles et disent avoir remédié, de cette façon, au problème initial.

Règle générale, le recrutement de nouveaux membres se fait à deux moments :

- pour le démarrage de la nouvelle saison de cuisine (entre les mois de septembre et novembre) ou
- de façon ponctuelle ou continue durant l'année pour remplacer des membres s'étant désistés en cours de route ou encore pour combler les groupes ouverts.

La majorité des organismes rencontrés disent avoir de la facilité à recruter de nouveaux participants. Quatre organismes ont même parlé de l'existence d'une liste d'attente. Cependant, cette facilité n'étant pas la même pour tous, le recrutement représente un défi majeur pour deux organismes. Ceux-ci soulignent que les perceptions extérieures négatives à l'endroit des cuisines collectives peuvent, en partie, être la cause de cette difficulté. Parmi ces images négatives, tous deux soulignent la stigmatisation à la pauvreté ainsi que la méconnaissance générale de ce que sont les cuisines collectives. Nous aborderons la question des perceptions extérieures à la section 4.9.

Afin de promouvoir leurs groupes de cuisine collective et faciliter le recrutement, tous utilisent des méthodes combinées. Parmi les méthodes les plus fréquentes, il y a celle du « bouche-à-oreille », puis la publicité dans les brochures ou dépliants des organismes, ainsi que dans les journaux de quartier. Dans une moindre mesure, des participants peuvent être référés par un CLSC, par un intervenant qui a évalué leurs besoins à leur arrivée dans l'organisme, ou par un autre service de l'organisme (par exemple, un client de la banque alimentaire qui devient membre d'un groupe de cuisine collective du même organisme). Enfin, certains font de la sollicitation directe auprès des usagers de l'organisme, d'autres profitent de l'affichage interne pour faire de la publicité et un organisme explique faire un kiosque d'information et de promotion lors d'une activité spéciale dans leur collectivité, ce qui donne de bons résultats.

3.7.2 Fréquence des rencontres des groupes de cuisine collective

La majorité des groupes de cuisine collective réalise une cuisine une fois par mois, incluant toutes les étapes de réalisation (section 4.7.3). Seuls trois groupes se rencontrent à une fréquence plus élevée :

- deux groupes cuisinent deux fois par mois
- alors qu'un seul se rencontre toutes les semaines.

Dans un des organismes où les participants se rencontrent deux fois par mois, ils songent à augmenter la fréquence à une fois par semaine, dans le but de stimuler une participation plus soutenue des membres. À l'opposé, dans l'organisme où les participants cuisinent une fois par semaine, on considère que la fréquence est trop élevée, puisque les participants repartent souvent avec plus de nourriture que leur besoin.

3.7.3 Modèle des rencontres

L'organisation des cuisines collectives se déroule plus ou moins selon le même modèle. C'est un fonctionnement en quatre étapes, tel que le propose le RCCQ.

➤ Planification

Une réunion entre 1 h 30 et 3 h 30, qui a lieu de quelques jours à une semaine avant la journée de cuisson. Lors de cette rencontre, les circulaires et livres de recettes sont feuilletés, la décision est prise quant aux recettes qui seront cuisinées, la multiplication des portions⁴ est exécutée, le budget et la liste des achats sont dressés. C'est aussi à ce moment que les participants identifient les contenants dont ils auront besoin pour ramener leurs portions (chacun fournit ses contenants, sauf pour deux groupes). Cette rencontre se réalise avec tous les participants du groupe ainsi qu'avec l'animatrice. Dans un cas, l'animatrice fait seule la planification (groupe avec intervention psychosociale) et dans deux autres groupes, la rencontre repose davantage sur les épaules de l'animatrice, faute de la participation des membres. Il a été évoqué à plusieurs occasions lors des entretiens que motiver les participants à se présenter à la rencontre de planification représente un défi.

Plusieurs responsables estiment que les rencontres de planification sont de bonnes occasions de faire de l'éducation populaire sur différents thèmes (identification des spéciaux dans les circulaires, composer des menus équilibrés, faire un budget, etc.).

⁴ Action de multiplier les quantités nécessaires pour chaque ingrédient d'une recette en fonction du nombre de portions désirées.

