

La MESA
 Maison Engagée et
 Solidaire de l'Alimentation, au ♥ du
 8ème arrondissement lyonnais !

VRAÇ
 LYON
 MÉTROPOLE

La MESA



Restaurant solidaire
 Épicerie solidaire
 Animations
 Cafétéria
 et bien plus encore...



BILAN 2025

Sommaire

- 1** La MESA en quelques mots
- 2** Les adhérent.e.s
- 3** La participation
- 4** L'épicerie
- 5** Le restaurant et la cafeteria
- 6** Les animations
- 7** Les partenaires

1

La MESA en quelques mots

La Maison Engagée et Solidaire de l'Alimentation (MESA) est née de la volonté commune des associations VRAC Lyon Métropole et Récup & Gamelles de créer un espace destiné à garantir l'accessibilité alimentaire de qualité pour toutes et tous, et d'accompagner les habitant.es et les acteur.ices de l'alimentation durable, de la lutte contre la précarité et de la participation citoyenne d'un même territoire à se mettre en synergie pour penser une action locale concertée et coopérative.

Depuis octobre 2022, la MESA propose aux habitant.es du quartier et d'ailleurs, un restaurant et une épicerie bio, des animations, le tout de manière solidaire grâce à un système de triple tarification où chacun paye en fonction de ses moyens !

Le projet, a été coconstruit avec des habitant.es du quartier, notamment des personnes vivant des situations de précarité, et qui s'investissent quotidiennement dans la vie du lieu !

Les 4 grands objectifs de la MESA



Œuvrer pour la justice sociale alimentaire

- Un système de triple tarification adapté à tou.tes
- Restaurant et épicerie solidaires
- Une offre alimentaire à base de produits sains
- Une cuisine de quartier solidaire

Générer l'action collective, la participation et le développement social via l'éducation populaire

- Un projet incluant ses adhérent.es à tous les niveaux
- Inscription dans le travail collectif d'expérimentation de la sécurité sociale alimentaire à Lyon 8è.

Proposer des animations pour sensibiliser aux enjeux d'une alimentation de qualité et accompagner le changement des pratiques

- Des ateliers de cuisine collective hebdomadaires pour co-apprendre et faire ensemble
- Des ateliers sur le lien alimentation-santé animés par des professionnel.les de la santé
- Une mise à disposition de la cuisine aux adhérents
- Participation aux événements locaux des partenaires

Participer aux systèmes territoriaux alimentaires durables

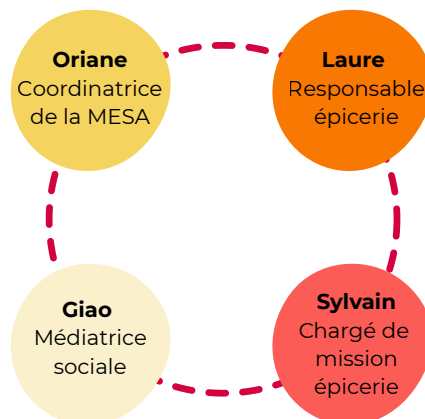
- Soutien des producteur.ices locaux
- Mise en lien entre mangeurs et producteurs pour favoriser les connexions et échanges : sorties, ateliers, médiations

1

La MESA en quelques mots LES SPÉCIFICITÉS 2025

L'ÉQUIPE SALARIÉE

En 2025, c'est encore un nouveau fonctionnement pour l'équipe, avec une coordinatrice, une médiatrice sociale, une responsable épicerie et un chargé de mission épicerie. Cette nouvelle organisation permet de renforcer l'équipe pour l'accueil des adhérents en nombre exponentiel au sein du lieu et continuer à œuvrer sur nos objectifs.



NOUVEAU PARTENAIRE POUR LE RESTAURANT

Notre ancien partenaire Récup&Gamelles ayant dû arrêter ses activités dès le mois de février 2025, nous avons travaillé avec l'entreprise à But d'Emploi SPactions (dispositif Territoire zéro Chômeurs de longue durée) depuis le printemps pour proposer de nouveau un service de restauration. Le restaurant a pu rouvrir dès l'automne 2025 3 fois par semaine avec la triple tarification. L'entreprise à but d'emploi, recrute des personnes du territoire, privées d'emploi depuis plusieurs années, en CDI et crée l'activité en fonction de leur compétence.



DES CHANGEMENTS DE PRIX AU PRINTEMPS

Au printemps 2025, l'association Vrac Lyon Métropole a dû changer le calcul des prix pour un certain nombre de denrées à cause d'une modification des règles de financement de l'état. Pour les tarifs "Coup de Pouce" et "Quartier", les produits non-alimentaires, sucrés, salés, transformés, gras, non bio, non AOP, non complet ou semi-complet ne sont plus financés et sont alors vendus aux prix producteurs. Cela concerne par exemple, le miel, le beurre, les jus de fruits, le sucre, le sel, etc...

CRÉATION D'UN COLLECTIF CUISINE DE QUARTIER

En 2025, c'est le lancement, au début de l'été des premières réunions et temps de "cuisine de quartier". Ce projet, déjà pensé en 2024, voit le jour en 2025.

