



L'ENGAGEMENT CITOYEN EN AMAP

LE COMPRENDRE, LE VALORISER, LE STIMULER!

AVRIL 2025



L'AMAP : un lieu qui nous change



L'engagement en AMAP vu par les 3 co-président.e.s de la Tricastine

“A titre personnel, mon adhésion, dès sa création, à notre amap Tricastine m’a permis de passer enfin du stade passif de consommateur critique à celui plus participatif de consomm’acteur. Avec des gains immédiats : manger sain et bon ; manger et faire travailler local ; assurer revenus et solidarité aux paysans ; montrer à ses détracteurs que l’agriculture paysanne fonctionne. Ensuite, les rencontres et les échanges avec nos paysans m’ont amené à m’engager plus globalement, dans le mouvement amapien, mais aussi au-delà de celui-ci. Développer, coordonner, renouveler d’un côté. Informer, expliquer, convaincre, de l’autre. Bref militer.

Pas de regret, mais un constat : notre mouvement n’arrive pas à essaimer plus largement. Depuis 2009, notre amap Tricastine marche du tonnerre de Dieu, mais ... pas de créations d’autres amap dans notre Communauté de Communes Drôme sud Provence. Bon an, mal an, ce sont 70 à 80 foyers qui adhèrent à notre association, soit 150 à 200 personnes concernées. A comparer avec les 42 000 habitants de la Communauté. Une goutte d’eau. A quand le tsunami ?” · Christian





“Après la naissance de mes enfants (17 et 20 ans), j’ai rejoint une AMAP varoise pour manger plus sain et parce que je militais pour le commerce équitable. En arrivant à Pierrelatte, j’ai adhéré à l’AMAP la Tricastine où j’ai reçu un très bon accueil et rencontré une équipe dynamique. Toutes ces années, j’ai participé aux distributions et aux AG puis j’ai fait un peu plus, à mon rythme, jusqu’à être aujourd’hui co-tutrice d’un contrat que j’ai proposé et aidé à mettre en place (légumineuses), membre du CA et même tout récemment co-présidente.

(Plus jeune, je n’avais ni le temps ni le sentiment de légitimité pour prendre ce genre de poste)” · Karine

“Alors pour moi au départ manger des légumes c’était déjà un engagement mais les avis semblaient converger : « c’était bon pour la santé ». En revanche manger toutes sortes de légumes locaux et de saison c’était mettre la barre très haut, surtout l’hiver. Mais cela ne pouvait plus durer ! Les légumes du supermarché venaient souvent de loin et manquaient de saveur, l’utilisation des pesticides bousillait la planète et les paysans disparaissaient, nous rendant trop dépendants de l’industrie agro-alimentaire. Alors quand j’ai appris qu’une AMAP se montait dans ma ville je n’ai pas hésité, je me suis inscrite et j’ai découvert des citoyens et des paysans motivés pour créer quelque chose d’engagé certes mais aussi plein de convivialité et de solidarité, le top ! Bémol l’AMAP a 16 ans on consomme toujours des pesticides, la planète ne va pas mieux et il y a encore moins de paysans, mais nous ne baisserons pas les bras car le modèle AMAP a montré sa solidité pendant les crises et de nouveaux projets porteurs d’espoir émergent comme la sécurité sociale de l’alimentation” · Christine



Sommaire



L'engagement citoyen en AMAP

Le comprendre, le valoriser, le stimuler !

Introduction : pourquoi cette étude ?

3

Partie 1 : le résultat de l'enquête

Pas une, mais des façons de s'engager en AMAP !

a. C'est quoi, s'engager en AMAP ?

5

b. Pourquoi s'engager dans une AMAP ?

9

c. L'AMAP, un lieu où l'on devient militant ?

13

Partie 2 : recommandations

Accompagner les amapiens et amapiennes à s'engager au-delà du panier

Outils et astuces

a. Soigner l'accueil des amapiens et amapiennes

29

b. Développer le pouvoir d'agir citoyen des amapiens et amapiennes

33

c. Créer une ambiance conviviale et inclusive

41

d. Susciter un engagement adapté à chacun

43





Note sur la rédaction :

Dans un souci de fluidité et de lisibilité, nous avons fait le choix d'utiliser le masculin générique tout au long de ce guide plutôt que l'écriture inclusive. Cette convention grammaticale permet d'alléger le texte et d'en faciliter la lecture. Il est entendu que le masculin employé inclut systématiquement tous les genres. Ce choix purement stylistique ne reflète aucune volonté d'exclusion : ce guide s'adresse à toutes et tous de manière égale, dans le respect des valeurs d'inclusivité.

Introduction :

pourquoi cette étude ?

Depuis ses débuts, le Mouvement des AMAP est traversé par des questions sur l'**engagement bénévole de ses membres** : « Comment encourager les amapiens et amapiennes à s'engager au-delà de la récupération du panier ? », « Existe-t-il des profils « plutôt consommateurs » et d'autres « plutôt militants » ? », « Comment faire pour que l'AMAP soit plus qu'un lieu de consommation ? » Est-ce que l'AMAP est vraiment un lieu d'éducation populaire comme l'annonce la Charte des AMAP ? » ...