➤ **Achats**

Le plus souvent, la liste d'achat a été départagée entre les participants lors de la rencontre de planification et chacun est responsable de sa partie. Dans trois groupes, l'animatrice accompagne le groupe, soit pour faire de l'éducation populaire sur les choix d'achats, soit parce que les participants n'ont pas de véhicule. Pour deux groupes seulement, les participants ne sont pas du tout impliqués dans l'achat des aliments (groupe de personnes avec limitations physiques et groupe avec intervention psychosociale).

➤ **Journée de cuisson**

En moyenne, la journée de cuisson débute vers 9 h et se termine entre 15 h et 16 h. Dans trois groupes, cette journée est plus courte, se terminant au plus tard à midi. Ceci s'explique par le type de clientèle qui participe à ces groupes :

- dans un cas, se sont des mères monoparentales dont les enfants vont dîner à la maison
- dans un autre, ce sont des personnes âgées pour qui une journée serait trop longue
- et finalement, dans le troisième cas, ce sont des participants aux prises avec des problèmes de santé mentale ou des limitations intellectuelles et pour qui une journée serait trop longue.

En moyenne, les groupes qui font une journée entière cuisinent de quatre à cinq recettes, alors que ceux qui font une demie journée, entre une et trois recettes. Certains groupes ont d'ailleurs réduit le nombre de recettes cuisinées, car une journée trop chargée provoquait plus de stress dans le groupe.

En plus des tâches reliées à la préparation de la nourriture, la journée de cuisson inclut des tâches en lien avec l'hygiène ainsi qu'avec le portionnement de la nourriture. La majorité des organismes rencontrés ont énuméré au nombre de leurs difficultés déjà rencontrées, mais résolues, le portionnement des recettes entre les participants. Deux organismes relatent avoir encore des difficultés à l'occasion avec cet aspect. Chacun y va de sa méthode, généralement selon l'une des façons suivantes :

- diviser également les recettes entre chacun des participants; payable par participant (entre 3 \$ et 6 \$) ou par portion (1,50 \$) ou par membre de la famille (1 \$)
- en fonction du nombre de personnes vivant à la maison (une portion par membre de la famille); payable par portion (entre 0,50 \$ et 1,50 \$)
- les participants déterminent combien de portions de chaque recette ils veulent au moment de la planification; payable par portion (1 \$).

Enfin, tous les groupes cuisinant une journée entière prennent un temps d'arrêt, entre 45 minutes et 1 heure, sur l'heure du dîner. La plupart cuisine une soupe ou un met léger dans l'avant-midi, puis le partage à l'heure du lunch. Pour les mères qui laissent leurs enfants à la halte garderie, c'est le moment de les retrouver un instant.

➤ **Retour-évaluation**

Le retour-évaluation porte sur l'appréciation des mets cuisinés, le déroulement de la journée de cuisson, l'organisation et la planification, etc. Certains se réservent un moment à la fin de la journée de cuisson pour faire le retour, d'autres le font lors de la planification de la cuisine suivante. Le retour est l'étape la plus souvent escamotée : seulement trois organismes soutiennent la pratiquer de façon régulière, deux disent ne jamais la faire. Les autres la font de façon occasionnelle. Un rapprochement peut être fait entre

la place donnée au retour et les difficultés de dynamique de groupe laborieuses et/ou un taux de présence instable :

- les deux organismes ne pratiquant pas du tout de retour-évaluation éprouvent ces difficultés
- les trois organismes pratiquant un retour-évaluation régulier suite aux cuisines ne rencontrent aucun de ces problèmes.

Nous constatons que pratiquer un retour-évaluation de façon systématique avec le groupe permet de mieux identifier les problèmes vécus, de trouver des mécanismes permettant d'ajuster le tir et, par conséquent, favoriser une meilleure dynamique de groupe.

3.8 Fond de cuisine et contribution financière des membres

Tous les organismes visités fournissent le fond de cuisine⁵. Parmi ceux-ci, un organisme en fournit seulement une partie, alors que deux autres sont en réflexion à savoir s'ils devraient continuer ou non à financer le fond de cuisine.

