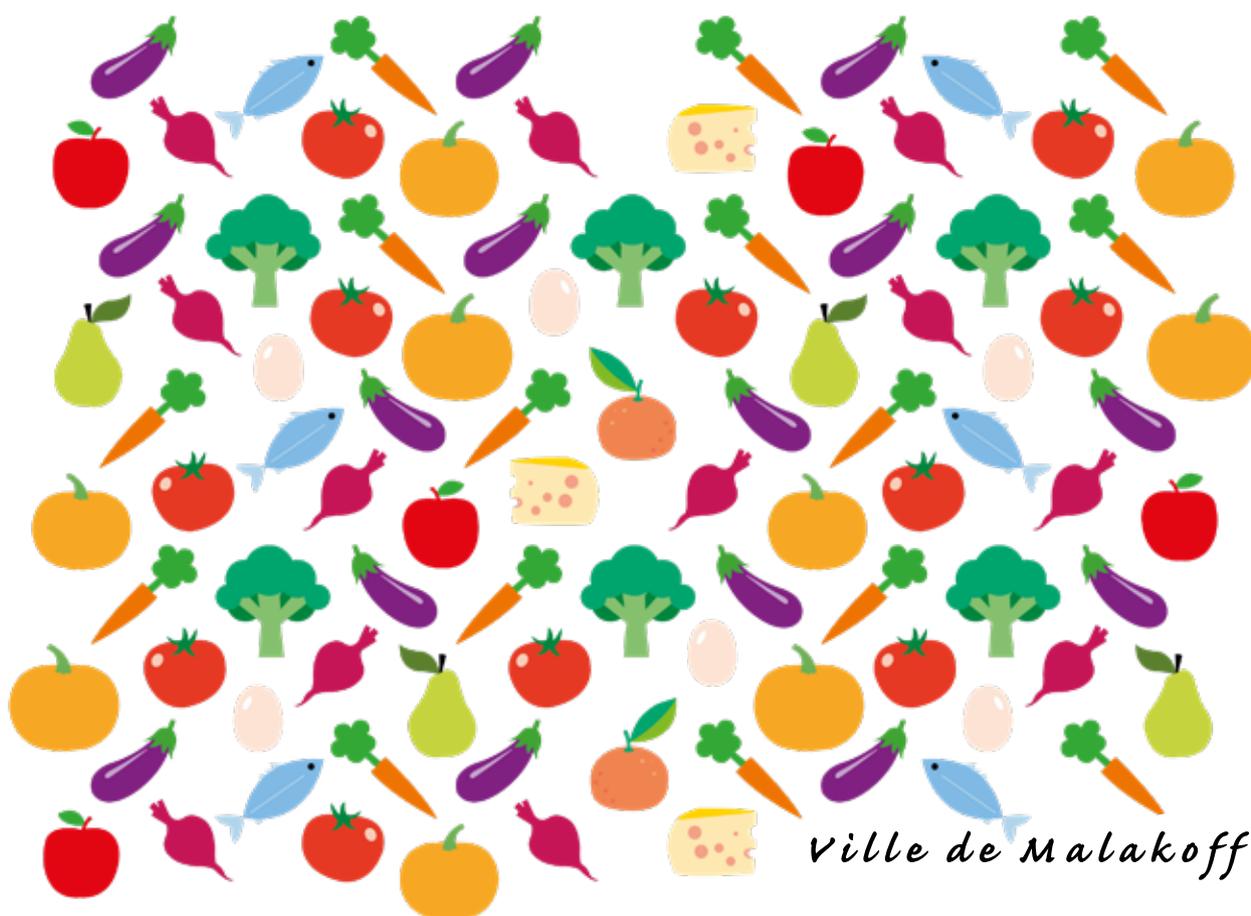




BIEN MANGER À MALAKOFF ?

Synthèse du diagnostic alimentaire partagé
de la Ville de Malakoff



INTRODUCTION DE LA DÉMARCHE



L'alimentation est au cœur des échanges lors de la restitution du diagnostic à La Tréso en novembre 2024.

LE MOT DES ÉLU.E.S

L'alimentation, besoin vital tout autant que plaisir du quotidien, est un enjeu prioritaire pour la ville de Malakoff. C'est pourquoi nous avons créé une délégation pour animer le sujet, soutenir des citoyen·ne·s et acteur·ice·s engagé·e·s et lancer une démarche partagée de diagnostic alimentaire local. Faire de l'alimentation un sujet d'intérêt général est nécessaire et appelle des actions communes et à en échanger avec tous les acteurs de notre ville et les habitant·e·s.

Ce travail a réuni de nombreux habitant·e·s, associations et entreprises locales. Il a fait émerger des opportunités que nous saisissons collectivement. Malakoff, ancienne terre de maraîchage, berceau d'illustres créations culinaires (liqueur, chocolat, beignet...), s'engage pour le plaisir de toutes et tous !

Jacqueline BELHOMME
Maire de Malakoff



Aurélien DENAES
Conseiller municipal délégué
à l'Alimentation et aux Circuits courts



LES ÉTAPES DE LA RÉALISATION DU DIAGNOSTIC

PHASE 1 : RECUEIL DE DONNÉES DU DIAGNOSTIC

Mai 2024 à Septembre 2024

Au-delà de l'analyse des données "froides" du territoire (chiffres, statistiques), la démarche de diagnostic se voulait partagée et sensible. Les acteurs locaux ont ainsi été sollicités pour apporter leur expertise de terrain grâce à :

Des entretiens exploratoires :

• Avec les services de la ville de Malakoff (x6) : Solidarité et vie des quartier, Développement économique et commercial, Éducation, Centre Communal d'action sociale, Centre d'art nourricier, Petite enfance.

