



La Cuisine du 101, pour ceux qui n'en ont pas

Par Agathe Perrier, le 17 janvier 2023
Journaliste



Originaire de Gambie et hébergé dans un centre de réinsertion sociale, Alagie bénéficie grâce à la Cuisine du 101 d'un espace où se faire à manger © Agathe Perrier

À Marseille, La Cuisine du 101 permet à des personnes hébergées à l'hôtel ou en foyer de préparer des repas « comme à la maison ». Outre des fourneaux, plats et ustensiles, ce tiers-lieu solidaire offre entraide et réconfort à ses utilisateurs. Une parenthèse revigorante.

C'est une cuisine solidaire qui a ouvert ses portes le 2 novembre 2022. Installée dans le quartier de Saint-Mauront (3e arrondissement de Marseille), à deux pas du métro National, elle accueille toutes celles et ceux qui n'en disposent pas. À savoir les personnes hébergées en hôtel, en foyer ou même vivant dans la rue. « Chacun vient avec ses aliments et ingrédients pour cuisiner ce qu'il veut. Il peut ensuite manger sur place ou partir avec », explique Marika, art-thérapeute chez SoliHa Provence, l'une des trois structures ayant porté ce projet (**bonus**).

Si la matière première n'est pas fournie, la vaisselle, tous les ustensiles et l'électroménager sont à disposition gratuitement. Des simples couverts au matériel de cuisson tels que le four ou les plaques. Un binôme d'animateurs est constamment sur place pour orienter les cuisiniers de passage.

« Par contre, on ne fait pas de cours de cuisine ! Notre rôle est de fédérer les participants, créer du lien », souligne Benjamin, animateur au sein de l'association Le Bouillon de Noailles.



La Cuisine du 101 est ouverte du lundi au samedi. Il est nécessaire de réserver un créneau afin d'éviter le surnombre © AP

Cuisiner comme à la maison

Le principe est de s'inscrire et réserver un créneau pour éviter le surnombre. Car l'idéal est de ne pas dépasser six personnes en même temps, huit maxi. L'amplitude horaire de la Cuisine du 101 est large puisqu'elle est ouverte du lundi au vendredi de 11h à 21h, ainsi qu'en journée le samedi. « Il y a moins de monde depuis début janvier, mais on a fait le plein tout le mois de décembre, avant les vacances de Noël », indique Benjamin.

La majorité des cuisiniers sont des personnes hébergées à l'hôtel après avoir été orientées par le service d'urgence (115). Certains sont devenus des « habitués » du lieu, s'y rendant en moyenne deux à trois fois par semaine. « Ce qui leur plaît est de pouvoir cuisiner comme chez eux », glisse Marika. Cependant, ils se heurtent souvent à des problèmes d'approvisionnement et de logistique. « Ils ont très peu d'argent pour s'acheter de la nourriture. Et n'ont pas forcément de frigo ou d'espace de stockage dans leur chambre d'hôtel », expose-t-elle. Ceux qui viennent régulièrement peuvent donc laisser quelques aliments dans un petit coin de la cuisine. L'équipe essaye aussi de se rapprocher d'associations afin de récupérer des dons de denrées. En décembre, elle a reçu des dizaines de kilos de pommes et de poires. Que les bénéficiaires ont pu transformer à leur guise en compotes, tartes et autres desserts.

> [Lire aussi l'article « La cuisine pour changer le regard sur les réfugiés »](#)

Le sens du partage

Parmi toutes les personnes fréquentant la Cuisine du 101, certaines sont novices en cuisine. À l'image d'Alagie. Originaire de Gambie, il est à Marseille depuis trois mois et vit actuellement dans un centre d'hébergement et de réinsertion sociale. Il ne vient pas seul d'ordinaire, mais avec un petit groupe de réfugiés. Unique présent ce mardi de janvier, le voilà donc réquisitionné pour confectionner le repas, épaulé par Marika et Benjamin. Suivant leurs conseils, il concocte un plat simple, mais qui saura combler les estomacs : riz et thon à la sauce tomate. « Lorsqu'ils sont plusieurs, il y en a toujours qui prennent les rênes. Les autres font les commis ou regardent. Au départ, ils font ce qu'ils savent faire, bien souvent les recettes de leurs pays. Puis petit à petit, ils s'ouvrent aux autres types de cuisines », observe Marika.