En plus du fond de cuisine :

- deux organismes fournissent d'autres denrées provenant de Moisson Laval, alors qu'une troisième en fournit à l'occasion
- deux organismes financent en partie les autres achats que doivent faire les groupes.

Seulement deux groupes de cuisine parmi tous les organismes voient leur nourriture financée en totalité. Ces groupes de cuisine collective s'inscrivent dans un cadre particulier d'intervention psychosociale auprès de clientèles cibles (personnes semi-autonomes ou autonomes avec limitations intellectuelles ou maladie mentale; aînées en situation précaire ou isolés socialement).

3.9 Image et stigmatisation

En comparant les données recueillies, il est possible de faire un rapprochement entre la stigmatisation de l'image des cuisines collectives à la pauvreté et le financement de la nourriture. D'abord, bien qu'elles soient perçues positivement de façon générale, quatre organismes soulignent que les cuisines collectives sont méconnues de façon générale, et quatre autres soulignent qu'il y a une perception persistante les associant à la pauvreté et à la clientèle à faible revenu exclusivement. Parmi les autres organismes, malgré une perception plutôt positive des cuisines collectives par leur clientèle, deux organismes ont mentionné l'importance et la nécessité de bien expliquer en quoi elles consistent afin de faire face aux préjugés. Les organismes où la cuisine est à proximité des autres aires fréquentées par la clientèle sont celles qui semblent jouir de la meilleure perception des non-membres : les gens voient rapidement comment elles fonctionnent, l'odeur dégagée par la cuisine est attrayante et ils voient les membres avoir du plaisir.

⁵ Le fond de cuisine est composé des aliments de base qui servent en cuisine. Se sont souvent des denrées sèches, telles que les assaisonnements, la farine, le sucre, la poudre à pâte, le bouillon de poulet, etc.

Parmi les quatre organismes prétendant que les cuisines collectives sont associées à une image de pauvreté :

- une, en plus du fond de cuisine, fournit d'autres types de denrées (fruits, légumes, lait, etc.) provenant de Moisson Laval
- une autre, en plus du fond de cuisine, fournit un budget aux groupes (environ 14 \$) provenant des dons reçus à l'aide alimentaire.

Enfin, la grande majorité des cuisines collectives visitées ont lieu les jours de semaine, ce qui nous permet de croire qu'elles rejoignent davantage (mais pas exclusivement) les personnes sans emploi, donc en situation de précarité financière. D'ailleurs, les deux organismes qui organisent des cuisines de soir et de fin de semaine disent avoir des groupes plus hétérogènes au niveau des revenus des participants.

3.10 Animation et climat de groupe

L'enquête a permis de colliger des informations sur le climat existant à l'intérieur des groupes de cuisine collective ainsi que sur le type d'animation qui y est exercé, tel que le perçoivent les intervenants rencontrés.

Dans la majorité des groupes, les intervenants décrivent le climat comme « amical, de plaisir, d'entraide et d'échange ». Le plaisir des participants à se retrouver semble dominant. Malgré ce climat généralement détendu, trois organismes ont relaté que parfois, un peu de stress et de tension pouvaient s'installer, pouvant s'expliquer par une surcharge de travail, un manque de ponctualité des participants ou encore, le rattrapage nécessaire pour ceux qui n'ont pas participé à la rencontre de planification. Deux groupes ont vécu, à un certain moment, un climat continuellement tendu, ce qui a mené à l'arrêt des activités. Dans ces cas, la source de tension était une animation plutôt rigide et autoritaire.

Enfin, en comparant les données sur le climat des groupes, nous remarquons que :

- les groupes vivent des climats de stress attribuables à une surcharge de travail (trop de recettes à réaliser) ou, parfois, à une mauvaise planification
- tous les groupes qui deviennent autonomes sont de petits groupes (trois à cinq personnes)
- les groupes où l'animateur discute avec les membres ouvertement et explicitement des normes et responsabilités de chacun dès la première rencontre semblent avoir une participation assidue.

