



FICHE-TECHNIQUE

Evaluer des Ateliers-Cuisine menés auprès de publics en précarité

POURQUOI ET POUR QUI EVALUER DES ATELIERS-CUISINE ?

De nombreux ateliers-cuisine destinés aux publics en difficulté sont aujourd'hui proposés au sein de centres sociaux, de structures d'aide alimentaire ou d'associations. Ces actions sont généralement financées par un institutionnel qui conditionne sa subvention par la formalisation d'un bilan, d'une évaluation de l'action. D'où le sentiment d'obligation exprimé par un certain nombre de porteurs de projets quant à l'évaluation de leur action. Cette vision contrainte du devoir de rendre compte du travail fourni, réduit le sens et l'intérêt collectif de l'évaluation. En effet, si dresser le bilan des actions requiert du temps et de l'énergie, c'est le seul moyen de rendre compte et de valoriser le travail réalisé. Se doter de moyens pour laisser trace (pour soi, pour sa structure, pour ses collègues) offre de multiples avantages. Au-delà de l'obligation administrative de justifier comment le budget a répondu aux critères initiaux, l'évaluation peut donner droit à un renouvellement de soutien financier tout en constituant une vitrine des initiatives locales mises en œuvre. Cette étape incite aussi à identifier, comprendre et partager les forces et les faiblesses de l'action pour l'améliorer. Enfin les bilans peuvent servir d'outils de communication sur les ateliers. Ils permettent ainsi de valoriser la plus-value et les limites du projet et de partager les savoir-faire développés.

EVALUER DANS LE CADRE D'ATELIERS-CUISINE ?

Evaluer, c'est chercher à recueillir des informations sur les ateliers pour rendre compte, communiquer mais aussi estimer son action ! Pour recueillir le maximum de renseignements, il est indispensable de prendre l'habitude de collecter le maximum de données, en distinguant les informations qui relèvent de l'évaluation formelle (nombre de séances et de participants, objectifs et déroulement...) et les éléments informels précieux (ponctualité, participation, intérêt...), à conserver en interne à l'aide de cahier de bord, de compte-rendu de réunions d'équipe... Pour déterminer sur quoi l'évaluation devra porter, il s'agit donc de bien réfléchir et de répondre à un certain nombre de questions :

1. Que veut-on évaluer ?

Qu'est-ce qui serait intéressant de mesurer, d'analyser ? Sur quoi veut-on et devrait-on rendre compte ? Bien entendu, les destinataires de cette évaluation orienteront les points à renseigner. Les premières personnes concernées par l'évaluation sont les animateurs de l'atelier, la direction et les financeurs du projet ; mais d'autres acteurs peuvent s'intéresser aux bilans, guidés par la motivation de se lancer ou de peaufiner leur projet similaire.

Pour nourrir la réflexion et aboutir à une liste de points à renseigner, l'idéal serait de susciter la rencontre et les échanges entre les différents animateurs de l'atelier (voire avec la direction), Ce travail collectif pourrait être sous la coordination d'une personne identifiée comme « référent de l'atelier-cuisine » qui consignerait les éléments discutés.

2. Que peut-on évaluer ?

Un fossé existe souvent entre ce qu'on aimerait évaluer et ce sur quoi on pourra recueillir des informations et rendre des comptes. De toute évidence, il faut savoir se résigner et faire des choix car une réalité s'impose : **il est impossible de tout mesurer et donc de tout évaluer !** Pour ne pas générer trop de frustrations auprès des acteurs mais aussi des décideurs et des financeurs, il s'agit de trouver un consensus.

Est-ce possible d'évaluer les changements de comportements alimentaires visés ?

Dans la plupart des actions éducatives, le changement de comportements est en ligne de mire. Dans le cas des ateliers-cuisine, c'est l'amélioration des pratiques alimentaires qui est indirectement visée (ex : acquérir d'autres habitudes d'achat, avoir des réflexes différents dans la préparation des repas, manger plus sainement...). Or, la tâche d'évaluer des changements de comportement est ardue. Quels sont les points litigieux ?