"Cuisine de quartier" est un principe venu de Belgique pour mettre à disposition la cuisine de la MESA à un groupe d'habitant, cuisinant collectivement pour la cuisine quotidienne. Il faut alors s'organiser, décider et faire ensemble.



2

Les adhérent.es



ZOOM SUR LE SYSTÈME D'ADHÉSION

La MESA fonctionne par adhésion annuelle (année civile) avec un système de triple tarification financé par l'aide alimentaire. En effet depuis 2023 l'association VRAC est agréé "aide alimentaire" au niveau national.

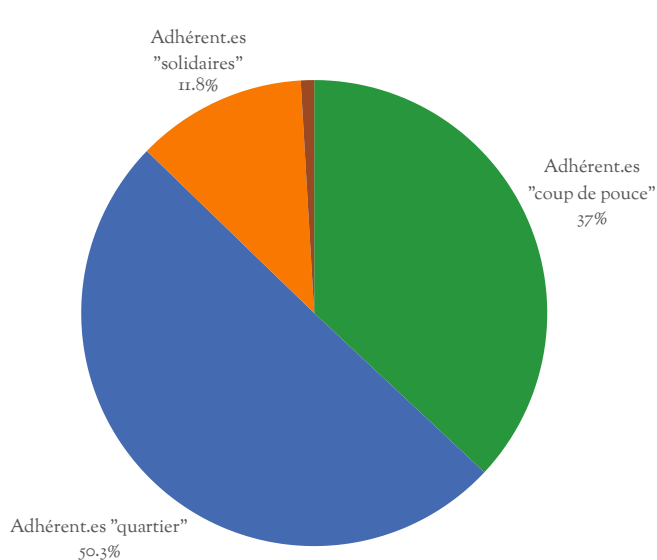
- Adhésion "Coup de Pouce" pour toute personne orientée par un travailleur social, les étudiant.es boursier.es, les personnes en foyer d'hébergement d'urgence
 - Adhésion annuelle offerte
 - Repas complet à 4€
 - Produits de l'épicerie à -50% du prix producteur (produit financé)
 - Conditions d'accès : souscrire au projet, mail d'orientation d'un partenaire social (en amont ou au plus tard dans les 3 mois suivant l'adhésion), étudiant.e boursier.e sur justificatif de bourse, personne en foyer d'hébergement d'urgence sur déclaratif.
- Adhésion "Quartier/étudiant" pour toute personne résidant en zone QPV et/ou en logement social, les étudiant.es, services civiques ou au minimas sociaux :
 - Adhésion annuelle à partir de 1€
 - Repas complet à 8€
 - Produits de l'épicerie à -10% du prix producteur (produit financé)
 - Condition d'accès : souscrire au projet, être habitant.e d'un QPV de la Métropole, en logement social, étudiant.e/service civique ou aux minimas sociaux. Avec vérification de l'adresse et sur la base du déclaratif.
- Adhésion "Hors quartier ou Solidaire" pour toute personne non concernée par les tarifications précédentes, mais souhaitant rejoindre la MESA :
 - Adhésion annuelle à partir de 10€
 - Repas complet à 15€
 - Produits de l'épicerie à +20% du prix producteur (environ -10% d'un magasin classique)
 - Condition d'accès : aucune, mise à part souscrire au projet !
- Adhésion "Personne morale" pour les structures
 - Adhésion à partir de 20€ l'année
 - Repas complet à 15€
 - Produits de l'épicerie à +20% du prix producteur (environ -10% d'un magasin classique)
 - Condition d'accès : aucune, mise à part souscrire au projet !

2

Les adhérent.es

RÉPARTITION DES ADHÉSIONS

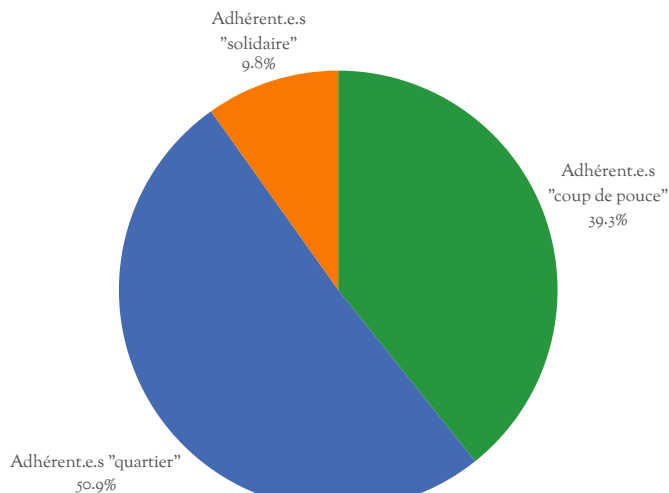
Fin 2025, c'est 541 foyers adhérent.es qui fréquentent la MESA, soit environ 1327 personnes touchées par l'action d'après les informations renseignées sur les formulaires d'adhésion.



Dans le détail :

- 200 adhésions "coup de pouce"
 - 272 adhésions "quartier"
 - 64 adhésions "solidaires"
 - 5 adhésions "personne morale"
- 541 foyers adhérents pour 1332 personnes

Adhésion 2025



Dans le détail :

- 307 adhésions "coup de pouce"
 - 398 adhésions "quartier"
 - 77 adhésions "solidaires"
- 784 foyers adhérents pour 1964 personnes

Adhésion 2024

En 2025, le nombre total d'adhérents est en baisse par rapport à 2024, ce qui est notamment lié à la fermeture du restaurant 8 mois dans l'année 2025. De plus, nous avons souhaité accueillir moins de nouveaux adhérents pour pouvoir mieux accueillir les adhérents déjà présents et investis.