Le rôle d'animateur a été décrit tel un facilitateur et un accompagnateur (mentionné 6 fois), un coordonnateur, un guide, un motivateur, un superviseur et enfin, la personne responsable de contrôler le temps des rencontres. Plusieurs ont nommé la nécessité que l'animateur remette la prise de décision entre les mains du groupe, afin de favoriser la prise en charge. Dans certains cas, l'animateur agit au même titre que les autres membres du groupe et participe aux tâches, alors que dans d'autres cas, il demeure en retrait, supervise le processus, consulte le groupe et intervient s'il le juge nécessaire (surtout pour les groupes plus autonomes).

Parmi les organismes rencontrés, quatre voient leur animation assumée entièrement par des bénévoles, alors que les autres ont des animateurs employés ou employés et bénévoles. Les animateurs bénévoles permettent de pallier au manque de ressources humaines dans les organismes et favorisent aussi, dans certains cas, l'autonomie des groupes (surtout si l'animateur est membre du groupe qu'il anime).

Toutefois, l'animation bénévole représente aussi un défi. Les problèmes les plus souvent énumérés sont les suivants :

- la gestion efficace des conflits semble, dans chacun des cas, représenter une difficulté, qui a même entraîné l'arrêt du groupe dans certains cas, à moins qu'un intervenant soit disponible et à proximité pour appuyer l'animateur
- dans certains cas, assurer la continuité du travail de l'animateur est difficile une fois qu'il quitte, ce qui a une incidence sur la dynamique du groupe (confiance fragilisée, moins de participation, etc.)
- un style d'animation davantage directif, ne favorisant pas l'empowerment et la prise de décision collective (deux organismes ont dit avoir fait face à cette situation).

Les organismes qui ont résolu ces situations problématiques et pour qui l'animation bénévole est un succès ont mis sur pied des mécanismes de suivi, de rétroaction et de concertation des animateurs, afin de les soutenir et les accompagner.

3.11 Éducation populaire

Les cuisines collectives peuvent être un lieu privilégié pour valoriser les habiletés et connaissances alimentaires et culinaires des personnes ainsi que pour favoriser leur autonomie. L'éducation populaire est ce processus par lequel des membres partagent, discutent et confrontent leurs différentes connaissances afin d'améliorer leurs capacités. L'animateur y joue un rôle clef, en créant les occasions et en saisissant les opportunités d'éducation populaire.

Pour la moitié des organismes rencontrés, l'animateur remplit une tâche d'éducation populaire auprès des membres. Trois autres expliquent le faire de façon occasionnelle, deux organismes soutiennent ne pas en faire du tout. Ces derniers l'expliquent par le fait que leurs animateurs sont bénévoles, ou encore, par le manque de temps lors des rencontres.

3.12 Forces et difficultés des organismes

Lors des entrevues, les intervenants interrogés ont identifié ce qui constitue les forces de leur organisme dans l'organisation de cuisines collectives et ce qui, au contraire, représente des difficultés pouvant nuire au bon fonctionnement de leurs groupes de cuisine.

Tableau 7 : Forces des organismes

Service de halte garderie	Mentionné 8 fois
Recrutement facile et efficace	Mentionné 2 fois
Installation et équipements adéquats	
Animateurs qualifiés	Mentionné 1 fois
Favorise l'autonomie des groupes et des individus	
Offrir une cuisine à chaque semaine avec des groupes ouverts	
Animation entièrement assumée par des bénévoles	
Offrir des cuisines collectives de soir et de fin de semaine	
Offrir des cuisines collectives avec des spécificités répondants aux besoins de la clientèle (exemple : végétarien, allergies, etc.)	
Être à l'écoute des besoins des participants	
Susciter une participation stable et soutenue des membres	
Rappel téléphonique auprès des membres pour remémorer les rencontres, service personnalisé	
Accueil chaleureux, modèle familial	
Dynamisme	