• Avec les acteurs locaux (x18) : Malakoff village (association des commerçants et artisans), Loiseau Marchés (concessionnaire des marchés de Malakoff), La Tréso, l'Épicerie coopérative, AMAP Le Miam, le Nid des producteurs, Intermarché, Monoprix, Secours populaire, Secours catholique, la Porte bleue, les Restos du Coeur, Sophie Benazeth (ex-coordinatrice du festival AlimenTerre), Scinnov, Streetfooders, Les frigos solidaires, le projet Malakolives, Jardin des Nouveaux

• Avec les acteurs supra-locaux (x5) : Réseau Cocagne, APPUI, Groupement d'agriculteurs biologiques d'Ile-de-France, AFAUP, Métropole du Grand Paris

Une enquête habitants (136 répondants) :

4 temps d'enquête en mode "aller vers" et 1 atelier d'approfondissement de 2h avec des répondant.e.s.
25 mai ; 1^{er}, 19 et 21 juin ; 11 juillet

Une journée d'immersion auprès des bénéficiaires de la solidarité alimentaire (18 entretiens)
3 et 5 septembre

Diagnostic sur l'auto-production, en marchant
5 septembre

Entretien avec la cuisine centrale de Bagneux
7 octobre



Les échanges à la Maison des arts en juin 2024...



... se poursuivent lors d'une balade en ville en septembre 2024.



*Au jardin du Centenaire en mai 2024,
les habitant.e.s répondent volontiers
à l'étude en cours.*



LES ÉTAPES DE LA RÉALISATION DU DIAGNOSTIC

PHASE 2 : PARTAGE ET CONSOLIDATION DU DIAGNOSTIC

Octobre / Novembre 2024

Une fois les données récoltées, celles-ci ont été partagées dans le but d'être consolidées lors de 2 temps distincts :



Présentation aux élu.e.s

15 octobre



Forum avec les acteurs locaux et supra-locaux

5 novembre



©ExtraCité



©ExtraCité

Les acteurs participent activement aux débats.

PHASE 3 : RESTITUTION PARTICIPATIVE DU DIAGNOSTIC

23 Novembre 2024

Après sa consolidation, le diagnostic a été restitué de manière participative au grand public lors d'un événement citoyen inscrit dans la programmation du Mois de l'Économie sociale et solidaire.



©Toufik Oulmi

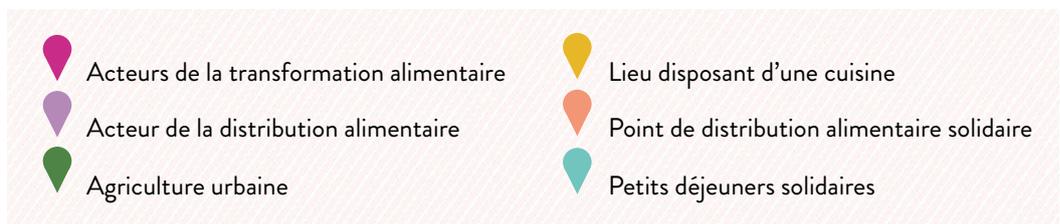
Exposition participative, quiz autour du diagnostic, préparation de pickles, dégustation à l'aveugle, pesée d'un panier à gagner, partage de recettes, ...



©Toufik Oulmi

... l'après-midi de cette restitution à La Tréso était riche de découvertes !

LES ACTEURS LOCAUX RENCONTRÉS





*Nos sensations gustatives sont parfois troublées
par la couleur peu habituelle des aliments.*



PRODUCTION

CE QU'IL FAUT RETENIR

- 🍆 **Absence de surfaces agricoles** sur la commune (au sens du Recensement Général Agricole).
- 🍆 Le secteur agricole représente **21% des émissions de gaz à effet de serre** à l'échelle française, dont 45% sont des émissions de méthane principalement issues de l'élevage.
- 🍆 Pour répondre aux besoins alimentaires des Malakoffiot.te.s, il faudrait **11 500 hectares**. Ce chiffre illustre l'enjeu de travailler sur les **réciprocités ville - campagne**.
- 🍆 Les **centres de vacances** représentent un **potentiel foncier** agricole à étudier et une opportunité de sensibilisation.
- 🍆 Les **pratiques alimentaires** ont une influence sur les surfaces agricoles à mobiliser et sur les émissions de gaz à effet de serre.

11 500 ha de surface agricole nécessaire pour nourrir Malakoff

Estimation de la surface agricole nécessaire pour la ville de Malakoff (pour un régime alimentaire actuel avec part de produits carnés, sans produits bio et sans réduction du gaspillage alimentaire)



Légumes 1%
Environ 160 ha



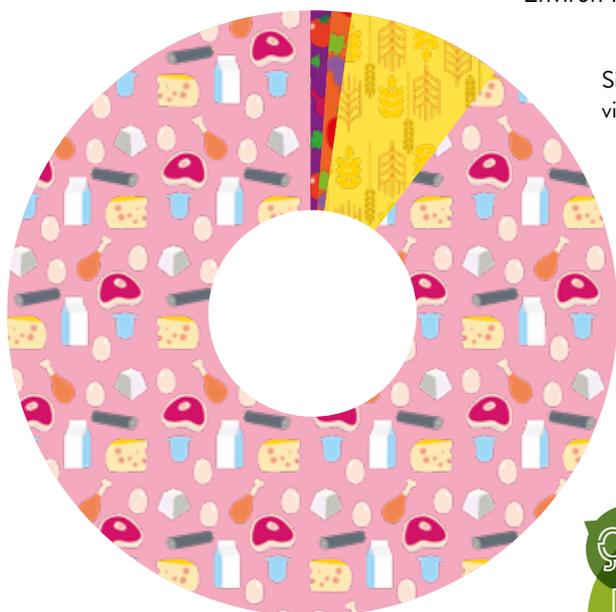
Céréales 8%
Environ 970 ha



Fruits 1%
Environ 170 ha



Élevage 89%
(Viandes, œufs et Produits laitiers)
Environ 10 300 ha



Simulation réalisée par ExtraCité via l'outil libre Parcel.