- *1ère limite : Chercher à évaluer des changements de comportement alimentaire sur l'échelle de temps des ateliers*

C'est certain, pour être effectifs et durables, les changements de comportement doivent s'inscrire dans le temps. Par conséquent, pourquoi chercher à évaluer à l'issue d'un atelier ou d'un cycle d'ateliers (autrement dit à court terme) des changements de comportements alimentaires qui se manifesteront et ne seront significatifs qu'à moyen et long terme ?

Quant à procéder à une évaluation à distance des ateliers, cela s'avère particulièrement fastidieux. En effet, aller à la rencontre des personnes plusieurs mois après la fin des ateliers n'est pas évident (perte des contacts, difficulté à mobiliser les personnes sans intérêt direct pour elles...).

- *2ème limite : Savoir comment évaluer les comportements alimentaires*

Parallèlement, l'aptitude à mesurer les composantes de tel ou tel comportement ne s'improvise pas. Pour mener à bien l'exploration des pratiques et des comportements, des compétences, sont requises. Outre le temps et les moyens nécessaires, il s'agit surtout de fixer des points à évaluer adaptés au champ de compétences de la personne concernée. Par exemple, il n'est pas du ressort de tout professionnel d'être en capacité de mener une enquête alimentaire, de savoir faire en sorte que le déclaratif se rapproche au plus près du réel et d'analyser le tout pour repérer les changements nutritionnels significatifs.

- *3ème limite : Estimer l'impact de l'atelier-cuisine sur les comportements alimentaires de façon isolée de l'environnement des participants*

Enfin, aussi bien menée soit une action éducative, elle ne peut être considérée comme seul facteur de changement à entrer en jeu. En effet, les comportements quels qu'ils soient, dépendent de l'influence de nombreux paramètres. Ainsi un certain nombre de facteurs plus ou moins intriqués exercent une influence sur le mode de vie et les comportements. Notons de surcoût que pour des personnes dont le parcours de vie a été chaotique, le changement de comportement peut être vécu comme très contraignant voire impossible. Par conséquent, si les ateliers-cuisine peuvent prétendre lever quelques freins à l'adoption des comportements alimentaires ciblés, ils doivent reposer sur la réalité du terrain (culture alimentaire, conditions matérielles pour vivre et cuisiner...) et s'adapter aux situations plutôt qu'imposer un modèle inaccessible (parce que trop théorique).

On peut donc espérer quelques modifications de comportements à court terme mais on ne peut juger l'efficacité d'un atelier-cuisine à travers l'adoption ou non de tel ou tel comportement alimentaire visé. **Il convient donc de trouver des indicateurs d'évaluation intermédiaires témoins de changements de comportements, aussi minimes apparaissent-ils d'emblée. Cette approche, moins ambitieuse et plus facilement mesurable sur une temporalité courte adaptée au quotidien de personnes qui vivent « au jour le jour » semble donc plus pertinente.**

Quels indicateurs intermédiaires cibler dans l'évaluation ?

○ *Evaluer les apprentissages, les divers changements chez les participants*

Le défi est de réussir à formaliser ce que les personnes ont gagné en participant aux séances. Recueillir les éléments susceptibles d'éclairer des changements au quotidien (rythme de vie, habitudes d'achats - quantitativement, qualitativement - façons de cuisiner...) constitueront des points riches de sens : En quoi les personnes ont-elles pu évoluer dans leur vie de tous les jours ? Existe-t-il des différences dans leur façon de considérer leur alimentation, leur corps, leur mode de vie ? Qu'en est-il de leur capacité à être, à faire aujourd'hui par rapport au moment où elles ont franchi la porte des ateliers ?...

Les ateliers-cuisine bouillonnent de vie, terrains d'exploration, source d'apprentissages, de satisfaction et de (re) découverte d'estime de soi pour les uns, moyen de s'exprimer et de se recentrer pour les autres (sensations corporelles, hygiène globale, rythme de vie...). Autant de points susceptibles d'éclairer les effets et donc le bien-fondé des ateliers-cuisine.

D'où l'importance de **sélectionner de critères et d'outils pertinents** pour consigner ces évolutions à l'échelle tant de l'individu que du groupe aussi bien en terme d'évolution des représentations et des connaissances que de compétences et d'attitudes.