Tableau 8 : Difficultés et/ou défis des organismes

Manque de ressources humaines disponibles pour l'animation des groupes (la responsabilité des groupes de cuisine est souvent une tâche parmi d'autres pour les personnes qui en ont la charge)	Mentionné 5 fois
Gestion des conflits à l'intérieur des groupes	Mentionné 3 fois
Lieux physiques mal adaptés (exigus)	
Manque de ressources humaines qualifiées pour l'animation des groupes	Mentionné 2 fois
Financement difficile à trouver ou insuffisant	
Manque d'un service de transport (pour permettre aux membres de faire les achats ou, suite à la journée de cuisson, de retourner à la maison avec les plats)	
Manque de constance dans la participation des membres (beaucoup d'absentéisme)	Mentionné 1 fois
Participation difficile des membres lors de la rencontre de planification	
Accessibilité difficile à la cuisine (cuisine extérieure à l'organisme, qu'ils doivent partager avec d'autres)	
Recrutement de nouveaux participants	

3.13 Lien entre les groupes de cuisine collective et le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ)

Quatre organismes de Laval sont membres du RCCQ. Ces quatre organismes ont participé à l'enquête. Les motivations de ces organismes à être membres sont les suivantes :

- bénéficier du support au démarrage des cuisines collectives
- bénéficier de divers ateliers de formation
- être informé (ils apprécient recevoir le bulletin mensuel des membres, le « Croque-note »)
- recevoir du matériel de cuisine (mentionné une seule fois).

Aucun de ces organismes n'est membre « actif » du RCCQ. Un de ces organismes a dit ne pas s'impliquer davantage dans le Regroupement, car il trouve son action trop « politique ».

Parmi les non-membres, trois organismes ont tout de même participé à un atelier de formation sur le démarrage des cuisines, formation qui semble avoir été bien appréciée.

3.14 Intérêt des organismes à se regrouper régionalement

Actuellement, il n'existe pas à Laval de table de concertation ou de regroupement dans lesquelles les organismes de cuisines collectives ont l'occasion de se regrouper. De plus, comme très peu sont membres du RCCQ, nous avons demandé aux répondants s'ils ressentiaient la nécessité d'un quelconque type de regroupement régional. La majorité a manifesté un grand intérêt à se regrouper, de façon ponctuelle. Certains ont émis des attentes face à un tel regroupement :

- permettre aux intervenants de se rencontrer et d'échanger entre eux sur le fonctionnement de leurs groupes; mieux connaître les différents groupes et savoir à qui référer dans des cas particuliers; partager les bilans d'activités des différents groupes, leur expérience (mentionné 7 fois)
- permettre d'échanger de l'information et des idées sur les outils d'animation et de planification utilisés
- se concerter sur une action collective pour donner de la visibilité aux cuisines collectives; échange d'idées, de méthodes, de trucs et d'astuces pour recruter des nouveaux participants
- permettre d'échanger et de se concerter sur « comment » déstigmatiser les cuisines collectives; entreprendre une action collective pour une meilleure image des cuisines (mentionné 2 fois)
- permettre d'organiser des conférences, des ateliers ou de la formation avec des personnes ressources (mentionnée 3 fois).

3.15 Besoins des organismes

Bien que les organismes de cuisine collective usent d'approches et de pratiques parfois différentes, et bien qu'ils desservent des clientèles plus ou moins homogènes, les divers besoins qu'ils ont énumérés trouvent certains points en commun. En outre, la majorité a cité le besoin d'un espace cuisine mieux adapté à leurs besoins (plus grand, plus de comptoirs, une plus grande cuisinière, etc.) et une ressource humaine supplémentaire qui pourrait se consacrer à l'animation.

En plus de ces deux besoins, les répondants ont nommé différentes idées de moyens ou encore de « plus-values » qui pourraient faciliter ou améliorer leur travail avec les groupes de cuisine collective. Nous avons regroupé ces suggestions sous cinq catégories.

3.15.1 Des idées d'activités pour les membres

- organiser des groupes de cuisine pour enfants lors de la semaine de relâche
- évaluer la possibilité d'offrir des cuisines collectives dans des résidences pour personnes âgées
- organiser une visite auprès des maraîchers locaux.

3.15.2 Réseautage et image

- travailler sur l'image des cuisines collectives dans le but de la déstigmatiser et de leur donner une image plus dynamique; entreprendre une action pour les faire connaître (mentionné 2 fois)
- favoriser un meilleur lien avec les CLSC afin qu'ils ciblent et réfèrent, parmi les bénéficiaires du maintien à domicile, des personnes qui pourraient participer aux cuisines
- collaboration avec les épiceries sur les pratiques d'achat (ex. comparaison entre un même produit congelé, en conserve et frais).