373
Foyers adhérents
résident en quartier
prioritaire politique
de la ville soit
70%

29
Foyers
adhérents
étudiant soit
5%

48
Permanences
d'accueil des
nouveaux
adhérents

En 2025, nous avons mis en place des permanences hors temps de vente de l'épicerie, afin d'accueillir les nouveaux adhérents pour prendre le temps de présenter le projet de la MESA et répondre aux questions.

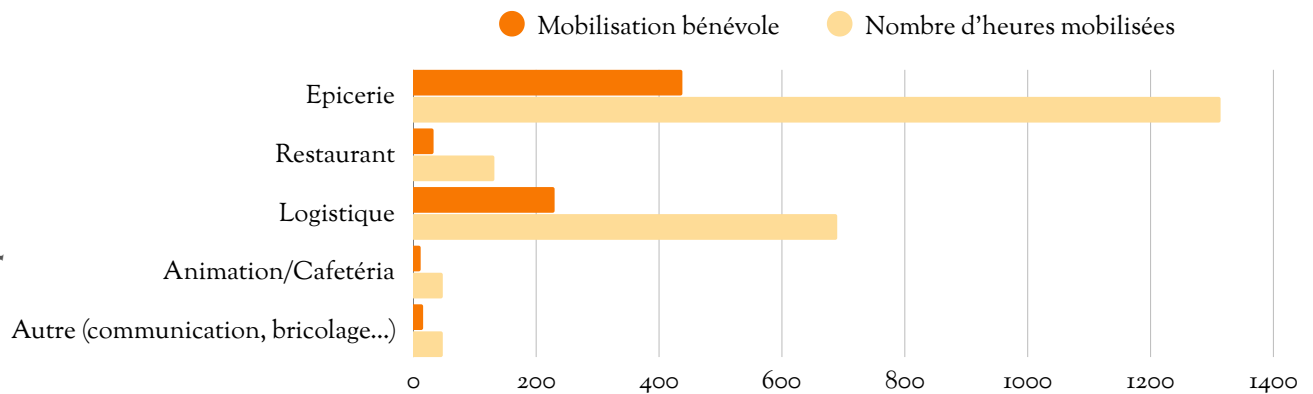
3

La participation LE BÉNÉVOLAT

À la MESA, les adhérent·es occupent une place centrale, leur permettant de s'impliquer pleinement dans la vie du lieu. Chacun·e peut participer à la co-construction et à l'évolution des activités de la MESA.

De plus, avec l'augmentation de la fréquentation du lieu et des activités, l'implication des adhérent·es s'avère essentielle pour soutenir et poursuivre la dynamique de la MESA. Les adhérent·es intéressé·es ont l'opportunité de s'investir dans diverses missions : accueil lors des épicerie, logistique de l'épicerie, animations, informatique, communication, et bien d'autres encore.

Répartition des bénévoles par activité



En 2025, 86 personnes différentes sont venues réaliser une mission bénévole, dont 52 personnes qui viennent de manière régulière.

Un total de 731 mobilisations bénévoles pour 2234 heures

En 2024 c'était 521 mobilisations bénévoles, pour 1587 heures

L'arrêt de la restauration gérée par Récup&Gamelles a interrompu les missions bénévoles pour le restaurant. En effet, SPactions fonctionne différemment, avec une équipe de 8 cuisiniers et cuisinières éloignées de l'emploi, qui ne peuvent pas en même temps accueillir des bénévoles.



De plus, 5 jeunes en Service Civique à l'association les Cités d'Or sont venues une fois par semaine pour des périodes allant de 4 à 11 mois, s'impliquer dans les activités de la MESA.

LES OUTILS DE MOBILISATION

- Un groupe WhatsApp "MESA" pour communiquer rapidement sur les actualités de la structure
- Un groupe WhatsApp "Bénévole MESA" afin de mobiliser et d'échanger efficacement
- Utilisation d'un tableau d'inscription en ligne
- Envoi d'une gazette mensuelle par mail, il est aussi possible de se procurer un exemplaire papier à la MESA



La participation

LES PORTRAITS BÉNÉVOLES

Voici quelques portraits bénévoles tirés de la Gazette mensuelle de la MESA

PORTRAIT BÉNÉVOLE

Vous croisez sûrement Danielle, notre bénévole, lors des temps d'épicerie. Que ce soit pour prêter main forte, elle nous apporte non seulement une aide précieuse et régulière, mais aussi une ambiance très conviviale, alors j'essaie de venir régulièrement.

TU ES LÀ DEPUIS LE TOUT DÉBUT : QU'EST-CE QUI T'A DONNÉ ENVIE DE T'ENGAGER, ET QU'EST-CE QUI TE MOTIVE À CONTINUER AUJOURD'HUI ?