En 2024, afin d'apporter des éléments de réponse à toutes ces questions, Marianne Héritier, étudiante en M2 d'agriculture et agroécologie à Toulouse, et en stage pour le Réseau AMAP AURA et l'INRAE, a mené l'enquête auprès d'amapiens et amapiennes de Saint-Paul-Trois-Châteaux (26) et de Lyon (69). Son travail a également permis **d'identifier ce qui facilite ou limite les différentes formes d'implication** des membres des AMAP.

Ce livret est le fruit de son travail et vous propose une synthèse des résultats de son enquête et des recommandations pour **« donner de l'élan » à votre AMAP !**

Méthodologie

L'enquête a été réalisée entre mars et août 2024. Elle est issue d'un partenariat entre l'INRAE et le Réseau AMAP AURA dans le cadre du projet TRAACT porté par l'INRAE.

Des entretiens ont été menés auprès de 28 amapiens et amapiennes issus de deux AMAP différentes (dans une petite ville de la Drôme, et dans Lyon ; les 2 AMAP comptent entre 60 et 90 membres ; ce sont des AMAP de plus de 15 ans).

Les personnes ont été invitées à retracer leur parcours en AMAP. L'objectif était d'obtenir des témoignages variés pour avoir une idée de la diversité des expériences amapiennes, et d'identifier des leviers pour faciliter l'implication. Parmi les personnes interrogées, il y avait des membres fondateurs des AMAP, des membres de conseil d'administration ou « collectif », et des amapiens sans rôle particulier.



Toutes les références bibliographiques citées dans ce livret sont accessibles dans le mémoire de Marianne Héritier : www.amap-aura.org/lengagement-citoyen-en-amap



Pas une, mais des façons de s'engager en AMAP !

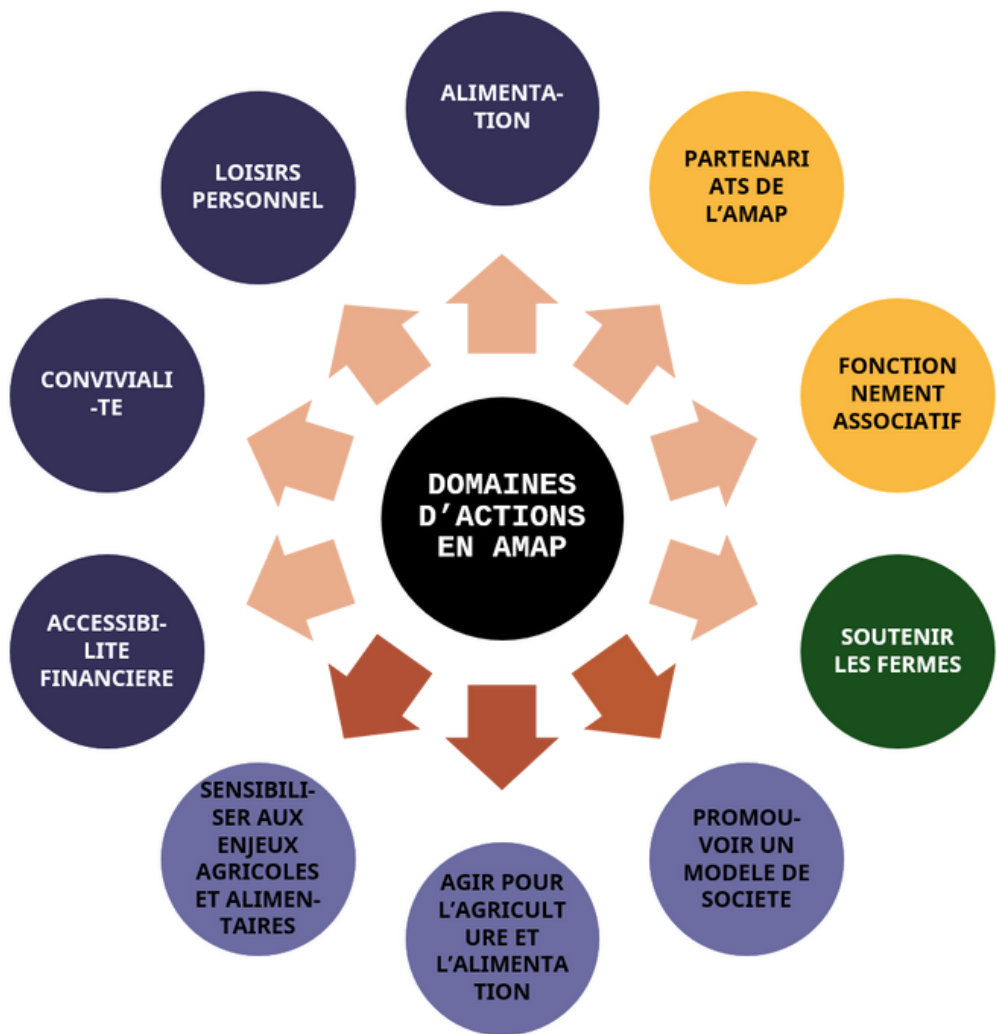
A première vue, les membres des AMAP semblent former un groupe homogène, avec des habitudes alimentaires similaires. Ils aiment acheter leur nourriture en circuits courts, que ce soit sur des marchés ou dans des magasins de producteurs. Ils cuisinent des produits frais et achètent et mangent en bio régulièrement, voire systématiquement. Les membres des AMAP partagent ce capital culturel commun. Cependant, en menant l'enquête, l'on se rend compte qu'au-delà des habitudes communes, les façons de s'engager en AMAP et les motivations pour le faire sont très variées.

