



QUARTIER LIBRE
cuisine partagée 4C

Association Collectif Café Culture Cuisine (4C)
Assemblée générale ordinaire 2023
Rapport d'activités et rapport financier



Tiers-lieu dédié à l'alimentation

Ouvert du mardi au vendredi de 10h à 18h + soirée et week-ends selon événements

Quartier Libre
9/11 rue de la Charbonnière
75018 Paris
Tél : 09 87 58 39 83

Assemblée Générale 2023 Collectif 4C – 8 JUIN 2024

EDITO 2023

2023 marque le retour à une année pleine et quasi normale, débarrassée des peurs et des freins engendrés par la crise sanitaire. Les jauge limites sont levées, l'activité de restauration fonctionne librement et le public revient volontiers participer à des événements communs.

Le 4C c'est une association intimement liée au local qu'elle anime : Quartier Libre. Mais elle existe aussi hors les murs dans les événements de quartier, les visites culinaires, les actions chez et avec les partenaires, les nombreux colloques qui comportent une part importante, bien que souvent invisible, du travail salarié

Depuis le 18 avril 2023, nous comptons une troisième salariée, Mme Simonne Panagiotou, sur le poste de médiation santé nutrition dont Hélène Tavera avait la charge jusque là. L'idée était de l'accompagner sur le poste pendant la première année. Ses premières actions sont détaillées dans ce rapport d'activités.

Nous avons connu cette année une montée en charge de l'accompagnement solidaire autour de la cuisine des habitant.e.s, auprès des familles du quartier et des familles hébergées en hôtel. L'accueil à Quartier Libre est tout public, nous accueillons en moyenne 250 personnes/an. Le poste de l'accueil et de réorientation devient ainsi de plus en plus important.

L'insécurité alimentaire reste un sujet très préoccupant, de nombreux partenariats ont été consolidés cette année pour mieux la combattre (SS, FADS, DSOL..., MAIRIE 18ème), le 4C est régulièrement sollicité par différents institutionnels et associations pour le travail mené au sein de quartier libre. De nombreuses associations orientent leur public vers quartier libre pour découvrir la restauration mais aussi le projet qui permet à tout un chacun de trouver sa place

L'écosystème de Quartier Libre s'agrandit, un travail minutieux auprès des habitants.e. de l'îlot Paris Habitat est mené en porte à porte depuis le dernier trimestre 2023, dans la perspective d'un travail au long cours mais aussi pour faire découvrir l'équipement Quartier Libre.

Nous avançons pas à pas sur le projet d'un aménagement du jardin au cœur de cet îlot, avec en premier lieu la réfection de la cour de Quartier Libre pour initier un micro projet d'agriculture urbaine ouvert à tous et toutes.

Le restaurant ouvre maintenant certains samedis pour permettre aux habitant.e.s qui travaillent à l'extérieur en semaine de pouvoir le fréquenter.

Le nombre de bénévoles est en hausse mais nous avons encore besoin de monde pour renforcer le lieu et coller à son projet participatif. La création de collèges par type d'activité est toujours dans les projets de l'association, il est nécessaire avant cela de grossir les effectifs.

Le CA profite de cette AG pour remercier les salarié.e.s, les nombreux bénévoles et les usagers qui font vivre l'association au quotidien.

Nous vous remercions d'être parmi nous ce matin. Nous allons à présent détailler les actions de l'association par type d'activités. Nous terminerons par la présentation du rapport financier. Viendront ensuite les votes et le renouvellement du Conseil d'Administration.

1. Les activités financées

1/ LA SOUPE AUX CAILLOUX ET AUTRES ACTIONS PARTICIPATIVES AUTOUR DE LA NUTRITION DANS L'ESPACE PUBLIC.

La soupe aux cailloux en chiffres

6 actions

330 personnes participantes environ

L'action en bref

Atelier goût, création livret de recettes, tarte et salade aux cailloux, sensibilisation légumes, pesée de panier, jeux autour de l'alimentation.

Le projet consiste à réaliser une action participative autour de la nutrition sur l'espace public. C'est notre action phare pour le « aller vers ». Durant ces soupes, salades, tartes aux cailloux et autres, nous sensibilisons à l'alimentation durable et donc aux bienfaits d'une alimentation plus végétale. Les modalités de notre action varient au gré des événements du quartier, le projet est toujours adapté aux publics ciblés. Les habitants participent à la préparation du plat et le dégustent collectivement.

En 2023, 6 actions ont été programmées, toujours en lien avec des dynamiques et événements de quartier, le plus souvent concentrées sur la période printemps/été.