J'ai tout de suite été attirée par l'idée de l'épicerie solidaire, où je trouvais plein de choses utiles à acheter. En y venant, j'ai aussi constaté qu'il manquait de bénévoles. J'ai donc décidé de donner un coup de main, dans la mesure de mes disponibilités. J'ai trouvé l'ambiance très conviviale, alors j'essaie de venir régulièrement.



QU'EST-CE QU'UNE BÉNÉVOLE ?

Être bénévole, c'est beaucoup de choses. C'est des personnes des mains, d'ailleurs, aller à dynamiser l'épicerie. J'y passe vraiment un bon moment.

Y A-T-IL UNE ANECDOTE OU UN SOUVENIR QUE TU AIMES PARTICULIÈREMENT ET QUE TU AIMERAI PARTAGER ?

Je vais vous raconter comment j'ai connu la MESA. Au début, je passais souvent devant l'épicerie sans jamais y entrer. Un jour, en cherchant un bon miel, ma voisine m'a conseillé d'aller voir chez vous. J'y ai trouvé d'excellents miels à des prix très intéressants. Ensuite, j'ai découvert le fromage, puis j'ai participé aux ateliers de mardi anti-gaspi, et finalement, je suis devenue bénévole ! Merci à ma voisine de m'avoir embarquée à la MESA, et depuis, j'ai aussi embarqué d'autres voisines !

Pot d'été des bénévoles
Pour se retrouver et passer un bon moment avant les vacances d'été, nous vous invitons déjà le **mardi 8 juillet à 16h** ! Notez la date dans votre agenda.

PORTRAIT BÉNÉVOLE

Ce mois-ci, nous avons le plaisir de vous présenter le portrait d'une bénévole investie à la MESA depuis 18 mois ! Nous essaierons de vous présenter régulièrement des visages qui s'investissent dans le lieu. En attendant : merci à tous ceux qui donnent de leur temps ici !

VÉRONIQUE - UN ENGAGEMENT QUI A TROUVÉ SA PLACE

BÉNÉVOLE LOGISTIQUE

Lors de sa première venue à la MESA, Véronique n'a pas tout de suite été séduite par le bénévolat. Le contact direct avec le public ne l'attirait pas particulièrement, et la vente de produits n'était clairement pas sa passion. Cette première expérience a bien failli mettre un terme prématuré à son engagement.



Mais tout a changé avec l'ouverture de nouveaux créneaux dédiés à la logistique. Ces temps d'aide, essentiels au bon fonctionnement du lieu (réception des palettes, mise en rayon, réassort, vrac...), ont permis à Véronique de trouver un rôle qui lui correspond. Elle peut ainsi donner de son temps pour faire vivre un projet qui a du sens à ses yeux.

Pour elle, la MESA est avant tout un bel espace de rencontres, d'échanges et de convivialité. Un lieu où se croisent des personnes qui, autrement, n'auraient peut-être jamais eu l'occasion de se rencontrer. Elle garde un excellent souvenir d'une crêpe party organisée pour les bénévoles, un moment chaleureux où elle a pu discuter avec d'autres adhérents bénévoles qu'elle ne croise pas habituellement.

Si Véronique continue à s'impliquer à la MESA, c'est également grâce aux rencontres faites sur place. Des personnes qui partagent et défendent des valeurs qui lui sont chères, et qu'elle est heureuse de retrouver régulièrement.

Pot d'été des bénévoles
Pour se retrouver et passer un bon moment avant les vacances d'été, nous vous invitons déjà le **mardi 8 juillet à 16h** ! Notez la date dans votre agenda.

PORTRAIT BÉNÉVOLE

Ce mois-ci, nous voulons vous présenter **Nicole**, une nouvelle bénévole qui a récemment rejoint la MESA. Arrivée il y a peu, elle a tout de suite eu envie de s'impliquer dans la vie de l'association. Curieuse et enthousiaste, elle a découvert le fonctionnement de l'épicerie solidaire et s'est rapidement proposée pour aider sur les créneaux et participer aux activités. Avec son énergie tranquille et son envie de partager, elle incarne parfaitement l'esprit d'entraide et de convivialité qui anime la MESA.



COMMENT AS-TU DÉCOUVERT LA MESA ?

J'ai connu la MESA grâce au Centre Social Gisèle Halimi. Je participe là-bas à l'atelier numérique et aux ateliers de cuisine. Tout le monde me disait qu'il fallait absolument découvrir la MESA, qu'il y avait plein d'activités différentes et très intéressantes. Ça m'a donné envie d'y aller, mais je n'avais pas trop de temps. Depuis septembre, j'ai enfin pu venir découvrir, et je trouve cet endroit superbe !

QUELLES SONT LES MISSIONS OU ACTIVITÉS QUE TU FAIS À LA MESA ? QU'EST-CE QUI T'A MOTIVÉ À T'Y IMPLIQUER ?

Au début, je m'intéressais surtout à l'atelier cuisine anti-gaspi, car je suis passionnée de cuisine. J'ai trouvé l'ambiance vraiment top, et l'idée de cuisiner ensemble puis de partager le repas est super motivante. J'ai également participé à d'autres animations de la MESA, comme la sortie chez le producteur aux Jardins de Lucie, où j'ai appris plein de choses. Au fil du temps, je me suis appropriée ce lieu et je me suis dit : pourquoi ne pas donner un peu de mon temps et de mon énergie en tant que bénévole ? Aujourd'hui, je viens tous les vendredis matin pour prêter main-forte pendant les temps d'épicerie, et j'en profite aussi pour faire quelques courses.