○ *Evaluer les impacts collatéraux*

Par essence, l'atelier-cuisine reste une action qui mobilise une multitude d'acteurs (animateurs et bénéficiaires mais aussi différents services, institutions...) et génère toute une dynamique. Trop souvent, l'évaluation est réduite à des éléments concernant les publics participants. Pourtant le projet d'atelier-cuisine peut agir à bien d'autres niveaux : évolution des professionnels, de l'institution, des relations partenariales, impacts sur d'autres projets, sur le territoire, sur l'offre locale... Cette influence positive, contribuant largement à la réussite globale de l'action, est tout aussi intéressante à prendre en compte et à valoriser dans les bilans.

COMMENT EVALUER DES ATELIERS-CUISINE ?

Evaluer, c'est généralement un réflexe à adopter...

De toute évidence, **n'attendez surtout pas la fin des ateliers pour travailler l'évaluation**, sans quoi vous auriez laissé échapper la plupart des données intéressantes ! Alors, procédez par étape.

1. **Préparez votre évaluation avant les ateliers**

Avant la mise en place des séances, consacrez un temps de travail à l'évaluation. Idéalement, organisez une réunion sur le sujet avec tous les acteurs concernés par les ateliers dans le but ensemble de :

- *décider des points importants à évaluer (que veut-on et que peut-on évaluer ?)*
- *trouver les outils qui vous permettront de recueillir des données*
- *définir les missions de chacun dans l'évaluation*
- *arrêter des échéances pour faire des points d'étape et formaliser le bilan*

Etant donné la complexité pour cerner et cibler les points pertinents à évaluer, la tentation est de se caler sur les objectifs généraux du projet ou sur des critères habituels. N'hésitez pas à vous lancer en proposant ce qui vous semble intéressant et en trouvant l'inspiration grâce aux bilans et aux supports de communication réalisés par d'autres. De nombreux exemples sont disponibles sur le net.

2. Consignez régulièrement pendant les ateliers

Exemple 1 : « Extrait d'un compte-rendu de réunion d'équipe préalable à la mise en œuvre des ateliers-cuisine »

Organisation de l'évaluation des ateliers-cuisine :

Les ateliers-cuisine commenceront en juin pour durer tout l'été. Un bilan des actions est demandé par les financeurs fin d'année. En conséquence, l'équipe a décidé ce jour que l'évaluation devra préciser :

- le nombre de séances, les principaux points traités*
- la participation des publics à ces ateliers*
- l'impact des ateliers pour le public bénéficiaire*
- les points ayant soulevé des difficultés ou au contraire les éléments facilitants au déroulement des séances*

Pour ce faire, à l'issue de chaque séance, l'animateur devra remplir une fiche-atelier. (cf. document joint au compte-rendu). Toutes les fiches devront être conservées dans un seul et même classeur, à la manière d'un journal de bord. Il ne faut pas hésiter à y ajouter tout élément qui pourrait être intéressant pour le bilan (ex : photos...). L'équipe se réunira mi-juillet pour faire un point d'étape sur les ateliers puis fin août pour un bilan final.

Lors de ces réunions, nous regarderons ensemble toutes les fiches pour en tirer des conclusions et décider des suites. C'est Catherine, animatrice référente des ateliers, qui sera chargée de rédiger le bilan final d'après ces échanges. Nous relirons et corrigerons ensemble ce rapport qui devra être validé par la direction puis envoyé aux financeurs.

Il est fondamental de prendre le réflexe de noter toutes informations relatives au déroulement de vos ateliers, qu'il s'agisse des points objectifs (date, nombre de participants, points travaillés...) ou de points plus subjectifs voire apparemment « anecdotiques » tels que des observations (évolution des attitudes, changements de réflexes et/ou de comportements...), des réflexions ou commentaires entendus ici et là.

Par ailleurs, n'oubliez pas de questionner les participants en privilégiant l'oral. En effet, le questionnaire remis au participant n'est pas le support le mieux adapté pour les publics en situation de précarité. En effet, il peut mettre en échec certaines personnes en difficulté avec l'écrit et par l'intervention d'une tierce personne pour le remplir, risque de biaiser les réponses, reflétant plutôt la tendance des participants à vouloir faire plaisir ou valoriser le travail de leurs animateurs. Consacrez plutôt un temps spécifique pour faire le point avec les participants, par exemple à l'occasion d'un atelier. Surtout, pensez à vous souvenir des éléments d'information précieux tels que, par exemple, la satisfaction d'avoir refait la recette à la maison, les variantes apportées...