Nous essayons de nous renouveler et de varier ces actions, elles gardent un même objectif (sensibilisation à une alimentation de qualité et de saison) mais sous une forme et approche différente. Cette année a vu l'intensification du partenariat avec Ethno.

- le 16 avril : atelier goût sur l'événement « Rue aux enfants » avec jeux participatifs
- *le 3 juillet : tarte aux cailloux pendant la fête de la Goutte d'Or : annulé*
- le 11 juillet : le genre dans l'alimentation avec les Ethnos pour « Best Summer »
- le 22 juillet : atelier goût pendant « La rue aux enfants » et pesée de panier
- le 27 juillet : tarte aux cailloux et carnet de recettes avec les Ethnos pour « Best Summer »
- le 30 septembre : La Goutte d'Or fait sa rentrée : salade de fruits aux cailloux

Structures partenaires : ADOS, Home Sweet Mômes, Salle St Bruno, Ethno.

Descriptifs par action

- **Atelier goût - public enfants**

Les enfants sont invités à convoquer leurs 5 sens et plus particulièrement le goût. L'atelier leur fait découvrir, par groupe de 6, comment se fabrique le goût dans leur bouche, les secteurs de la langue responsables de l'amer, le salé, le sucré, l'acide, l'umami.

- **Tarte ou salade aux cailloux (version estivale de la soupe aux cailloux) - public familial**

Des fonds de tarte individuels faits maison à garnir avec des fruits découpés par les participants, le tout surmonté de chantilly maison. L'occasion de valoriser des alternatives de goûter avec un produit de qualité à base de fruits frais. Sensibilisation aux fruits de saison, notamment les moins connus.



- **Atelier pesée de panier - public adultes**

Il s'agit de participer à une activité ludique tout public de sensibilisation à la saisonnalité des légumes et à la promotion d'une alimentation plus végétale. Les participants sont invités à répondre à une question simple sur l'alimentation durable, quand c'est la bonne réponse, le participant peut peser le panier garni et doit en deviner le poids.

- **Atelier carnet de recettes - public familial**

Basé sur la transmission de recettes de génération en génération.

Des recettes de cuisine ont été collectées en amont de la fête, via un formulaire simple déposé dans les associations de la goutte d'or. Les recettes des habitants ainsi collectées (environ 30) sont photocopiées en plusieurs exemplaires. Le jour J les participants (en majorité des enfants) confectionnent leur carnet avec les recettes qu'ils auront choisie (sur la base de la photo du plat mis en évidence). Le carnet comprend également des feuilles recettes vierges où les participants pourront inscrire leurs propres recettes. Puis ils relient eux-mêmes leur carnet avec un fil de couleur et décore la page de garde pour se l'approprier.



μ



2/ LES ATELIERS CULINAIRES ET AUTRES INTERVENTIONS A CARACTÈRE CULINAIRE. Une alimentation saine et de qualité pour tous !

Les ateliers en chiffres

9 Ateliers culinaires avec la médiatrice du 4C

5 visites gustatives de quartier + 1 conférence

190 personnes participantes environ

34 ateliers culinaires réalisés par des associations et structures adhérentes

280 personnes participantes environ

L'action en bref

Atelier chocolat, plats haïtiens, plats de la fête de la Goutte d'Or, atelier à destination des scolaires, visites gustatives, accueil d'ateliers culinaires

Les ateliers culinaires du 4C se déroulent à Quartier Libre. La médiatrice les anime, seule ou avec un intervenant spécialisé (atelier plantes, Haïti, Tiep et chocolat).

Lors des ateliers, il est proposé de mener une réflexion sur les aliments consommés, leur production, leur déclinaison.

La transmission des messages nutritionnels se réalise de façon informelle et formelle pour s'affranchir des messages publicitaires incitant à la consommation d'aliments trop gras/salés/sucrés et mieux comprendre les enjeux de l'alimentation durable.

A l'issue des ateliers, les bénéficiaires se réapproprient les principes culinaires de base, approfondissent leurs connaissances, développent de nouvelles compétences, apprennent à diminuer leur consommation carnée pour privilégier la consommation de protéines végétales. Grâce aux ateliers culinaires du 4C pensés dans un souci des particularismes alimentaires, les participants s'approprient des espaces communs et en comprennent les enjeux.

Toutes ces actions favorisent l'autonomie des personnes rencontrées.

Ateliers culinaires découverte :

9 ateliers qui ont rassemblé environ 100 participants.