ÇA EXISTE DÉJÀ !

Des rencontres avec les producteurs locaux sont organisées lors des séjours de vacances : ostréiculteurs à La Tremblade, producteur de fromage à Megève, ferme sur le site de Vaudeurs. Elles permettent de faire connaître le monde agricole.

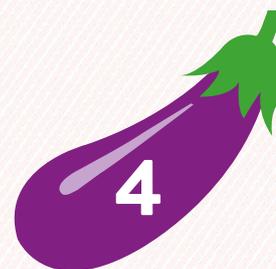
LES CHIFFRES CLÉS



hectare de foncier agricole

11 500 ha

hectares agricoles nécessaires pour nourrir les Malakoffiot.te.s



centres de vacances municipaux

LE SAVIEZ-VOUS ?

VOUS ?

Une réduction de 50% de la part de produits carnés permettrait de diminuer presque de moitié les surfaces agricoles nécessaires.

AUTO-PRODUCTION



CE QU'IL FAUT RETENIR

- 🌶️ **De nombreuses initiatives** en matière d'auto-production, allant du carré potager de quartier au jardin collectif cultivant plus de 30 espèces.
- 🌶️ Des lieux **bien fréquentés**, avec des noyaux durs de volontaires, mais dont le public pourrait être **davantage diversifié**.
- 🌶️ **Des envies toujours croissantes** de la part des habitant.e.s, comme en témoignent les 3 projets lauréats du budget participatif qui portent sur l'alimentation.
- 🌶️ Des initiatives à **mieux visibilité**, car elles ne sont pas forcément bien connues du grand public.
- 🌶️ Des **interconnexions** entre ces lieux qui pourraient être développées.

Quelques espaces d'auto-production malakoffiots



« Les ruchers de la Mairie produisent du miel dont les pots sont offerts aux jeunes marié.e.s. »

1 • Ferme urbaine 2 • Jardin familial Valette 3 • Jardin familial Barbusse 4 • Jardin des Nouveaux 5 • Centre d'art nourricier

+ plusieurs **parcelles en pieds d'immeuble** : Cité Maurice Thorez, 5 rue Gambetta, square Gisèle Halimi...



LES CHIFFRES CLÉS



espaces collectifs d'agriculture urbaine



initiatives de production alimentaire

Au Jardin des Nouveaux, une des **parcelles est mise à disposition d'une classe du collège Paul-Bert**. Les élèves viennent jardiner régulièrement. Plusieurs écoles disposent aussi de leur espace potager.

COMMERCE ALIMENTAIRES



CE QU'IL FAUT RETENIR

- Une offre diversifiée (supermarchés, épiceries, magasins de bouche spécialisés, marchés de plein vent) et de **proximité**.
- Un **marché très fréquenté et plébiscité**, qui capte une large partie de la population malakoffiote. Le marché peut participer à créer un **contexte concurrentiel** qui peut rendre difficile l'implantation de nouveaux commerces de bouche (ex : poissonnerie).
- Peu de produits "locaux" (franciliens) sur le marché, ce qui peut laisser apparaître un enjeu à travailler le développement d'une offre locale, de qualité et durable.
- Une offre d'alimentation plutôt **polarisée au Nord de la ville**.
- Quelques **initiatives de distribution alternatives** : direct producteur, coopérative d'achat, réduction du gaspillage, ...

LES CHIFFRES CLÉS



commerces alimentaires
(BPE, INSEE, 2023)