Alagie, novice en cuisine, a préparé le repas du jour sous les conseils de Marika et Benjamin © AP

Ce qui frappe l'équipe de la Cuisine du 101 est la générosité des visiteurs, malgré leurs difficultés. « Ils préparent généralement de grandes quantités afin d'en ramener à leur hôtel et nous proposent systématiquement de goûter et de s'attabler avec eux. Et si tu ne t'assois pas, ils le prennent mal ! », plaisante, non sans sérieux, Benjamin. Et Marika d'ajouter : « Ils ont un grand sens de la générosité alors qu'on sait qu'ils sont dans le besoin ». Une belle leçon d'humanité et de convivialité.

> [Lire aussi l'article « Des salariés en insertion cuisinent pour les migrants mineurs non accompagnés »](#)



Après avoir cuisiné, les utilisateurs peuvent déguster leur repas sur place ou rentrer chez eux avec © AP

S'ouvrir au quartier

En parallèle de ces créneaux réservés aux personnes hébergées à l'hôtel, la Cuisine du 101 propose des ateliers bimensuels le mercredi et le samedi. Cette fois ouverts à tous, sans condition. « Ça permet de faire vivre le lieu et de proposer de l'animation aux habitants du quartier », indique Benjamin. Au programme ce mois de janvier : atelier galette des Rois – c'est de saison – et tarte tropézienne. De la cuisine, bien

sûr, mais aussi des activités créatives, pour notamment occuper les plus petits. Toute association souhaitant y organiser des événements est par ailleurs la bienvenue (**bonus**).

Après deux mois de fonctionnement, l'équipe ne manque pas d'idées pour améliorer l'espace. Comme installer, au retour des beaux jours, des tables et chaises sur la terrasse extérieure. Ou encore, embellir le grand mur auquel la cuisine fait face en y peignant une fresque. « On va demander d'utiliser un des locaux vides d'à côté pour du stockage. Et pourquoi pas imaginer d'y créer un accueil de jour, pour que les jeunes hébergés en hôtel disposent d'un endroit où aller en journée. Ou une crèche, puisque beaucoup de nos bénéficiaires n'ont pas de solution de garde pour leurs enfants », énumère Marika. Des projets qui, à l'image de la Cuisine du 101, nécessiteraient un travail de concert entre les différents acteurs, sociaux comme publics. Le tiers-lieu a d'ores et déjà prouvé que cela fonctionne. ♦

Bonus

- > **Contactez ou venez à la Cuisine du 101** – laCuisinedu101@gmail.com ou 04 91 95 76 16. 12 rue des Cigarières, 13003 Marseille.
- > **À l'origine de la Cuisine du 101** – Le projet a été impulsé par SoliHa Marseille Provence, acteur reconnu pour le logement et l'accompagnement social de personnes vulnérables. À ses côtés, l'association Le Bouillon de Noailles qui œuvre pour créer du lien social autour de la cuisine. Et enfin Nexity Non-Profit qui met à disposition les locaux et a également donné du mobilier.
- > **Les cuisines solidaires se développent** – La Cuisine du 101 n'est en effet pas la seule. À Marseille, [Coco Velten](#) propose aussi ce type de service, ainsi que l'Armée du Salut via un atelier de cuisine. Tous trois ont été lauréats d'un [appel à projets du gouvernement pour « la création et le développement de tiers-lieux favorisant l'accès à l'alimentation des personnes hébergées à l'hôtel »](#). Ce dernier a été initié suite à la crise sanitaire qui a « [révélé des manques importants concernant l'accès à l'alimentation et aux denrées de première nécessité pour les personnes en situation de grande précarité](#) ». Au total, 68 projets ont été sélectionnés au niveau national (liste complète en [clicquant ici](#)). Ils sont soutenus pendant deux ans à hauteur de 25 millions d'euros dans le cadre du plan France Relance et de la Stratégie nationale de prévention et de lutte contre la pauvreté. Chacun devra ensuite trouver et vivre de ses propres financements.

PARTAGER CET ARTICLE



ARTICLE PUBLIÉ LE 17 JANVIER 2023

Sans étiquette

Alimentation

Solidarité

ÉTIQUETTES

Agriculture Alimentation Aménagement Culture Education Environnement Mer Mobilité Recherche Santé

Société Solidarité Économie

