La table verte

La table verte est un projet d'ateliers de cuisine durable dans l'îlot du Square Albert II à Anderlecht. Dans ce quartier, où il y avait déjà un très beau potager et un compost collectif, les habitants et les animateurs sociaux organisaient de temps à autre des activités autour de la cuisine et de repas collectifs. C'est donc appuyé sur cette dynamique déjà existante que s'est développée l'idée de proposer régulièrement des ateliers cuisine, pour le plaisir de la table mais aussi pour essayer des recettes et des techniques bénéfiques pour la santé et respectueuses de l'environnement.

Le projet a été mise en place par une groupe de femmes qui fréquentaient le potager et l'espace de cohésion sociale du square Albert II. Elles ont été soutenues par les animatrices de l'espace de cohésion sociale et de l'asbl Institut de la vie. Cette asbl, très présente dans le quartier, développe des actions dans le potager avec les jeunes et les femmes en cours alpha..

La table verte propose en début d'année un programme d'ateliers portant sur des thématiques diverses mais choisies de façon à mettre en discussion et à aborder de façon concrète certains enjeux liés à l'alimentation durable : techniques de préparation et de conservation des aliments qui soient saines et génèrent peu de déchets , consommation locale, bio et de saison ; alternatives à la surconsommation de la viande ;…

Le projet veut être aussi un levier pour créer du lien entre les habitants et usagers du quartier et les motiver à être actifs dans les projets locaux. Ainsi, les participant-e-s sont invité-e-s à proposer des recettes et à participer à l'animation des ateliers. Comme le groupe réunit des personnes de différentes nationalités, les échanges sont riches, amusants et mettent en évidence les pratiques des différentes cultures.

Un atelier-type se déroule en 3 temps :

- une introduction, où on explique les recettes du jour et on se demande en quoi elles donnent l'occasion de manger mieux et plus durable ;

- un temps de cuisine, où toutes les personnes présentes mettent la main à la pâte;

- un table de dégustation qui, lorsqu'il fait beau, est installée sur le trottoir afin d'attirer l'attention des passants, invités alors à goûter les plats et à prendre connaissance du projet.

2018, la première année du projet, a été une période d'essai et d'adaptation du programme en fonction des apports et des modes d'action des participant-e-s. Pour les animatrices, il est en effet essentiel de leur donner le temps de réfléchir sur « ce que manger veut dire », de se rendre compte que nous pouvons tous, selon nos envies et motivations, manger plus durablement et, surtout, redécouvrir dans nos traditions culturelles et parcours de vie de nombreux exemples de choix durables en termes d'alimentation.

La table verte est un projet ouvert à tous.

Ce projet a été soutenue dans le cadre de l'appel à projets Good Food 2018.

Contact : Tina Verstraeten

Mail : tinnekea@gmail.com