commerçants
alimentaires
au Marché du centre



initiatives de distribution
alternatives

Un marché qui marque l'identité alimentaire de Malakoff



Marché du centre de Malakoff

© Séverine Fernandes

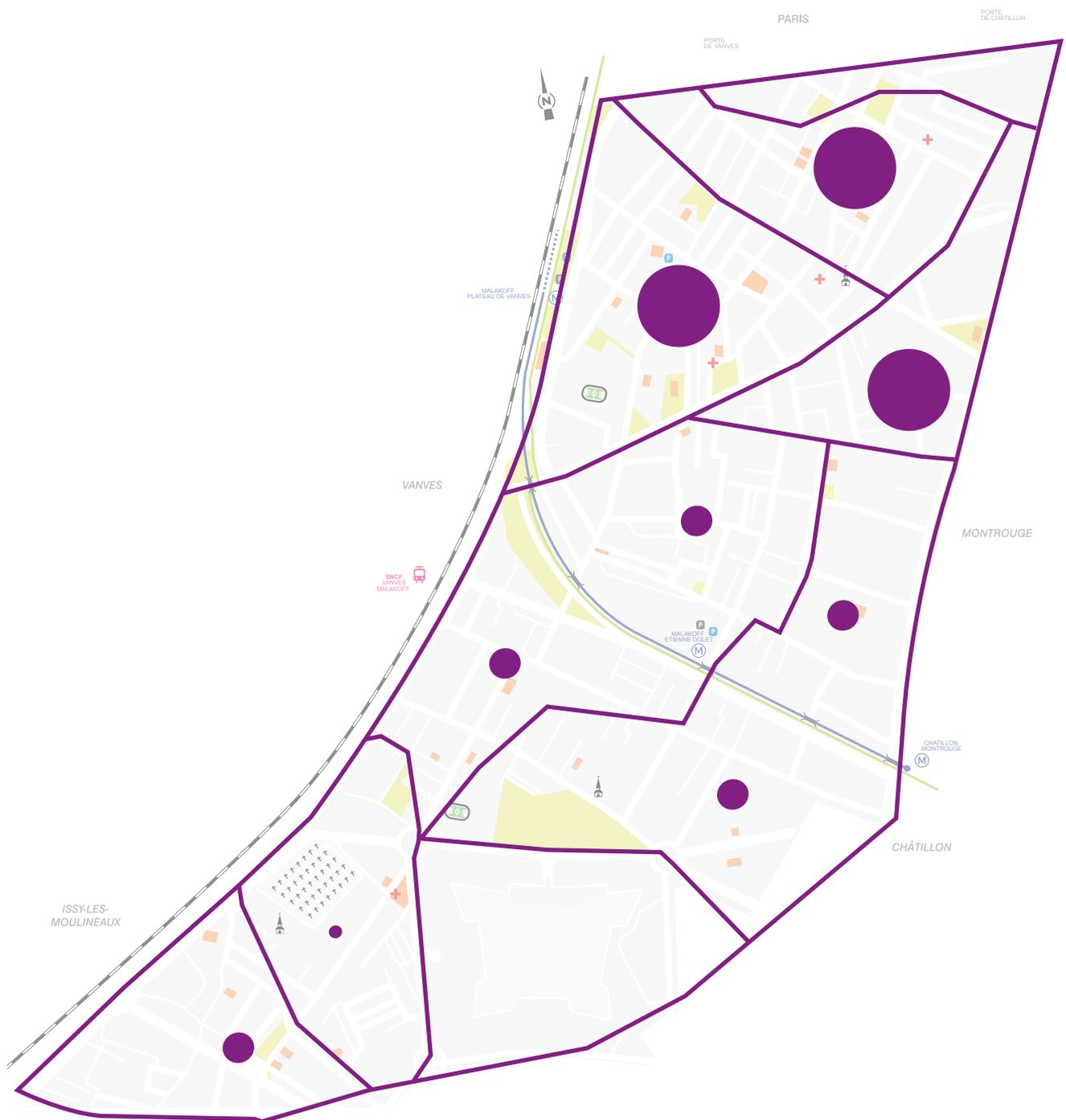
PAROLES D'HABITANT.E.S



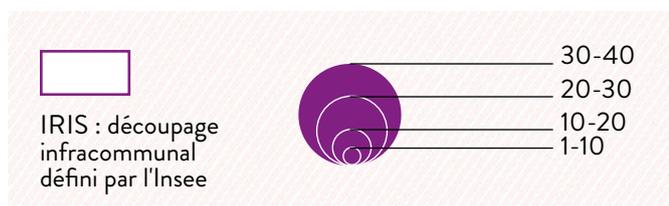
Le marché de Malakoff est un lieu qui représente le cœur de ville, le lien social. C'est la diversité et la mixité de Malakoff. C'est aussi un lieu de découverte. Le marché renvoie à plusieurs éléments du bien manger : quelque chose d'accessible, de populaire et intergénérationnel.



UNE OFFRE ALIMENTAIRE CONCENTRÉE AU NORD



Nombre d'équipements par IRIS sur la ville de Malakoff
Carte conçue par ExtraCité d'après la base permanente des équipements 2023



PAROLES D'HABITANT.E.S

« Le Fort de Vanves, le parc Salagnac et le cimetière dans le Sud sont autant d'espaces où aucun commerce ne peut être implanté. »

« Il y a en effet plus de commerces dans le Nord de la ville, mais la population y est aussi deux fois plus dense ! Cela est notamment dû à l'histoire de la Ville, qui s'est surtout développée au Nord, plus proche de Paris. »

« Rare sont les habitants du Nord qui vont aller faire leurs courses au Sud, sauf pour une boutique particulière (par exemple, Le Nid des Producteurs), alors que les habitants du Sud font régulièrement leurs courses dans le Nord, ne serait-ce que pour aller au marché. »

ÇA EXISTE DÉJÀ !

Circuits courts, agriculture biologique, anti-gaspi, ... trouvez l'offre qui vous correspond le mieux !



Le Miam, l'amap de Malakoff.



L'Épicerie, coopérative alimentaire autogérée de Malakoff.



Le nid des producteurs, magasin et lieu d'échange engagé entre producteurs et consommateurs.



Groupement d'achat en lien direct avec les producteurs.



Bene bono et Poiscaille, des sites en ligne pour se faire livrer des produits locaux et frais à Malakoff.



RESTAURATION COMMERCIALE



CE QU'IL FAUT RETENIR

- Une offre de restauration relativement **diversifiée** (brasseries traditionnelles, cuisine du monde, fast food).
- Comme pour les commerces alimentaires, une **offre plutôt polarisée au Nord** de la ville.
- Une **fréquentation mitigée de ces restaurants par les Malakoffiot.te.s** qui s'explique par plusieurs facteurs **fréquemment cités** : la proximité de Paris pour les "sorties", les moyens financiers limités et les horaires d'ouverture des restaurants.