- le 25 mars : Atelier goûter sain, miel et pain au levain. Avec producteurs ardéchois.
- Le 22 avril : Atelier apéros du monde puis lancement du livre autour des plats de fête
- Le 3 juin : Atelier cuisine d'Haïti
- le 24 septembre : 3 ateliers plats de fête
- le 28 octobre : atelier le pouvoir des plantes en infusion
- le 25 novembre : atelier Tiep Bou Dien
- le 17 décembre : atelier chocolat

La médiatrice est intervenue également auprès de structures pour leur apporter des conseils quant à la conception et la mise en place d'ateliers culinaires. Fortes de ces conseils, ces structures ont ensuite pu animer leurs ateliers en toute autonomie dans la cuisine de Quartier Libre.

Accueil de 34 ateliers culinaires réalisés par des associations et structures adhérentes :
Association Joséphine, ANRS, Paris Basket 18, Yard For Good, Causons, STEMO Nord Paris, Les amis de la Louve, France terre d'Asile, Ecole de la seconde chance, Clair et Net , EPE, 1 éclair de gourmandise, l'Air ivre.

Visite/conférence gustative

- le 31/05 visite AVF
- les 17 juin, 8 juillet et 9/09 3 visites de quartier avec l'ICI
- le 18 octobre visite quartier groupe belge
- 13 décembre apéro conférence sur le quartier avec Eco CO2



3/ CUISINE COMMUNE

La cuisine en commun s'inspire des cuisines collectives du Québec qui existent depuis plus de 40 ans.

Chaque atelier permet de cuisiner 3 à 4 plats pour la semaine avec autant de portions que de personnes composant la cellule familiale.

Les achats sont mutualisés pour gagner en pouvoir d'achat et les recettes pensées en groupe, permettant ainsi l'échange de savoir-faire.

2 groupes à Quartier Libre : Marmite commune et les P'tites cocottes.

Marmite commune est le groupe « historique ». En place depuis 2019, il comprend 8 à 10 participants avec des changements dans la constitution d'une année sur l'autre. Ils se réunissent la plupart du temps le samedi matin. Cette année, ont peiné à trouver des dates communes et une régularité, beaucoup d'annulations, 6 cuisines communes réalisées pour environ 300 portions.

Nouveau groupe d'environ 8 personnes, les petites cocottes se sont réunis à plusieurs reprises puis ont démarré un premier atelier en fin d'année 2023. Ils se réunissent en général le vendredi soir.

La formule est peu connue en France et demande encore à être démocratisée.

Un essor est possible et nous souhaitons travailler aussi sur d'autres pistes, notamment sur la constitution de groupes choisis par communautés culinaires. Ceci rejoint notre projet de conserverie, pour lequel nous avons été financés, qui permet aux personnes n'étant pas équipées de frigos de cuisiner ensemble et de repartir avec des plats maison mis en conserve.

4/ ATELIERS NUTRITION pour les personnes en situation d'hébergement d'urgences et personnes en situation d'obésité et accusant des pathologies liées aux troubles de l'alimentation (MCV)

Les ateliers en chiffres

18 ateliers nutrition + réunions de préparation et suivis personnalisés

176 personnes participantes

L'action en bref

Prévention diabète, les MCV, équilibre alimentaire, contrôle des usages du sel et des huiles, lutte contre monotonie alimentaire, découvertes de différents modes de cuisson, travail sur le grammage des denrées pour une meilleure maîtrise de son budget alimentaire, valorisation de l'alimentation plus végétale, moins coûteuse, plus saine et plus respectueuse pour l'environnement, acquisition des principes de bases de l'alimentation durable en nutrition.

Le public des ateliers

Familles hébergées en hôtel et habitants du quartier et toutes personnes fréquentant Quartier Libre

Les personnes en situation d'hébergement d'urgence ont un budget contraint, elles peuvent avoir des habitudes alimentaires peu diversifiées et donc peu saines. Le 4C propose des ateliers afin d'améliorer leur alimentation en leur faisant découvrir des savoir-faire de substitution, des denrées alimentaires méconnues de leur part.

3 Ateliers « Retrouve ton cap » avec la MSP : **20/09, 18/10, 15/11**

4 Ateliers avec l'association Cyclavénir : **25/07, 12/09, 25/09, 20/10**

3 ateliers pour gpe de mamans et enfants de 2 à 4 ans du Samu social : **01/06, 23/06, 28/07**

1 atelier lors de la semaine bleue : **04/10**

4 Mini ateliers lors de la distribution solidaire : **17/05, 02/08, 30/08, 29/11**

2 ateliers avec Clair et Net « Le sucre dans tous ses états » le **05/12 et 26/12**

1 atelier autour du sucre avec « Des étoiles et des femmes » qui forme des futures pro de la cuisine le **26/06**.