TU TE SOUVIENS DE TA PREMIÈRE JOURNÉE À LA MESA ? COMMENT T'ES-TOU SENTIE ?

C'est l'atelier anti-gaspi du mardi que j'ai découvert en premier. J'étais vraiment contente de venir, c'était une vraie joie. Je savais que j'allais rencontrer de nouvelles personnes sympas, et que chaque semaine serait différente ! On a pu discuter, partager des idées, et redécouvrir la cuisine ensemble. Les adhérents sont vraiment très agréables, et l'ambiance ainsi que l'équipe salariée sont également très sympathiques.

QU'EST-CE QUE ÇA T'APPORTE D'ÊTRE BÉNÉVOLE ?

Je trouve que la MESA propose plein d'activités différentes pour les adhérents : les épiceries sociales, les ateliers de cuisine, des animations, le restaurant... Je pense qu'il ne faut pas que ce soit un échange à sens unique ; nous aussi, il est important de s'investir. Le bénévolat permet d'apprendre plein de choses différentes. Quand on est retraitée et qu'on vit seule, ces activités permettent de sortir un peu de la monotonie du quotidien. Cela apporte aussi de nouvelles rencontres, et j'ai pu tisser des liens d'amitié avec d'autres adhérents dans ce lieu.

MERCI NICOLE !

BÉNÉVOLAT

Ce mois-ci, pas de portrait individuel, mais un hommage collectif à toutes celles et ceux qui nous accompagnent, notamment lors du grand nettoyage de cet été. Pendant une semaine, **23 bénévoles se sont mobilisés** : trier des feutres, réparer une chaise, renforcer des étagères, recoudre des coussins, passer la serpillière... Autant de gestes simples, discrets mais essentiels, qui rendent notre quotidien plus doux et notre lieu plus vivant. Un immense merci à toutes celles et ceux qui donnent de leur temps et de leur énergie pour le bien de tous. ❤️



Si vous souhaitez vous inscrire sur le planning bénévole en ligne, c'est ici !



QU'EST-CE QUE ÇA T'APPORTE D'ÊTRE BÉNÉVOLE ?

Ce qui m'a beaucoup apporté, c'est d'être bénévole dans le quartier : la MESA est d'abord un lieu de rencontres, de partage et de convivialité. Après avoir misé chez moi, et il est très enrichissant de rencontrer d'autres habitants que je n'aurais pas rencontrés autrement. Cela m'a également permis de découvrir la CALIMA, la champagnonnaise située juste sous la ferme des États, autant de lieux où j'ai pu découvrir de nouvelles initiatives superbes dans le quartier auxquelles je n'aurais pas eu accès autrement grâce à mon engagement à la MESA.

QU'EST-CE QUE TU APPRÉCIES LE PLUS À LA MESA ? QUE DIRAIS-TU À UN JEUNE QUI HÉSITE À S'ENGAGER COMME BÉNÉVOLE ?

Je dirais que la MESA, c'est le lien avec les gens. J'aime réaliser des missions concrètes et utiles, où l'on voit directement le résultat de notre travail, c'est très satisfaisant. J'apprécie aussi la mixité et la diversité des personnes impliquées dans les projets. Être bénévole permet d'apprendre beaucoup de choses sur le fonctionnement d'une épicerie sociale, sur tout ce qui se passe en coulisses pour que l'épicerie fonctionne bien. Les réunions et commissions offrent des moments intéressants où l'on découvre des aspects moins visibles. Le lien avec les autres bénévoles est très agréable, et l'ambiance est conviviale : j'ai l'impression que personne n'est exploité, et le projet a vraiment du sens, ce qui me motive à continuer. Pour un jeune qui hésiterait à s'engager, je dirais que c'est une belle occasion de rencontrer des personnes nouvelles, de participer activement à des projets de quartier, et de profiter de la flexibilité des horaires.

3

La participation LES INSTANCES

Différents espaces sont organisés à la MESA pour l'implication de tous.tes dans le projet.



LA COMMISSION ANIMATION :

La commission animation, s'est réunie **3 fois** dans l'année afin de construire ensemble le programme d'animation.

- Un Café santé pour la programmation santé : 4 participants.es
- Une commission animation pour la programmation générale : 4 participants.es
- Une réunion préparation des animations de l'été : 1 participante.

TEMPS CONVIVIAL ADHÉRENTS.ES ACTIFS.VES

Il est important pour nous que les adhérents qui s'impliquent le fasse dans une ambiance conviviale, d'échange et de partage.

En 2025, c'est **3 rencontres différentes** :

- En février goûter de la nouvelle année autour de crêpes : 15 participants.es
- En juillet, pot d'été, échange d'anecdotes pour faire connaissance : 12 participants.es
- En décembre, repas de fin d'année et 1, 2, 3 soleil : 24 participants.es

LA COMMISSION PRODUIT

Instance pour discuter des produits de l'épicerie et de son fonctionnement. Elle s'est réunies **2 fois** dans l'année avec 7 et 5 participants.es, a organisé **une visite** de la microferme des Etats-Unis pour un partenariat futur avec 3 participants.es, **une enquête** auprès des adhérents, avec 122 réponses et **une dégustation** pour proposé des nouveaux fromage à la vente.