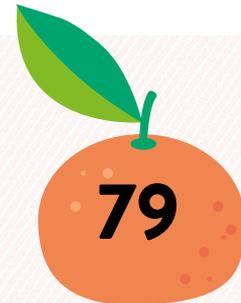
LES CHIFFRES CLÉS (Sirene, INSEE, 2024)



Établissements
de restauration commerciale



restaurants
dits traditionnels



restaurants
de type rapide

Une offre de restauration concentrée sur les quartiers Nord et Centre

(voir carte page suivante)

PAROLES D'HABITANT.E.S

« Je vais régulièrement au restaurant, environ une fois par semaine. Il y a de bons restos à Malakoff. »

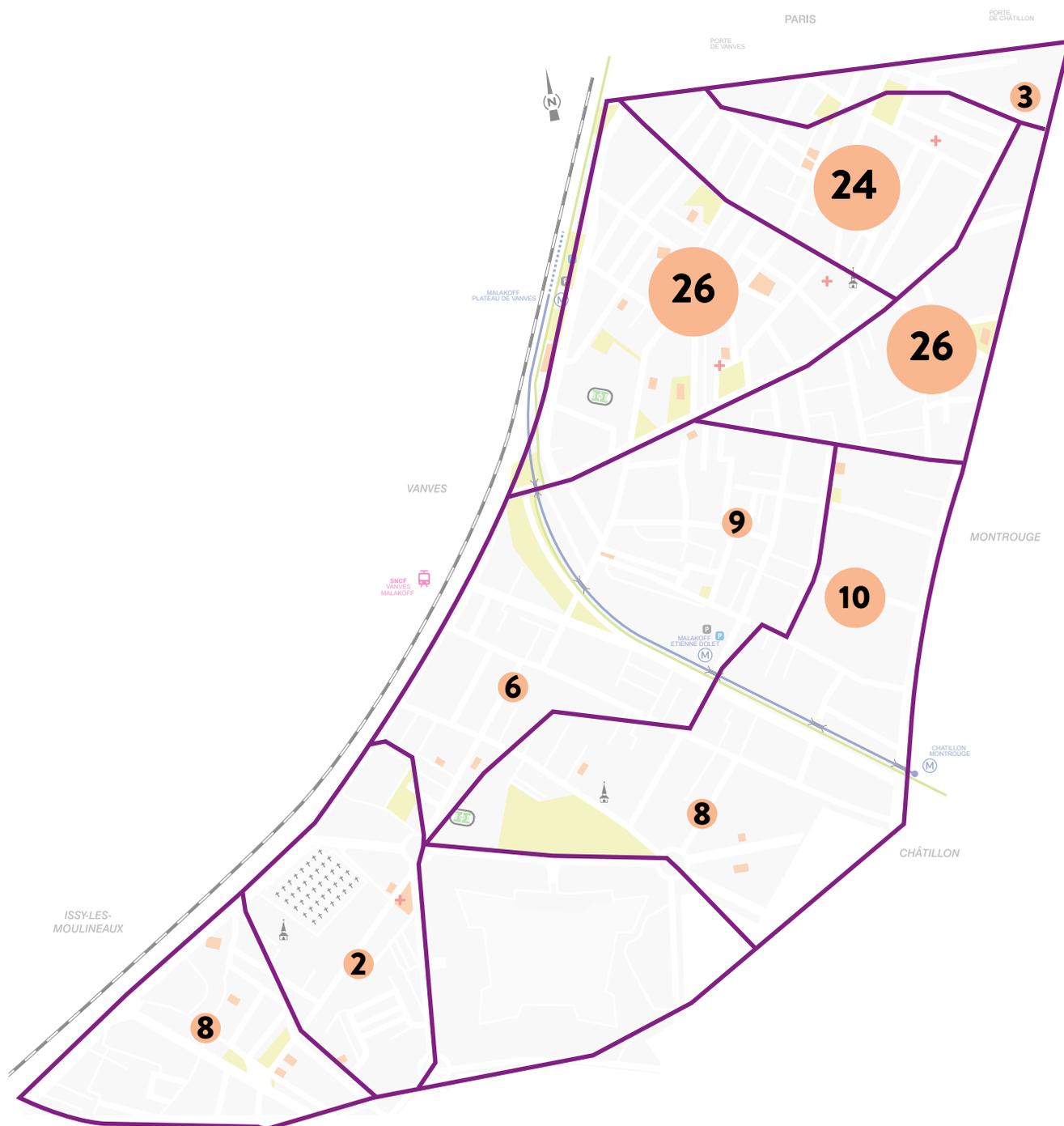
« On fait des économies en cuisinant chez soi. C'est plus confortable, on est dans le calme. Moi j'écoute mon émission de radio. »

« Quand on va au restaurant, on va plutôt aller à Paris. Mon mari y travaille donc on le rejoint après le travail. »

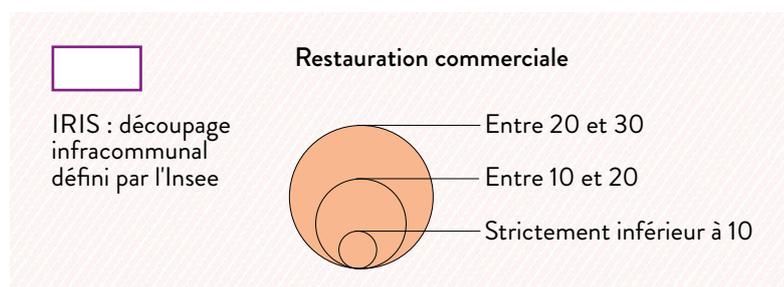
ÇA
EXISTE
DÉJÀ !

Le tiers lieu **La Tréso** propose les midis des plats faits maison, avec option végétarienne, à partir de produits de qualité dans une ambiance "cantine de quartier".