3 suivis personnalisés sur pathologies spécifiques

+ suivis informels d'utilisateurs lors de l'utilisation de la cuisine de Quartier Libre



5/ REMOBILISATION des personnes éloignées de l'emploi par le biais d'actions culinaires

L'action en chiffres

30 personnes accompagnées dont 19 femmes et 11 hommes

20 d'entre eux ont moins de 30 ans et 18 vivent en QPV

Depuis l'ouverture de Quartier Libre, de nombreuses structures du champ de l'emploi, de l'insertion et du médico-social nous ont sollicités pour travailler auprès de leurs publics très éloignés de l'emploi et sur leur santé, notamment du point de vue de leur alimentation.

La cuisine partagée de Quartier Libre est un outil qui permet de travailler transversalement sur la remobilisation des publics éloignés de l'emploi et sur l'inclusion des personnes en situation de handicap dans un espace de convivialité.

Actions réalisées :

En partenariat avec L'Espace Proximité Emploi de la Goutte d'Or, dans le cadre de Restaur'Action et le CEFIL :

- Première session : 1 réunion de préparation le 24/03 puis 7 personnes accueillies en trinôme ou binôme les 1/2/8 juin

- Seconde session :

1 réunion préparatoire le 12/09

1 journée de découverte du milieu de la restauration le 4/12 avec les futurs participants du dispositif Restaur'Action/CEFIL : 8 personnes

puis 5 personnes accueillies les 6 et 7/12, annulation le 8/12

Accompagnement 3 personnes via Solidarité St Bernard en avril.

Ces personnes ont été accueillies pendant les jours d'ouverture du restaurant associatif (les mercredis, jeudis, vendredis).

Ces moments se présentent comme des ateliers culinaires à visée professionnelles et sociales. Ils sont encadrés par les salariés de Quartier Libre, le cuisinier/pâtissier et la médiatrice. Les personnes sont contraintes à des horaires précis pour permettre la préparation des plats et leurs services. Elles découvrent le rythme journalier et l'univers de la restauration (le matériel professionnel, les ustensiles culinaires, les bonnes pratiques d'hygiène en restauration, elles apprennent le jargon...) dans un cadre bienveillant.



- Accompagnement de porteurs de projet associatifs sous forme de réunions pour utilisation de la cuisine professionnelle de Quartier Libre

En dehors des horaires du restaurant associatif, la cuisine professionnelle de Quartier Libre est mise à disposition de porteurs de projets culinaires, accompagnés par la médiatrice du 4C.

- En partenariat avec la Mission locale du 18ème, dans le cadre du pack remobilisation, le 4C a proposé aux jeunes « Prijj », d'assister à un atelier culinaire/nutrition, comprenant une matinée d'atelier pour réaliser un repas complet et en savourer la dégustation à la pause déjeuner.

Les jeunes ont appris à réaliser un menu sain, équilibre dans le droit fil des recommandations du PPNS 4, le 16 juin 2023 au sein de la cuisine partagée de Quartier Libre.

6/ RESTO DES ENFANTS Cité éducative

En 2023 se poursuit l'action démarrée l'année précédente avec la Cité éducative.

Le Resto des enfants sensibilise les enfants et les jeunes de la cité éducative de Paris 18^{ème} à l'importance de réaliser des choix éclairés et d'adopter progressivement des habitudes alimentaires culinaires bénéfiques pour leur santé et l'environnement.

Il s'agit de sensibiliser les jeunes aux avantages d'une alimentation saine, équilibrée et variée, de prévenir les comportements à risque tels que les addictions au sucre, la sédentarité et les régimes alimentaires déséquilibrés. Il s'agit aussi d'encourager la curiosité culinaire en favorisant le développement du chez les jeunes et de renforcer le rôle social de la nourriture en encourageant le partage des repas, la convivialité et l'expression orale autour de la dégustation.



5 sessions en fonction des besoins et des choix des actions des parents de la circonscription:

Avec des classes ULIS, collège Meyer : 9/01, 13/02, 22/06 : 34 élèves

Avec les écoles élémentaires Cavé le 21/02 et Goutte d'Or le 02/05 : 40 élèves

7/ LA CUISINE DES HABITANTS POUR LES PERSONNES HÉBERGÉES EN HÔTEL

Espace situé au RDC et équipé comme une cuisine domestique, la cuisine des habitants sert pour tout ou partie des actions décrites ci-avant.