3.15.3 Soutien et ressourcement sur les habiletés et connaissances en animation

- formation aux responsables des cuisines collectives (comment organiser des rencontres de planification suscitant la participation, etc.)
- avoir un guide plus étoffé à l'attention des animatrices bénévoles (à partir de la documentation du RCCQ. Un organisme a fait un petit guide à l'intention des animatrices. Néanmoins, ils aimeraient avoir un guide plus étoffé – qui inclurait par exemple des notions sur la conversion des mesures, des températures, la gestion des conflits dans un groupe, etc.)
- support technique pour l'organisation des rencontres (ex. comment faire le budget avec les participants, notions sur la gestion des groupes, etc.).

3.15.4 Soutien et ressourcement sur les habiletés et connaissances culinaires

- bâtir un atelier ou un document d'information sur comment faire les préparations de base en cuisine (sauce, vinaigrette, marinade, etc.) parce que les participantes cuisinent beaucoup avec les livres qui demandent des préparations toutes faites (Campbell, Kraft, etc.)
- information sur les bons choix d'ustensiles en cuisine (bon couteau, planche de bois ou de plastique, etc.)
- avec l'aide d'un chef cuisinier, préparer des ateliers thématiques pour les animatrices
- ateliers d'éducation populaire sur la lecture des étiquettes (autant pour les animatrices que pour les participantes).

3.15.5 Des ressources de toutes sortes

- matériel et équipements répondants davantage aux besoins de l'organisme et de la clientèle
- bénévole pour pallier à l'absence d'un participant, ou un aide-cuisinier qui pourrait les aider à cuisiner (plus rapide et plus grande quantité)
- service de transport bénévole pour les participants (surtout pour les achats et pour quand elles repartent avec tous leurs plats)
- ressources financières pour le salaire d'une animatrice.

Conclusion

Nous avons pu constater que les cuisines collectives à Laval sont dynamiques et diversifiées, dans le but de répondre à différents besoins de la population. Effectivement, les cuisines collectives répondent toujours à un besoin chez leurs membres. Il est ressorti dans l'enquête qu'elles répondent principalement à un besoin économique et de socialisation. Dans ce contexte, susciter une dynamique de groupe stable, de confiance et favoriser la transmission des habiletés et connaissances pour une cuisine santé et économique deviennent des aspects déterminants dans le succès et le bon fonctionnement des groupes de cuisine collective. Ceci est sans compter que d'autres besoins spécifiques peuvent exister dans un groupe : cuisiner hallal ou végétarien, planifier les repas de la famille, apprendre les bases en cuisine, etc. Par ailleurs, huit des dix organismes offrent un service de halte garderie (gratuit ou à faible coût) aux membres des cuisines lors des rencontres, en réponse à l'un des besoins de la clientèle « parents ». Être à l'écoute et identifier les besoins et attentes des membres dès le début de leur participation apparaît comme un élément des plus importants. Les organismes peuvent ainsi ajuster la durée et la fréquence des cuisines en conséquence, s'assurer que les participants se trouvent dans un groupe en mesure de répondre à leurs attentes et besoins, et ainsi favoriser une participation active et une dynamique de groupe positive. Le nombre qui semble le plus efficace pour favoriser la dynamique de groupe se situe entre trois et six.

À travers l'examen de la réalité vécue par les cuisines collectives, nous avons constaté qu'aucun des organismes offrant ces activités n'avait une mission première liée à l'alimentation. Ce fait a un impact dans l'affectation des ressources qui sont consacrées aux activités de cuisine, surtout en ce qui concerne l'animation. Les animatrices des organismes rencontrés doivent en effet partager leur temps entre diverses tâches, ce qui limite le temps dont elles disposent pour se consacrer à la planification et l'organisation des cuisines collectives, ce qui représente une limitation importante pour la majorité d'entre elles. Un autre effet direct peut être celui du manque de ressources financières destinées à moderniser et adapter l'environnement dans lequel prennent place les activités de cuisson.