LES RÉUNIONS ADHERENTS.ES

Cette année c'est **3 réunions** organisées afin d'échanger avec les adhérents sur les évolutions de la MESA :

- En avril, au sujet du restaurant, avec l'arrêt de Récup&Gamelles et l'accueil de SPactions : 6 participants.es
- En avril, sur les changements de prix de produits de l'épicerie : 7 participants.es
- En décembre, sur les changements pour les ré-adhésions 2026 : 16 participants

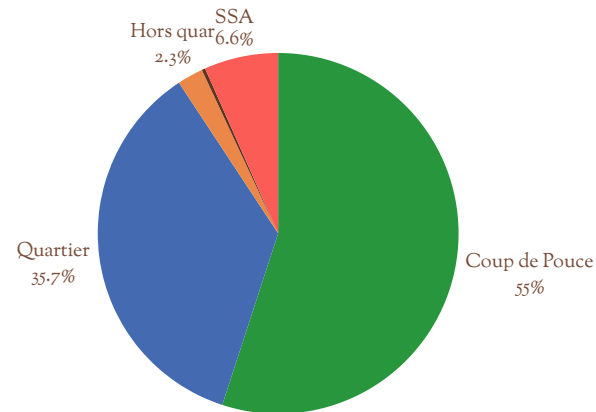
4

L'épicerie LES CHIFFRES

Ouverte les lundis après-midi de 14h à 17h, les jeudis après-midi et soir de 15h30 à 19h30 et les vendredis matin de 8h15 à 11h30, l'épicerie totalise un nombre de **6 448 passages en caisse** contre 6 130 en 2024 sachant que c'était le double des passages en caisse de 2023 (3 540), soit une moyenne de **56 encaissements par épicerie en 2025**.

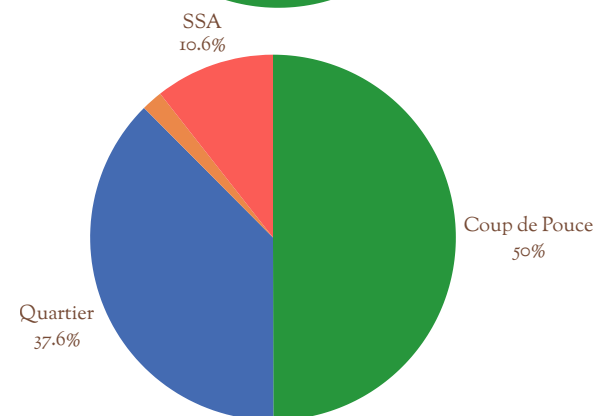
Par type d'adhésion, cela représente :

- Tarif « Coup de Pouce » : 3 412 passages en caisse
- Tarif « Quartier/étudiant » : 2 215 passages en caisse
- Paiement réalisé avec la SSA : 412 passages en caisse
- Tarif « Hors Quartier » : 144 passages en caisse
- Tarif « Personne Morale » : 19 passages en caisse



En volumes d'achats, la tendance évolue encore :

- 54 303€ dépensés à la MESA avec la tarification « Coup de Pouce », soit 15,92€ le panier moyen
- 40 820€ dépensés la MESA avec la tarification « Quartier », soit 18,43€ le panier moyen
- 11 507€ dépensés à la MESA avec le paiement de la SSA, soit 28€ le panier moyen
- 2 038€ dépensés à la MESA avec la tarification « Hors Quartier », soit 14,55€ le panier moyen



Ces chiffres montrent que les adhérents « Coup de Pouce » sont les plus nombreux à utiliser activement le service, suivis par les adhérents « Quartier ». Bien que le nombre total d'adhérents ait diminué par rapport à 2024, cette hausse du nombre de commandes témoigne d'une fréquentation plus régulière et d'un engagement accru des foyers dans l'utilisation des services épicerie par la MESA.

LES PRODUITS

A la MESA, il y a eu **132 références différentes sur 2025**

- Le non-alimentaire : lessive, liquide vaisselle, gel douche shampoing, crème, dentifrice, savon noir, etc... et même des livres et des jeux de société.
- Les produits dit « secs » : l'huile d'Olive, les compotes, jus de fruits, mais aussi du vrac comme des pâtes, du riz, des amandes, des noix de cajou, du chocolat, de la farine, du sucre, des épices, du sel, des légumineuses...
- Les produits dit « frais » : des fruits, légumes, fromages, yaourts, du pain, du lait et des œufs

Depuis septembre, nous travaillons avec des nouveaux producteurs qui nous a permis d'étoffer notre étales de fruits et légumes et d'avoir des produits beaucoup plus qualitatifs.

**EN 2025 C'EST 34 TONNES DE PRODUITS
VENDUS**

5

Le restaurant et la cafet'

NOUVEAU PARTENAIRE

Notre partenaire historique sur la partie restauration Récup & Gamelles a dû arrêter ses activités et son engagement dans le projet de la MESA. Nous avons donc dû trouver un nouveau partenaire.

C'est alors que depuis octobre 2025, SPactions, l'Entreprise à But d'Emploi de la Plaine Santy, a redonné vie au restaurant de la MESA !