Les paroles, les verbatim des participants rendront vos bilans plus authentiques et vivants ! Laissez donc de la place pour les éléments considérés trop souvent comme mineurs et qui pourtant donnent la parole aux principaux intéressés et révèlent la quintessence des actions. Bien entendu, répertoriez et archivez les revues de presse, photos, illustrations de recettes et tout autre élément qui explicitent et valorisent l'action.

Pour commencer, il est donc indispensable de centraliser au fur et à mesure tous ces éléments, par exemple dans le journal de bord de vos ateliers. Rempli par les intervenants au fur et à mesure des ateliers, il permet de consigner régulièrement les éléments clefs (un exemple de journal de bord est téléchargeable depuis le site de l'IREPS Haute-Normandie : www.ireps-hn.org – rubrique Publications).

Ensuite, il s'agira de faire un travail d'analyse et de synthèse pour obtenir des données exploitables, en sachant que tout n'est pas forcément chiffrable ou quantifiable. D'ailleurs comme le soulignait Einstein « *Ce que vous pouvez compter ne compte pas et vous ne pourrez pas compter ce qui compte...* » (limites des données quantitatives).

Exemple 2 : « Extrait d'un point d'étape réalisé à mi-parcours d'un atelier-cuisine »

Entretien collectif proposé aux bénéficiaires à l'occasion d'un atelier-cuisine.

Pendant que nos plats cuisent, je voudrais prendre 5 min avec vous pour faire le point sur les ateliers-cuisine réalisés. Cela fait maintenant 1 mois et demi que nous nous retrouvons pour cuisiner et j'aimerais vous poser 3 questions :

- 1) Qu'est-ce qui vous plaît dans ces ateliers ? Qu'est-ce que vous appréciez ?*
- 2) Au contraire, qu'est-ce qui ne vous convient pas ? Qu'est-ce qui peut vous gêner ?*
- 3) Enfin, dans votre quotidien, est-ce que ça vous a aidé ? Ces ateliers vous ont-il permis de changé des choses ? Quoi ?*

N'hésitez pas à dire franchement ce que vous pensez, cela nous aidera beaucoup à améliorer les séances.

Peut-être que vous ne penserez pas à tout maintenant, ça n'est pas grave ! Le principal, c'est de pouvoir nous le dire à un moment ou un autre. Vous pourrez en parler une autre fois, à moi ou à un autre animateur.

3. Dresser un bilan à la fin des ateliers

- o *Organisez une réunion, un temps de travail pour faire le point*

Evaluer n'est pas seulement mesurer, c'est aussi analyser ce qu'on a observé pour en tirer des leçons, ajuster la suite ! Il ne s'agit donc pas seulement de consigner et synthétiser des informations, il convient de prendre le temps de les analyser au regard des éléments décidés en amont (cf. 1 : Préparer votre évaluation avant les ateliers).

Selon la définition simple du dictionnaire, « évaluer c'est juger ». Ce qui renvoie nécessairement à une certaine subjectivité dans l'interprétation des données (des « dire » relevés, des attitudes observées...). Le risque serait aussi de « se sentir soi-même jugé » dans son travail. Mais l'évaluation est faite avant tout pour mettre en avant les éléments susceptibles d'éclairer les ateliers (leur déroulement, leurs atouts...) et de comprendre les freins et les leviers, en identifiant le rôle et les responsabilités de chacun des rouages.

Le journal de bord constitue la boîte à trésors des ateliers, à condition de se doter à un moment donné d'un regard extérieur pour estimer à leur juste valeur les points qui pourraient apparaître comme des détails aux personnes impliquées au quotidien dans le projet. Après un travail individuel pour faire ressortir les éléments fondamentaux, un temps d'échange, de réflexion et de synthèse en binôme et/ou équipe s'impose donc !

