

La Tablée

CANTINE DE QUARTIER



CHARTRE DE VALEURS

“ Un repas partagé est
toujours source de
rencontres inattendues. ”

SOMMAIRE

RAISON D'ÊTRE 3

**UN LIEU D'ACCUEIL
ET DE CONVIVIALITÉ 4**

UN ESPACE PARTICIPATIF 6

**UN PROJET RESPONSABLE
ET SOLIDAIRE 7**

RAISON D'ÊTRE

La Tablée est un **lieu d'accueil ouvert** à tout le monde, pour cuisiner ensemble et partager un moment convivial autour du repas. C'est un **lieu de vie** où l'on se rencontre et échange afin de recréer des liens de proximité entre habitant-es. **On y conçoit une nouvelle façon de faire société !**

Le fonctionnement de La Tablée s'inscrit dans une démarche **sociale, solidaire et fondée sur l'humain**. Elle contribue à lutter contre l'isolement, en favorisant les rencontres et la convivialité par le partage et l'implication de tous et toutes : faire ensemble pour mieux vivre-ensemble.



La Tablée est aussi un lieu d'**information, d'échanges et d'animation** du quartier notamment autour de la thématique alimentaire. C'est un espace qui promeut la coopération et soutien des dynamiques et des projets locaux. Son ambition est de s'intégrer à la vie du quartier et y participer activement !

Solidarité

Bien-manger

Mixité

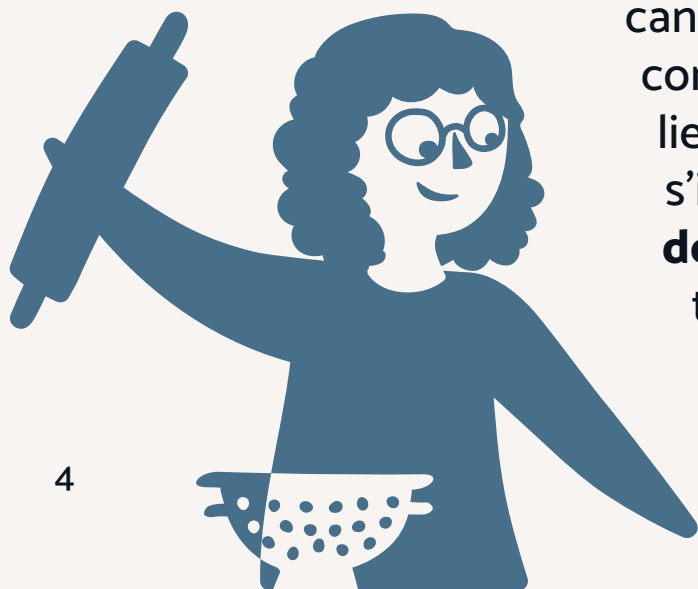
UN LIEU D'ACCUEIL ET DE CONVIVIALITÉ

La Tablée est gérée par une **association** : là-bas, pas de cuisinier·es “professionnel·le·s”, ce sont les **habitant·es volontaires** qui préparent le repas, aidé·es par une personne animatrice du lieu, garant·e du cadre bienveillant et de l'organisation.

Pour casser les rapports hiérarchique et de pouvoir, nous cherchons à créer de l'entraide et un équilibre entre les individus. Son fonctionnement est basé sur la **réciprocité** et la **confiance**, principes auxquels l'association veille consciencieusement.



Chaque convive est invité·e et encouragé·e à participer à la vie de la cantine pour favoriser les rencontres, les interactions et les liens entre tous·tes. Le projet s'inscrit dans une **démarche de co-construction** pour identifier les besoins, les envies,



éveiller le projet, mettre en relation et accompagner les initiatives. On recherche l'**horizontalité et l'égalité** de tou-te-s dans les activités et on s'assure que chacun-e se sente à l'aise pour s'engager sur ce qu'il-elle souhaite.

Le mode de fonctionnement collectif cherche à assurer une cohérence que chacun-e doit participer à construire. Il se veut évolutif dans le temps et doit pouvoir être remis en question si besoin.

La Tablée offre, à celles et ceux qui en ont besoin : de sortir de l'isolement, de participer à un projet avec leurs talents, de développer leur autonomie, de découvrir d'autres modes de fonctionnement loin de la rentabilité et de la pression économique.



UN ESPACE PARTICIPATIF

La Tablée souhaite faire reculer le sentiment de solitude et d'exclusion en **valorisant les liens de proximité**, à l'échelle du quartier et de la ville. Elle encourage :

- ★ l'**ouverture d'esprit** et la **diversité** à travers le partage d'un moment, d'une expérience de vie et de cultures ;
- ★ la **mixité inter-générationnelle** qui contribue à transmettre des savoirs-être, des savoirs-vivre et savoirs-faire.

L'ambition du projet de cantine de quartier est de donner un sens concret aux notions de "**vivre et faire ensemble**" en mettant en pratique les rencontres, le dialogue et le débat entre les idées et les personnes au sein de La Tablée. Nous pensons que les différences entre les histoires de vie, les personnes et les compétences de chacun·e sont une force. Elles nous invitent à sortir de notre zone de confort pour aller à la rencontre de l'autre et s'accepter.

Tout le monde doit se sentir écouté·e et reconnu·e. La Tablée veut montrer que l'on peut passer un joyeux moment entouré de gens qu'on ne connaît pas.

Finalement, c'est l'envie de valoriser notre **capacité d'agir individuellement et collectivement.** Faire et vivre ensemble et que chacun·e contribue à sa manière.



UN PROJET RESPONSABLE ET SOLIDAIRE

La Tablée porte des valeurs s'ancrant dans une transition sociale et écologique car elle donne **à voir et à vivre d'autres manières de faire société**. C'est un lieu résolument tourné vers le **bien commun** où l'on valorise la capacité collective à construire et faire vivre un projet humain. Ce qui fait sens commun à la cantine c'est :



★ Promouvoir le **bien commun et la gestion collective**, en :

- Travaillant à une **gestion horizontale** où chaque engagement est le bienvenu et chaque parole compte. Tou·te·s les adhérent·es sont invité·es à s'exprimer lors des Assemblées Générales, du Conseil d'Administration et des groupes de travail.
- **Privilégiant l'Humain et son bien être**, sans recherche de profit et d'enrichissement personnel. Pour nous, tout profit dégagé est réinvesti dans le projet collectif.
- **Associant de multiples partenaires** : habitant·es, convives, structures locales, pouvoirs publics, etc.
- Veillant à construire un **cadre au sein duquel les dynamiques d'oppression ne s'expriment pas** et où le collectif et toute personne est responsable de le garantir.

★ Pratiquer un **prix libre et conscient** dans un principe de solidarité et de confiance, pour :

- Rendre accessible à tous·tes une bonne alimentation en levant le frein financier.
- Exercer le principe de solidarité entre les personnes.
- Devenir acteur de ce que nous consommons.

★ Valoriser une **alimentation durable** en s'attachant à :

- S'approvisionner en produits issus principalement d'une agriculture locale ou en circuits courts mais avant tout bio.
- Limiter le gaspillage alimentaire en travaillant à la récupération des invendus.
- Réduire à la source l'émission de déchets et trier ceux qui sont produits.
- Etre vigilant·e à la consommation d'énergie.
- Acheter et utiliser du matériel de seconde main.

L'expérience de La Tablée ne s'arrête pas à la fin du repas : il s'agit bien de prolonger les liens de solidarité et d'entraide au-delà des temps collectifs, et de favoriser l'émergence de projets bénéfiques au lieu, au quartier et même à la ville grâce aux rencontres et à l'énergie dégagée autour du repas !