Elle permet également aux habitants et personnes hébergées en hôtel social de cuisiner pour leur consommation personnelle.

Les personnes qui la fréquentent peuvent ainsi s'inscrire dans toutes les activités que nous développons, obtenir des conseils en nutrition, être redirigées si nécessaire vers d'autres structures compétentes.

Cette action est développée avec divers partenaires. Ainsi pendant l'été, le 4C a décidé d'accueillir le Samu Social et les familles qu'il suit. Cela permet à leur file active de participer à des actions culturelles et dans le même temps d'accueillir les familles qui souhaitent cuisiner. Ce partenariat entre le Samu Social et le 4C a permis d'accueillir les familles résidant en hôtel social tout l'été et de maintenir une présence sur le quartier.

Quartier Libre fait partie d'un réseau de cuisines partagées en Île de France et échange expérience et savoir-faire avec d'autres acteurs.

Légère baisse de la fréquentation avec 26 familles utilisatrices à l'année de la cuisine des habitants. Une légère baisse de fréquentation due à des départs, des sorties d'hôtel ou des relogements en hôtels hors Goutte d'Or. Par ailleurs, une autre cuisine partagée "La cocotte" de la Fondation de l'Armée du Salut installée depuis mars 2022 dans la Goutte d'Or accueille désormais les familles hébergées en hôtel social. Elle propose également des postes de cuisson aux familles uniquement sur rendez-vous et propose des denrées à cuisiner.

Distribution solidaire de légumes toute l'année, en partenariat avec l'armée du salut et Kelbongoo qui se chargent de l'approvisionnement auprès de producteurs et de la livraison à Quartier Libre et dans d'autres structures identifiées via la Mairie du 18eme.

La distribution permet de nourrir en moyenne **76 personnes/semaine**.

Le projet de conserverie, perdure en 2023. Il permet de mieux conserver les aliments cuisinés, dans des lieux non pourvus de frigos. Les ateliers ont également un objectif pédagogique, sensibilisant aux bienfaits des conserves et à l'utilisation du matériel de conserverie.

1 atelier programmé par mois, parfois annulé par manque de participants (public volatile). 8 personnes/atelier en moyenne.

Prise de contact avec l'association Shakti pour mettre en place des ateliers marmite norvégienne qui permet de cuire des aliments sans équipement. Première présentation en novembre 2023, d'autres RDV suivront.

Le forum solidaire des personnes hébergées en hôtel a lieu le 21/06 à la mairie.

Il regroupe des associations et structures qui proposent des actions destinées à ce public. C'est l'occasion d'échanger et d'obtenir des renseignements dans un même endroit au même moment. Le 4C encourage les personnes qui y participent à être actrices de l'événement, en tenant le stand et en participant à l'organisation de la journée.

2. Le restaurant et les mises à disposition

1/ LE RESTAURANT

La moyenne de repas servis se maintient en 2023, elle se situe même à **32 repas/jour** (contre 30 l'année précédente).

La vente à emporter représente une part non négligeable des ventes.

Nous ouvrons le restaurant le **samedi** à partir de novembre 2023 pour arriver progressivement à 2 samedis d'ouverture/mois.



Le **bénévolat** augmente peu à peu et se diversifie.

Les plus assidus sont toujours envoyés pour la plupart par des associations relevant du champ social et caritatif. Beaucoup sont des femmes, logées en hôtel social.

Elles trouvent à Quartier Libre un lieu qui leur permet de sortir de leur quotidien, de rencontrer et d'échanger avec d'autres personnes, de s'occuper et de pratiquer l'usage du français. La médiatrice les conseille aussi, à leur demande, dans leurs diverses démarches administratives en les orientant si besoin vers les structures adéquates. C'est surtout l'occasion, pour celles qui le souhaitent, d'utiliser la cuisine des habitants pour préparer leurs propres repas et de bénéficier de conseils éclairés pour diversifier leur alimentation et pour parler d'équilibre alimentaire.

Nous continuons à donner des plats au coup par coup quand cela nous semble nécessaire, à donner également les surplus, par solidarité et pour éviter le gaspillage.

Les structures associatives et la mairie nous commandent régulièrement des plats sur place ou à emporter lors de leurs réunions, repas de fin d'année ou événements.