Malgré la pression exercée sur le temps que les animatrices peuvent consacrer aux cuisines collectives, l'animation ressort comme la pierre d'assise du bon fonctionnement des groupes de cuisines collective. Pratiquer une animation démocratique et participative est primordial, sans quoi la continuité des groupes peut être compromise. Également, la gestion des conflits de façon satisfaisante pour tous, ainsi que la gestion de la diversité culturelle à l'intérieur des groupes relèvent en grande partie du savoir-faire de l'animateur, et peuvent même faire l'objet d'activités d'éducation populaire. Certains organismes ont recours à des animateurs bénévoles, ce qui ne donne pas les mêmes succès pour tous. Les animateurs bénévoles doivent posséder le même savoir-faire que les animateurs employés et sentir qu'ils ont la même légitimité d'intervention dans les groupes. Enfin, un suivi et un appui continu de la part des organisations à leurs animateurs bénévoles semblent être un élément essentiel à leur réussite.

Parmi les étapes de réalisation des cuisines collectives, la planification est celle qui semble représenter le plus grand défi pour la majorité des groupes. En effet, susciter la participation de tous les membres semble parfois difficile, même si elle est essentielle au bon fonctionnement de la journée de cuisson. Aussi, l'étape du retour-évaluation n'est réalisée que par la moitié des organismes. La comparaison des données entre les organismes la pratiquant de façon régulière et ceux qui ne la pratiquent pas nous a permis de mettre en lumière l'impact positif qu'elle peut avoir sur le bon fonctionnement des groupes.

La majorité des cuisines collectives semblent bien établie dans leur communauté, quoiqu'il demeure tout de même difficile pour certaines d'entre elles de se faire connaître. En effet, les questions d'image et de stigmatisation à la pauvreté sont des éléments importants étant ressortis de notre enquête. Dans l'ensemble, on constate la nécessité de mieux faire connaître les cuisines collectives et de travailler sur leur stigmatisme les associant automatiquement et exclusivement à la pauvreté. De plus, en comparant les données des organismes dont les cuisines jouissent d'une image positive auprès de leur clientèle avec celles dont le regard de la clientèle est davantage teinté par les préjugés mentionnés précédemment, nous nous permettons d'émettre certaines hypothèses qui demeurent à confirmer :

- le don de nourriture pourrait, en partie, renforcer la stigmatisation des cuisines collectives
- la publicité, davantage axée sur la cuisine économique peut, en partie, renforcer la stigmatisation des cuisines collectives
- l'horaire des activités de cuisines collectives presque essentiellement les jours de semaine limite la participation d'une clientèle plus diversifiée.

Outre leurs besoins en ressources humaines et financières, ainsi que leur nécessité de renforcer leur image, les organismes offrant des cuisines collectives ont énuméré des besoins qui touchent davantage la formation et le ressourcement des personnes responsables. Les besoins énumérés touchent les connaissances culinaires ainsi que le savoir être et le savoir-faire en terme de gestion de groupe et d'animation.

Le portrait des cuisines collectives présenté dans cette enquête n'est pas fixe. Il nous a été donné de voir comment les cuisines collectives de Laval sont des organismes en constante transformation afin de répondre le mieux possible à leur environnement et aux besoins de leurs membres. Le changement de fonctionnement en cours dans certains organismes, allant des groupes fermés vers les groupes ouverts, en est un exemple concret. D'ailleurs, nous n'avons pas été en mesure de le vérifier, dans le cadre de cette enquête, l'impact de ce changement sur les activités d'éducation populaire. Nous croyons qu'il a toutefois lieu de nous interroger sur l'efficacité de la transmission des habiletés et connaissances dans le cadre des groupes fonctionnant avec des inscriptions ouvertes comparativement avec les ceux qui fonctionnent avec des inscriptions fermées.

La principale limite de cette enquête est de présenter uniquement le point vue de la personne responsable des cuisines collectives sans tenir compte de celui des usagers. Il serait donc intéressant, dans le cadre d'une recherche ultérieure, de porter notre regard sur les mécanismes de transmission des habiletés et connaissances et voir comment ceux-ci sont perçus et intégrés par les participants des cuisines collectives.