RESTAURATION COMMERCIALE



Nombre d'équipements de restauration commerciale par IRIS sur la Ville de Malakoff
Carte conçue par ExtraCité d'après la base permanente des équipements 2023



RESTAURATION COLLECTIVE

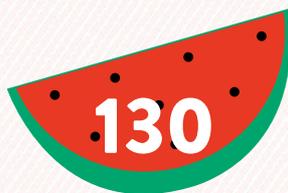
CE QU'IL FAUT RETENIR

- 🍷 La restauration collective représente **l'une des principales compétences de la Ville** en matière d'alimentation, c'est la cuisine de Bagneux qui prépare les repas pour Malakoff.
- 🍷 Une mairie engagée sur le sujet grâce à son plan d'actions "**Ville Amie des Enfants**", dans lequel sont inscrits des engagements en matière de qualité et durabilité des repas ainsi que de sensibilisation alimentaire.
- 🍷 Une attention de la cuisine centrale de Bagneux à la qualité des repas produits. Elle est labellisée **Ecocert de niveau 1** et s'approche de l'atteinte des obligations de la **loi Egalim** : 45% d'approvisionnement dits "de qualité" (dont 18% de bio), un repas végétarien par semaine. Lauréate en 2023 d'un accompagnement par le Groupement d'Agriculture Biologique d'Ile-de-France pour travailler sur le respect de la loi Egalim et la qualité des repas, elle est à nouveau lauréate en 2025.
- 🍷 Les repas des **crèches municipales** sont préparés sur place par du **personnel municipal**.

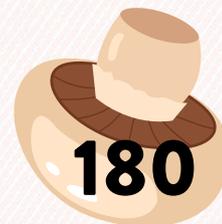
LES CHIFFRES CLÉS



des élèves de primaire mangent à la cantine scolaire



enfants dans les crèches municipales



inscrit.e.s au service de restauration senior

Les restaurants scolaires de Malakoff et leurs tables de tri

« Le personnel de la cuisine centrale mange le même repas que les enfants. Cela nous permet d'être dans une démarche d'amélioration continue de la qualité gustative des repas. »



©Séverine Fernanddes



©Séverine Fernanddes

ÇA EXISTE DÉJÀ !

Des **enquêtes de satisfaction** sur les repas des enfants sont remplies tous les mois par le personnel de cantine. Ces enquêtes permettent de revoir les recettes ou d'en abandonner certaines.

SOLIDARITÉ ALIMENTAIRE

CE QU'IL FAUT RETENIR

- Un territoire avec un **risque de précarité alimentaire** moyen à très élevé.
- 13% de la population vivant sous le seuil de pauvreté**, présentant un plus grand risque de moindre qualité nutritionnelle de l'alimentation (cf études de Nicole Darmon).
- Des associations d'aide alimentaire qui rencontrent des **difficultés économiques** face à la hausse des besoins.
- Des efforts, réalisés par le CCAS, sur la qualité et une envie exprimée par les associations d'améliorer la qualité des produits distribués (notamment en augmentant la part de produits bruts).
- Des **collaborations** naissantes : ateliers culinaires avec les bénéficiaires des associations et La Tréso, ouverture prochaine de la Maison des Solidarités.

LES CHIFFRES CLÉS



dispositifs d'urgence alimentaire proposés par le CCAS



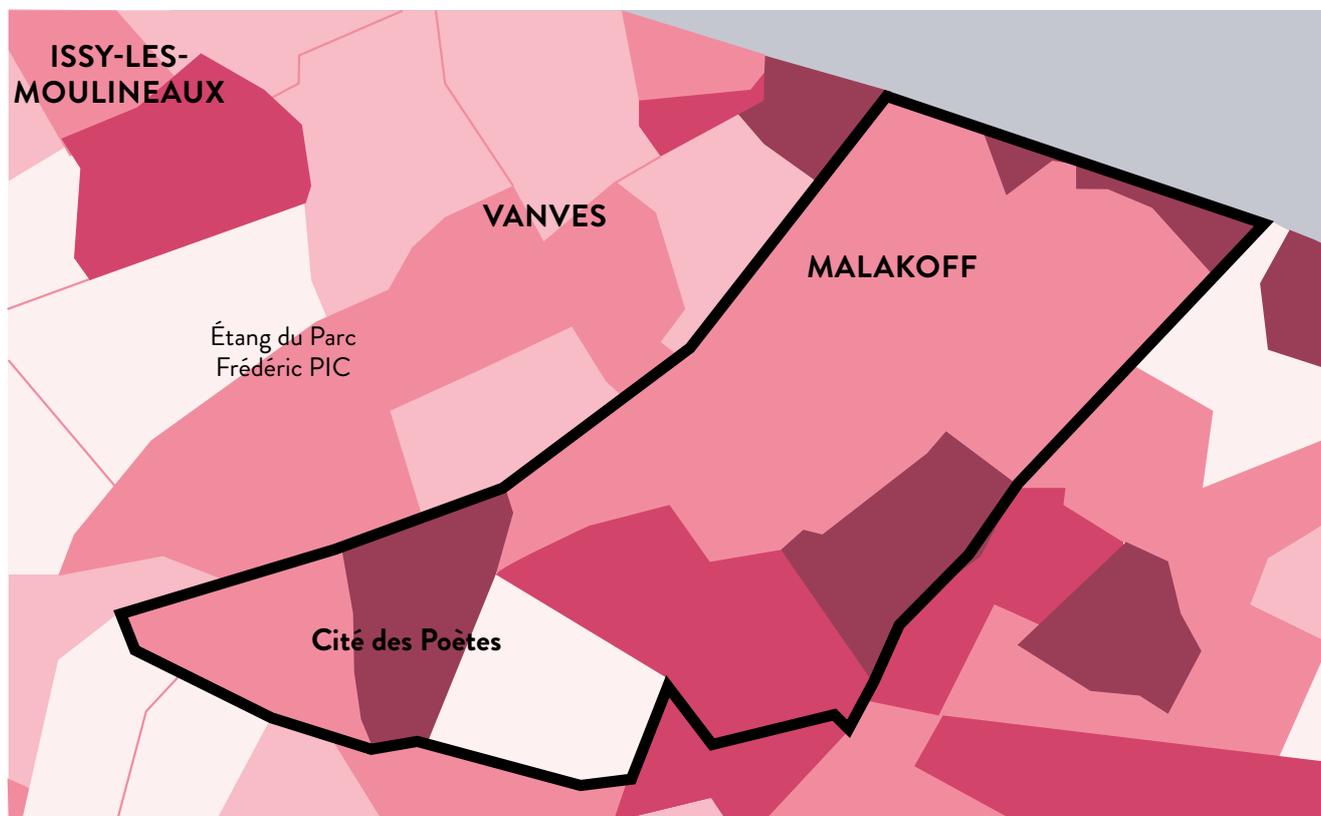
associations d'aide alimentaire présentes sur la Ville