Exemple 3 : « **Extrait d'un compte-rendu de réunion d'équipe suite à la fin des ateliers** »

Retour sur les fiche-ateliers : L'équipe a lu et discuté des différentes fiches-ateliers remplies à l'issue de chaque séance. Même si pour le bilan, il conviendrait d'approfondir l'exploitation des fiches et des observations mentionnées, au regard des items choisis initialement, un certain nombre d'indicateurs ressortent :

- **le nombre de séances, les principaux points traités** : Il y a eu 8 ateliers au total dont 2 ateliers qui ont fait l'objet d'un repas partagé. Un atelier a été consacré aux courses sur un marché et dans un supermarché (très apprécié). Les ateliers-cuisine ont porté sur les thèmes suivants : les soupes, les desserts aux fruits, « on invite », cuisiner les légumes d'été, les feuilletés, « courgettes, je vous aime ! », crêpe-party, les légumineuses. Même si les thématiques des ateliers ont tous été appréciés, les participants auraient aimé davantage travailler autour des produits proposés à l'épicerie sociale.
- **la participation des publics à ces ateliers** : 6 participants en moyenne à chaque séance (10 participants au total ont participé à une ou plusieurs séances). Il s'agissait uniquement de femmes du quartier fréquentant l'épicerie sociale. Contrairement au public visé initialement, la majorité des participants aimait et savait déjà relativement bien cuisiner. Néanmoins, grâce au bouche à oreille, les participants ont progressivement conquis des connaissances dont le niveau de cuisine était plus faible.
- **l'impact des ateliers pour le public bénéficiaires** : L'impact des ateliers auprès des bénéficiaires se pose à deux niveaux
 - **au niveau culinaire, alimentaire** : La plupart des femmes possédait déjà un certain savoir-faire culinaire. Pour autant, beaucoup ont déclaré que les ateliers leur ont permis de refaire des plats qu'elles ne cuisinaient plus du tout (tendance à une routine monotone en cuisine). La sortie course a vraisemblablement donné de nombreuses astuces pour acheter à moindre coût. D'un point de vue alimentaire, la moitié des participants déclarent manger dorénavant plus varié, en intégrant davantage de crudités (certains n'en mangeaient plus).
 - **en terme de bien-être** : Les publics ont largement signifié que ces ateliers leur ont fait du bien, leur ont permis le temps de l'atelier d'oublier leurs difficultés (« c'est vraiment une bouffée d'air dans mon triste quotidien »). 2 personnes très introverties au début des séances sont maintenant à l'aise avec les autres. Des réseaux d'entraide se sont créés (ex : système de covoiturage pour les courses).
- **les difficultés, les facilités au déroulement des séances** : Dans l'ensemble, les séances se sont déroulées sans grandes difficultés. Un participant a néanmoins manifesté une certaine agressivité que les animateurs ont réussi à travailler progressivement. La personne avait certainement besoin d'être rassurée dans le groupe. Les animateurs ont vivement demandé la nécessité de faire des réunions d'équipe régulières pour échanger sur la vie du groupe et les idées d'action. Un point reste à travailler : l'illustration des recettes (la plupart était écrite, posant une vraie difficulté pour certains participants).

o *Formaliser un bilan écrit*

Différenciez les écrits que l'on donne de ceux que l'on veut garder pour soi. N'oubliez pas que ces bilans sont des traces qui resserviront (à vous, à d'autres) !

Exemple 4 : « Extrait d'un bilan d'ateliers-cuisine »

Sommaire du bilan (remis aux financeurs cet été):

- Page de couverture (reprendre plusieurs photos en atelier, sorties : course, cueillette...)
- Présentation des acteurs : les participants, l'équipe de travail
- Présentation des ateliers : lieux, déroulement, objectifs, thèmes traités, indicateurs de participation
- Points forts de l'action : intérêt/impact/évolution des participants, dynamique générée (sur le quartier, au sein de l'association ...)
- Limites de l'action : objectifs à retravailler, partenaires à solliciter...
- Conclusion et recommandations pour la suite
- Les ateliers-cuisine en bref : 1 page de synthèse du bilan

**BONS ATELIERS,
BONNE EVALUATION !**

Coup de pouce !

Pour vous aider dans l'évaluation de vos actions d'éducation et de promotion de la santé, n'hésitez pas à faire appel aux conseillers méthodologiques du Pôle Régional de Compétences de Haute-Normandie.

Pour en savoir plus, consultez le site :

<http://www.prceps-hn.fr>

Rubrique « axe méthodologique »