2/ LES MISES À DISPOSITION

Le projet de Quartier Libre prévoit de mettre à disposition la cuisine professionnelle à des traiteurs en démarrage d'activité et le local pour des fêtes d'anniversaire et réunions.

Mise à dispo de la cuisine pro :

Cette activité ne décolle pas. Nécessité de faire une communication ciblée sur les entrepreneurs.

Pour accroître la qualité de l'accueil et l'attrait de la cuisine, nous avons investi dans l'achat d'une cellule de refroidissement, celle-ci sert également pour le restaurant.

Une dizaine d'événements familiaux ont eu lieu dans le local, essentiellement le w.end.

7 structures l'ont utilisé dans l'année pour des réunions ou autres. Parfois nous mettons le local à disposition gratuitement, pour des associations faisant de la vente solidaire par exemple (Migracoop, SOS Casamance).

3. Les initiatives citoyennes et culturelles

Quartier Libre est un espace des possibles où habitants et associations peuvent proposer une activité, un projet.

Le local leur est mis gratuitement à disposition à condition que l'activité puisse être proposée à tous (pas de cadre privé) et qu'elle ne soit pas payante pour les bénéficiaires.

L'équipe travaille également en partenariat avec des structures culturelles pour proposer un temps fort à Quartier Libre lors de leurs événements.

Evénements :

- **Projection du film documentaire « Commune Commune » - 26 janvier**
A la salle saint Bruno, en présence des réalisatrices
- **La nuit tombée on pourra tout se dire – 10 février**
Présentation de « La voix souterraine », sa future collection « beau-livre » et son premier-né : « La nuit tombée on pourra tout se dire ». Écoute collective et immersive d'un reportage tout-sonore avec des voix singulières de la scène musicale indépendante parisienne.
Co-plateau acoustique avec les chanteuses indé **LUCIOLE** et **NAWEL BEN KRAIEM**
Repas gourmand.
- **Le 30 mars : conférence** sur les enjeux de l'alimentation avec l'asso les Greniers d'Abondance.
- **Exposition d'aquarelles « Croquer la Goutte d'Or » d'Ursula Schmidt – avril**
Peintures réalisées d'après les croquis et les illustrations du livret « Plats de fête du quartier ».
- Dans le cadre du **festival « Haïti Monde » - 3 juin**
Spectacle de contes et musique avec Muriel Bloch, Jude Joseph et Joao Mota. Sortie du livre "Soleil, vent, froid et pluie" de Jude Joseph et Missa B. aux éditions Xérographes.
- **Portes d'Or du 9 au 12 juin**
4 artistes : Ali Guédria (dessins), Sara Iskander (céramiques), Alice Levis (céramiques), Dominique Taléghani (cartographisme)
- **Festival du mieux manger 15 juin** : ouverture de Quartier Libre au plus grand nombre, action parisienne pour présenter le projet du 4C et du Tiers- lieu

- **Fête de la musique – 21 juin** concert trio JJJ en partenariat avec le Conservatoire



- **Ateliers poésie proposé par les Lemms – octobre**
atelier migrants en partenariat avec le Samu social
- **Fête des vendanges de Montmartre - 14 octobre**
Portes ouvertes, découverte de Quartier Libre autour d'un verre

Permanences et visites de quartier

- **L'AMAP du haricot magique est toujours installée à Quartier Libre (depuis janvier 2020).** Elle propose les légumes, œufs, champignons, produits laitiers et pain de 4 producteurs. Les distributions ont lieu tous les jeudis soir.
- **Permanences numériques** en partenariat avec l'Espace Goutte d'Ordinateur
- **Rendez-vous Information collective**
Nous sommes régulièrement sollicités par des structures et porteurs de projet pour présenter Quartier Libre, ses activités, son modèle économique... Nous avons donc mis en place un temps mensuel d'information collective où nous recevons les personnes intéressées par le projet. Ils peuvent visiter le local et poser toutes leurs questions.

Cours d'arabe et atelier tricot se mettent en place dans l'année, proposé bénévolement par des habitants/ adhérents de Quartier Libre

- **Visites de quartier destinées aux travailleurs sociaux, bénévoles, nouveaux salariés...**
Le 4C et Bernard Massera sont missionnés par la SSB pour présenter le quartier de Goutte D'or par le prisme des luttes qui ont donné naissance à de nombreuses associations. Des visites mensuelles sont organisées pour découvrir la vivacité associative de la Goutte d'Or, pour favoriser l'interconnaissance entre tous les acteurs et le vivre ensemble et promouvoir les initiatives collectives.