PAROLES D'HABITANT.E.S

Je n'ai pas pris le poisson et les yaourts car je sais que je ne les mangerais pas, ce n'est pas dans mes habitudes alimentaires.

Je suis content qu'il y ait des fruits et légumes frais aujourd'hui dans les paniers.

Un risque de précarité alimentaire moyen à très élevé sur la Ville



Cartographie des risques de la précarité alimentaire à Malakoff



(Source : Obsoalim34)

PAROLE D'HABITANT

« Ce qu'on nous donne, ce sont les invendus des supermarchés, donc la qualité n'est pas là. »

ÇA EXISTE DÉJÀ !

Pour favoriser l'accès aux produits frais aux personnes en situation de fragilité, le CCAS distribue, en plus des colis d'urgence, des "bons fraîcheurs" valables au Nid des producteurs pour acheter des produits frais.

CONSOMMATION : L'ENQUÊTE HABITANT.E.S

CE QU'IL FAUT RETENIR

- 🍌 Une définition du **bien manger** tournée en majorité autour d'une alimentation équilibrée, saine et de qualité.
- 🍌 **Des habitudes de cuisine maison** bien ancrées dans la population, qui représentent un levier pour travailler sur l'alimentation durable.
- 🍌 Une grande partie des répondant.e.s fait ses courses **au marché** (produits frais et bruts).
- 🍌 Quelques habitant.e.s qui font état de **pratiques alimentaires plus durables** (bio, saisonnalité des produits, local, circuits courts, moins de viande, ...).
- 🍌 Des courses qui se font à **proximité, majoritairement à pied**.
- 🍌 Des pratiques alimentaires qui peuvent avoir de fortes incidences sur la **santé des habitants**.

LES CHIFFRES CLÉS



temps d'enquête qualitative

136

habitant.e.s interrogé.e.s

L'enquête s'est faite en allant à la rencontre des habitants lors des différents événements festifs de la Ville au cours du printemps et de l'été 2024.



©Valérie Jacob

PAROLES D'HABITANT.E.S

« Je vais faire mes courses dans un supermarché classique quand il faut acheter des choses bonnes pour la santé et dans un discount si cela ne fait aucune différence de santé. »

LE SAVIEZ

VOUS ?

20 à 25% des cancers français sont attribuables à des facteurs nutritionnels.

Source : Ministère de la Santé, 2022

« Ma femme, c'est une spécialiste des promotions. »

Qu'est-ce que bien manger à Malakoff ?

Fréquemment cité

ÉQUILIBRÉ : “de tout en quantité raisonnable”, “équilibré (légume, protéine, féculent) et varié”, “avec les différents groupes d'aliments, en quantité appropriée”, “qui apporte les nutriments nécessaires”, “sans sucre de synthèse”, “Pas de sensation de faim après 2h”

SAIN : “moins de sucre”, “prendre soin de moi”, “manger pas trop salé ni trop sucré”, “Non transformés”, “Sans additifs”, “Plein de vitamines, minéraux et de fibres”, “Peu de gras” “Sans pesticides”, “Les aliments anti-inflammatoires qui réduisent les risques de maladies chroniques”

DE QUALITÉ : “savoir ce que l'on mange”, “La meilleure cuisine possible avec les meilleurs produits possibles (par exemple des produits bio)”, “Des produits non transformés”, “Circuits courts”, “Bon goût”, “Avec une origine identifiée”, “Ni trop sucré, ni trop salé, ni trop gras”, “Produits avec des vitamines et des minéraux”

PLAISIR : “le goût, la gourmandise”, “manger ce que l'on aime sans excès”

VARIÉ : “Multiplier les saveurs”, “légumes, fruits, légumineuses et un peu de viande/poisson”

FAIT MAISON : “cuisiner soi-même avec de bons produits”, “Aller au marché le dimanche matin et cuisiner les produits achetés pour un bon repas le midi”

DE SAISON : “des produits frais et de saison”, “respecter les saisons, pour une culture respectueuse des sols, sans trop de circuits intermédiaires”

Peu cité

PASSER UN BON MOMENT : “prendre son temps, être tranquille”, “un repas joyeux et convivial”

UN REPAS COMPLET : “entrée-plat-fromage-dessert”, “manger à sa faim”



« Je fais toutes mes courses à pied, on a tout ce qu'il faut à proximité : le marché, des supermarchés et épiceries. »



« Moi je suis des Îles.
Quand j'ai un coup de blues,
je vais acheter des produits
des Îles, comme les bananes
plantain. »

« Je cuisine des plats
pas compliqués, comme
des salades. »

SYNTHÈSE :

