

Byen Dibout : des paniers frais pour une alimentation digne et locale



ALIMENTATION

LIEN SOCIAL

17/06/2025

Goûté et approuvé : des paniers frais pour une alimentation digne et locale

Le jeudi 15 mai, l'équipe du projet Byen Dibout du Secours Catholique de Guyane a organisé une rencontre gourmande avec les 24 familles accompagnées dans le cadre du programme « **Byen Dibout - Paniers frais solidaires 2025 - Alimentation digne** ». Cette activité collective a permis une **dégustation à l'aveugle** autour des produits frais qui composeront les paniers remis chaque mois.

Au menu : **bufflon élevé en Guyane**, cuisiné en soupe, en filets, et en brochettes de cœur grillées, accompagné de **fruits et légumes de saison, d'œufs, de farine et de couac**. Des produits locaux, bio, et issus de circuits courts, savamment préparés par l'équipe de Sœur Marie Agathe (atelier cuisine de l'équipe de Cayenne).

Résultat : un moment convivial, riche en saveurs, et **un panier validé à l'unanimité par les familles**.

« Je n'ai jamais reçu de légumes et de viande aussi frais. Ça va vraiment m'aider à mieux manger avec mes enfants », confie une participante.

Un programme pour renforcer l'autonomie alimentaire et sociale

Byen Dibout, qui signifie « Bien ancrée dans la vie » en créole guyanais, est un programme d'accompagnement destiné à **24 familles en situation de précarité** (8 à Cayenne, 8 à Matoury, 8 à Saint-Laurent-du-Maroni), sur une durée de **six mois** minimum.

Depuis le 5 juin, chaque famille bénéficie chaque mois :

- d'un **panier alimentaire de produits frais** (fruits et légumes, viande ou œufs),

- de **bons d'achat en magasin**,
- et d'au moins cinq types d'**ateliers collectifs** :
 - Initiation au français,
 - Utilisation du numérique (téléphone, e-mail),
 - Cuisine familiale et alimentation saine,
 - Suivi scolaire Parents/Enfants et communication,
 - Couture.

Un **questionnaire de positionnement** a été mené en amont pour mieux adapter l'accompagnement à chaque foyer. L'objectif du programme est clair : **renforcer l'autonomie alimentaire et sociale des familles**, tout en favorisant le lien, la participation et la montée en compétences.

Une dynamique collective

Ce projet ne pourrait voir le jour sans l'engagement **d'une douzaine de bénévoles**, mobilisés pour la **logistique, l'animation des ateliers et la coordination des distributions**. Une organisation fluide rendue possible grâce à la création de groupes WhatsApp et à un planning précis partagé avec les familles.

« Je suis contente d'être utile. Les familles sont motivées, et on sent que ce qu'on fait a du sens », témoigne une bénévole investie dans le projet.

Un grand merci à notre partenaire BIO SAVANE, qui a généreusement offert la viande de bufflon pour cette dégustation.

Une alimentation plus juste, plus locale, plus humaine

À travers Byen Dibout, le Secours Catholique de Guyane réaffirme son engagement en faveur d'une **alimentation digne**, accessible, et respectueuse des ressources locales. **Car bien se nourrir, ce n'est pas un luxe, c'est un droit.**

Même s'il est de petite envergure, **il s'agit du premier projet du territoire permettant : un réel accès digne à une alimentation saine et durable** aux personnes les plus vulnérables et, une **rémunération juste aux petits producteurs locaux.**

Au-delà, le projet a pour but de permettre à ces femmes, de **réaliser un projet personnel générateur de revenus.**

Ainsi, les épargnes (réalisées sur le volet de leur budget alimentation) complétées par une aide financière **leur permettront de se former, pour trouver un emploi, d'acheter du matériel**, ou un fond de roulement pour créer une micro activité commerciale.

Pour garantir leur suivi, une douzaine de bénévoles assureront, des rdv d'accompagnement et des activités obligatoires et facultatives. **Parmi eux, 1/3 sont eux-mêmes issus de la pauvreté.**

Pour soutenir ce projet ou vous engager aux côtés de nos bénévoles, n'hésitez pas à nous contacter !

Nathalie C-R, Alice

<https://guyane.secours-catholique.org/notre-actualite/byen-dibout-des-paniers-frais-pour-une-alimentation-digne-et-locale>