Implantés depuis septembre 2022 sur le quartier de la Plaine Santy dans le 8ème arrondissement de Lyon, SPactions se met au service des habitants du quartier et des acteurs locaux. SPactions a vocation à répondre à des besoins qui ne trouvent pas de solution en s'appuyant sur les savoir-faire de salariés dont c'est le premier emploi après une longue période de chômage.

SPactions s'inscrit dans l'expérimentation **Territoire Zéro Chômeur de Longue Durée**, qui repose sur trois piliers : ce n'est pas le travail qui manque (c'est l'emploi), ce ne sont pas les travailleurs qui manquent (ce sont des emplois adaptés aux contraintes et compétences des personnes) et ce n'est pas l'argent qui manque (les impacts du chômage de longue durée sont plus coûteux que le financement d'emplois stables).

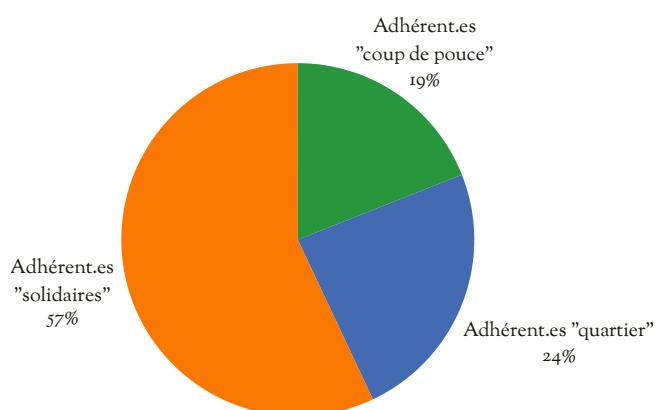
C'est donc une équipe chaleureuse de 8 salarié·es et 1 coordinatrice qui vous propose chaque semaine un menu gourmand, végétal et inspiré des cuisines du monde à partir de produits bio et locaux ; un voyage sans quitter la table !

LES CHIFFRES

Pour l'année 2025, SPactions a ouvert 2 mois en fin d'année, et a réalisé 2 repas "test" au printemps, les 23/05 et 4/06 complet tous les 2.

En 2025, c'est :

- **27 jours ouvert**, toujours 3 fois par semaine les mercredis, jeudis et vendredis entre 12h et 14h.
- Un total de **340 menus** ont été servis.
- **8** (5,5 ETP) **salarié.es conventionné.es**, et **1** (1ETP) non conventionnée
- Répartition des repas :



LA CAFET'

La cafet' de la MESA a été ouverte tous les jours, d'ouverture de la structure.

Toutes les boissons et douceurs sucrées sont à 1€. De nombreux cafés suspendus permettent aussi à chacun.e d'en profiter, quelque soit son budget.

En 2025, c'est **216** cafés / thés / boissons fraîches / douceurs qui ont été servis !

6

Les animations

ATELIERS CUISINES



LES MARDIS ANTI-GASPI

Les ateliers “mardis anti-gaspi” sont des temps de cuisine solidaires et conviviaux hebdomadaires à la MESA. Ils ont été mis en place à l’ouverture du lieu pour proposer une activité récurrente conviviale aux adhérent.es. L’idée proposée : cuisiner en groupe légumes et produits en vrac de l’épicerie, élaborer le menu et les recettes collectivement avec les invendus de l’épicerie pour que chacun.e puisse apprendre de l’autre et inversement, et que les temps de cuisine soient des moments de partage :culinaires, culturels, sociaux... Les repas sont ensuite dégustés entre les participant.es de l’atelier, sans contrepartie financière! Les quantités cuisinées permettent la plupart du temps à celles et ceux qui le souhaitent de repartir avec de quoi manger chez eux.

26 ateliers de cuisine anti-gaspi

189 participant.es

Moyenne de 7 personnes par atelier



CUISINE DE QUARTIER

Démarré en juin 2025, ce projet consiste à mettre à disposition la cuisine de la MESA à un groupe d’habitant, qui décide ensemble ce qu’ils vont cuisiner, pour leur cuisine quotidienne, comment, à quel cout, ils vont réfléchir à la répartition et l’organisation de ce temps cuisine.

Le groupe a décidé de se retrouver une fois par mois, en commençant par une petite réunion, pour prévoir la suite puis de cuisiner.

- 1 Réunion information collective sur le lancement du projet : 10 participants
- 2 Réunions d’organisation : avec 4 et 5 personnes
- 4 Ateliers de cuisine d’environ 4h de cuisine : avec 3, 4, 6, et 5 personnes, avec une nouvelle personne à chaque temps de cuisine.

Les adhérents participants, sont aussi bien adhérent à la tarification, Coup de Pouce, Quartier que Solidaire.

6

Les animations

ATELIERS

ALIMENTATION-SANTÉ



Les ateliers “alimentation santé” sont nés de plusieurs constats :

- Lors de la coconstruction de la MESA, des questions de santé liées à l'alimentation sont revenues à de nombreuses reprises : manger sain avec un petit budget, manger équilibré, manger moins de protéines animales, etc.
- Constats posés par les partenaires publics et associatifs, les habitants-es des QPV ont un accès plus restreint à une alimentation de qualité avec une taille de budget limitée.

