



# Cultivons

Mis à jour le 18/05/2025

2025

Lauréat Local



Santé



Inclusion



Santé

Enjeux

Mieux consommer

Mieux vivre ensemble

Mieux se soigner

Mieux apprendre

Forme d'organisation

Association

Bénéficiaires

Séniors, personnes fragiles

Personnes en situation de handicap, aidants

Personnes défavorisées, isolées

Chiffres clés

3 000 bénéficiaires chaque année

Nombre de salariés / bénévoles

7 salarié.e.s et 50 bénévoles actifs

Date de création de la structure

2011

## **Sensibiliser les publics fragiles aux bienfaits d'une alimentation saine pour la santé physique et mentale**

### **Résumé**

Le projet "Nutrition - Santé - Bien - Être au Bar Radis", porté par l'association Cultivons, vise à améliorer la santé physique et mentale des populations vulnérables à Grenoble. À travers des ateliers de cuisine, des conférences et des activités intergénérationnelles, il cherche à réduire les inégalités d'accès à l'information et aux soins, tout en favorisant la création de liens et la sensibilisation à une alimentation saine. Ce projet s'inscrit dans une démarche écoresponsable et solidaire, contribuant ainsi à la lutte contre la précarité alimentaire et sociale.

### **Contexte**

À Grenoble, 31 % des personnes en situation de précarité financière, souffre également de problèmes de santé, un chiffre alarmant comparé aux 17 % des individus financièrement stables. Les taux de suivi des maladies comme le diabète, l'hypertension et l'obésité sont particulièrement préoccupants : ils sont plus de deux fois plus élevés dans les quartiers de Mistral et Teisseire qu'à Grenoble même. En réponse à cette situation, la ville a développé un Plan Municipal de Santé sur 4 ans, axé sur des thèmes comme la nutrition, la prévention et le lien social, dans lequel s'insère le projet de Cultivons.

## Présentation de la structure

Cultivons est une association qui agit pour favoriser le pouvoir d'agir par le partage et la transmission de savoirs autour de l'agriculture et de l'alimentation saine, durable et accessible à toutes et tous. Située à Grenoble, elle anime le lieu de vie Bar Radis en mettant en œuvre des actions sociales et culturelles adressées notamment aux populations vulnérables et visant à créer une société plus écoresponsable et solidaire. L'association se positionne ainsi comme un acteur clé de la solidarité sur son territoire.

## Le projet en détail

Le projet vise à mettre en place des actions de prévention primaire et tertiaire sur les thématiques de nutrition, de santé et de bien-être. La sensibilisation des publics à ces enjeux se fait de manière ludique et opérationnelle grâce à des ateliers, des conférences thématiques, des rencontres intergénérationnelles, des temps de bien-être et des temps conviviaux, et permet ainsi également de lutter contre l'isolement social.

Il s'articule autour de 4 axes principaux :

- sensibiliser le grand public aux enjeux de la nutrition grâce à des ateliers de cuisine et des conférences ouverts à tou.te.s.
- favoriser l'accès aux produits alimentaires de qualité via un marché de producteurs locaux et une série d'ateliers "Comment passer de la théorie à la pratique pour manger équilibré avec un petit budget ?" destinée aux personnes en situation de précarité.
- préserver la santé mentale grâce aux bienfaits de l'agriculture urbaine et d'une alimentation saine sur le bien-être psychologique.
- organiser rencontres intergénérationnelles pour renforcer le lien social entre les générations.

Pour accomplir ce projet, Cultivons s'appuie sur son expertise des sujets de nutrition et de bien-être et sur des professionnel.le.s du secteur de la santé et de l'action sociale travaillant avec des publics similaires. Le projet Nutrition - Santé - Bien - Etre au Bar Radis repose sur l'implication active des bénéficiaires dans les activités proposées afin de garantir une appropriation efficace des savoirs et des bonnes pratiques de l'alimentation saine et durable.

## Contact

### Cultivons

15 rue Gustave Flaubert  
38 000 Grenoble  
France

38 - Isère  
Auvergne-Rhône-Alpes  
<https://lebarradis.fr/>  
[coordination@cultivons.org](mailto:coordination@cultivons.org)

[Facebook](#) [Instagram](#) [LinkedIn](#)