ATOUS, FAIBLESSES, OPPORTUNITÉS ET MENACES DU TERRITOIRE MALAKOFFIOT

ATOUS	FAIBLESSES
<ul style="list-style-type: none">• Un marché communal largement fréquenté, qui propose des produits pour tous les portefeuilles et qui est ouvert 3 jours par semaine.• Un écosystème d'acteurs riches qui commence à tisser des liens.• Une population qui, dans sa majorité, déclare cuisiner des produits bruts quotidiennement.• Une offre commerciale alimentaire diversifiée.• Des dispositifs de lutte contre la précarité bien implantés.• Plusieurs lieux d'auto-production présents sur le territoire.• Transformation de produits frais sur place par les cuisiniers pour les crèches de la ville (gestion en régie).	<ul style="list-style-type: none">• Un écosystème d'acteurs reposant majoritairement sur le bénévolat, qui rencontre ainsi des limites en termes de disponibilité et de capacité à développer des projets.• Aucune surface de production agricole sur le territoire.• Peu d'espaces verts qui pourraient se transformer au profit de l'autoproduction.• Une réciprocité villes - campagnes peu développée.• Une offre alimentaire dite alternative (AMAP, épicerie coopérative, ...) qui n'attire qu'une faible part d'habitants.
OPPORTUNITÉS	MENACES
<ul style="list-style-type: none">• Une restauration collective engagée pour la qualité des repas et vers les objectifs des lois Egalim, AGECE (anti-gaspillage pour une économie circulaire) et Climat et Résilience ; la cuisine centrale est lauréate de l'accompagnement par le Groupement d'Agriculture Biologique Ile-de-France proposé par la Métropole du Grand Paris en 2025.• Une réflexion en cours autour de la transition des centres de vacances.• La proposition d'initiatives alimentaires dans le budget participatif de la Ville.• Ouverture prochaine de la Maison des Solidarités.• Un Plan alimentaire métropolitain ayant pour objet l'accompagnement des villes et collectivités territoriales et la mise en relation.• Un projet alimentaire territorial en émergence sur le Département des Hauts-de-Seine.	<ul style="list-style-type: none">• Contraction des moyens publics sur le financement des politiques publiques en faveur des systèmes alimentaires durables (fin de France Relance, durcissement du financement de nouveaux projets alimentaires territoriaux par la Direction régionale interdépartementale de l'alimentation, l'agriculture et de la forêt d'Ile-de-France via le programme national pour l'alimentation).

PERSPECTIVES

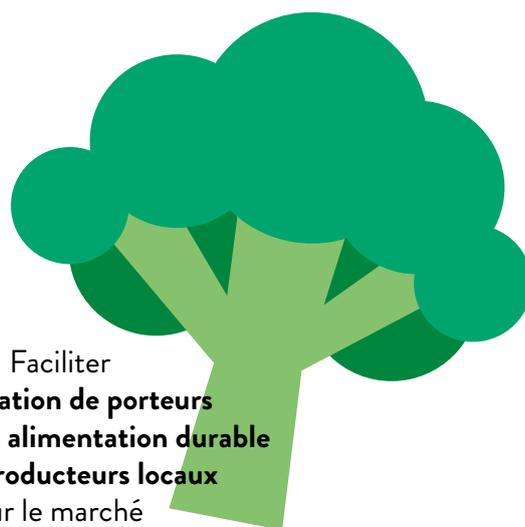
Quelles suites pour cette démarche ?

La réalisation de ce diagnostic alimentaire partagé a permis de **révéler les enjeux** du territoire malakoffiot, de **mettre en avant les actions** menées par ses acteurs et d'**identifier les forces** sur lesquelles la Ville peut s'appuyer.

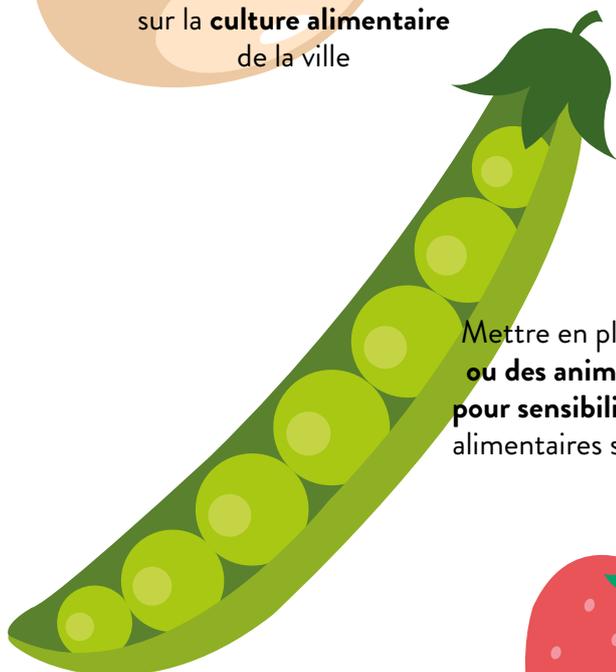
Au cours de ce travail, des pistes d'action ont été identifiées sous forme de " **fils à tirer**", dont voici quelques exemples :



Poursuivre le travail sur la **culture alimentaire** de la ville



Faciliter l'**installation de porteurs de projet en alimentation durable** ou de **producteurs locaux** sur le marché



Mettre en place un **concours ou des animations culinaires** pour **sensibiliser** aux pratiques alimentaires saines et durables



Soutenir les projets de **mutualisation entre associations** de **précarité alimentaire**



S'appuyer sur les centres de vacances pour travailler la **réciprocité ville-campagne** (valorisation du foncier, sensibilisation)

Ces "fils à tirer" permettront de poursuivre le travail en déterminant des axes forts de travail ainsi qu'un plan d'actions pour les années à venir pour tracer un chemin vers une alimentation plus saine, plus accessible et plus durable à Malakoff.

Nota : Les chiffres présentés dans cette synthèse qui ne sont pas sourcés sont issus de la récolte de terrain menée par ExtraCité (analyse documentaire et entretiens).

Mise en page et illustrations Anne de Courseulles