L'enjeu a donc été de faire en sorte que la MESA puisse promouvoir les enjeux relatifs à l'alimentation-santé auprès des habitants des quartiers prioritaires, le postulat étant aussi qu'un double travail sur l'accessibilité alimentaire de qualité (géographique, économique, etc.) et l'accompagnement des usager.es puisse plus facilement permettre d'accompagner (sans discrimination, sans jugement et sans injonction) l'évolution des pratiques de consommation au bénéfice de la santé et de la transition écologique.



Cette programmation spécifique, est coconstruite :

- Avec les habitant.es durant le café santé en début d'année : 4 participants
- Avec la coordinatrice santé et des Ateliers Santé Ville du 8ème arrondissement, Promotion santé et la CPTS Lyon 8
- Avec les partenaires du territoire œuvrant dans le champ médical : équipe du pôle médical, les associations, etc...

les sujets abordés en 2025 :



- Les boissons sucrée
- Octobre Rose équilibre alimentaire et prévention
- L'équilibre alimentaire des enfants
- Nutrition et vieillissement
- Trouver son équilibre alimentaire

5 ateliers au total animés par différents professionnels de santé : Promotion santé, La CPTS Lyon 8, la Pharmacie Santy, les jardins de Pré-Santy de la régie de quartier Eurequa, le Centre Léon Bérard et la coordination de la promotion des dépistages

36 participant.es, avec environ 7 personnes par atelier

6

Les animations

LE LIEN AVEC LES PRODUCTEURS.RICES



La MESA propose une approche territoriale du problème d'accès à l'alimentation, ce pourquoi une attention constante est donnée aux parties en amont de la distribution et de la consommation : la production et la transformation.

Afin que le lien entre consommateur.ices et producteur.ices puisse se faire au sein de la MESA et pour reconnecter les deux extrémités de la chaîne alimentaire (production et consommation), plusieurs temps de rencontre ont été proposés durant l'année : sorties, rencontres, ateliers...



2 sorties chez les producteur.ices organisées **6 personnes** chez les jardins de Lucie producteurs de légumes et **16 personnes** pour la champignonnière Cycloponics de Lyon 8.

1 visite de la micro-ferme des Etats-Unis par la commission produit de l'épicerie de la MESA : **3 participants**

2 ateliers de cuisine et rencontre avec les jardins de Lucie à la MESA avec **11 et 12 personnes**

49 participant.es en tout

Arrivée de produits extra locaux sur l'épicerie, pour mieux faire connaître la production locale : le pain de la Mie Cyclette, les champignons de Cycloponics, les légumes des Jardins de Lucie, etc.

ET PLEIN D'AUTRES ANIMATION

Parce que la MESA, c'est aussi le lien social, la convivialité et la participation à l'animation du quartier !

6 ateliers hors les murs sur des événements de quartier, atelier et accueil de partenaires :

- P'tite Fête de Santy du Centre Social Gisèle Halimi : **environ 35 participants**
- Village des initiatives du festival de la Brise et Concert de Miam Pampa à la MESA de la Compagnie Antiquarks : **37 et 7 participants**
- Festival des Savoirs et des Arts de ATD quart monde atelier et stand : **environ 15 participants**
- les 1 an de l'expérimentation de la Sécurité Sociale de l'alimentation de TerritoireS à Vivre : **23 participants**
- Forum senior au Centre Social des Etats-Unis : **36 participants**
- Une présentation de la MESA aux résidents foyer Aralis voisin : **14 participants**
- Une permanence de l'ADIE à la MESA : **1 participant**
- 6 Rencontres des cotisants à la Caisse Alimentaire de Lyon 8: environ **45 personnes**



**EN TOUT À LA MESA EN 2025 C'EST :
70 ÉVÉNEMENTS OU ANIMATIONS
AVEC 442 PARTICIPANT.ES
ET 29 BÉNÉVOLES**

La MESA

Maison Engagée et
Solidaire de l'Alimentation, au ♥ du
8ème arrondissement lyonnais !

VRAC
LYON
MÉTROPOLE
Vers un réseau
d'achat en commun

NOS PARTENAIRES :

Spactions
entreprise solidaire

**TERRITOIRES
À VIVRES**
GRAND LYON

**VILLE DE
LYON**

**MINISTÈRE
DU TRAVAIL
DE LA SANTÉ
ET DES SOLIDARITÉS**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

**PRÉFÈTE
DE LA RÉGION
AUVERGNE-
RHÔNE-ALPES**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

**MINISTÈRE
DE LA COHÉSION
DES TERRITOIRES
ET DES RELATIONS
AVEC LES
COLLECTIVITÉS
TERRITORIALES**

**AGENCE
NATIONALE
DE LA COHÉSION
DES TERRITOIRES**

**MÉTROPOLE
GRAND LYON**

BNP PARIBAS

**La Poule
Rousse**
Fonds De Dotation

**les
HALLI
MENT
AIRES**
POUR UNE
ALIMENTATION
ACCESSIBLE À
LYON

mission entrée-Est

SACVL
LA VILLE ÉQUILIBRÉE



CONTACT
MESA-LYON@VRAC-ASSO.ORG
09.82.65.79.83
83 AVENUE PAUL SANTY
69008 LYON