1 C'est quoi, s'engager en AMAP ?

Au cours de son enquête, Marianne référence 10 domaines d'action (les 10 cercles de couleurs ci-contre) dans les AMAP correspondant à des façons de s'engager des bénévoles.

Les flèches beiges indiquent les actions ayant un impact interne à l'AMAP (sur les membres de l'AMAP en violet, sur le fonctionnement de l'AMAP en jaune, sur les fermes partenaires en vert).

Les flèches marron indiquent, quant à elles, les actions ayant un impact sur la société en général et sur le système agricole et alimentaire.



Evidemment, tous les membres des AMAP n'agissent pas dans ces 10 domaines, mais tous contribuent à plus d'un seul. Toutefois, même un « amapien lambda », souvent taxé d'être un simple « consommateur », parce qu'il ne semble que consommer son panier, va déjà agir dans plusieurs domaines.

Quelques exemples concrets

En souscrivant un contrat avec le maraîcher de l'AMAP, Marie bénéficie du panier de légumes (bulle « alimentation »), et soutient le paysan de l'AMAP (bulle « soutenir les producteurs de l'AMAP »). Enfin, en participant à une permanence dans le semestre, elle contribue au «fonctionnement associatif».



Des amapiens et amapiennes vont s'engager dans la gestion de l'association, pour participer à son bon fonctionnement en assurant les rôles tels que président, référent des paysans et paysannes, trésorier, membres du collectif... Ils cumulent alors de nouvelles formes d'engagement.

Sylvain, lui est amapien et référent du contrat pain : comme Marie, il a souscrit un contrat, il soutient un paysan, mais il participe également à assurer le partenariat AMAP et le fonctionnement associatif.

Certains amapiens vont également s'impliquer en tant que membres de l'AMAP « au-delà de l'AMAP » en la représentant (flèche marron) : organiser des événements pour sensibiliser sur l'agriculture et l'alimentation, manifester contre l'accaparement des terres agricoles, parler de l'AMAP dans de nouveaux cercles pour diffuser l'éthique du modèle AMAP...

Louisa, a signé des contrats avec trois fermes de l'AMAP, n'a pas le temps de s'impliquer dans le collectif et la gestion de l'AMAP, mais participe aux ciné-débats proposés par l'AMAP, et fait intervenir des membres de l'AMAP auprès de ses élèves. Elle agit donc dans les domaines « alimentation », « soutien des fermes », « sensibiliser aux enjeux », « promouvoir un autre modèle de société ». Enfin, Marie, Sylvain et Louisa se croisent chaque semaine à l'AMAP, papotent 5 minutes pendant la livraison, se donnent des nouvelles. Ils participent ainsi à « la convivialité » de l'AMAP.

Ainsi, chaque amapien et amapienne contribue à la vie de l'AMAP par des actions diverses.

Tout engagement en AMAP est en fait multiple, et dans tous les cas très utile !



2 Pourquoi s'engager dans une AMAP ?

Les motivations individuelles et collectives

L'AMAP est un objet hybride : c'est à la fois un lieu de consommation et une association de défense d'un modèle d'agriculture et d'alimentation. Par conséquent, les gens s'y engagent, y restent, y mènent des actions pour des raisons variées... Voici une synthèse des motivations individuelles et collectives des personnes s'engageant dans les AMAP (une à plusieurs motivations sont évoquées selon les personnes interrogées) :

Motivations collectives, bénéfices sociétaux

- Promouvoir un modèle agricole et alimentaire vertueux : une agriculture locale et souveraine, de qualité et saine, respectueuse de l'environnement, éthique envers les paysans et paysannes, les mangeurs et mangeuses, et les animaux
- Promouvoir le collectif : valoriser le fait de participer à un réseau de réciprocité, où les logiques de solidarité et du fonctionnement en collectif remplacent celle du profit individuel.

Motivations individuelles, bénéfices personnels

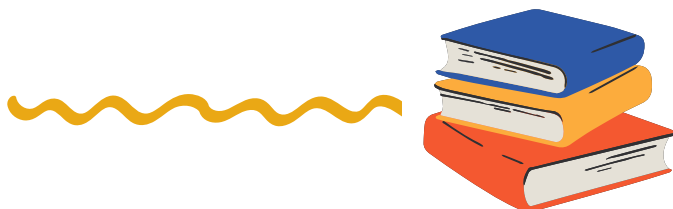
- Alimentation de qualité : avoir accès à une alimentation qui nous convient, en termes de santé, de qualité gustative, de prix, ou parce qu'elle procure un sentiment de connexion à la nature, au territoire, et aux paysans et paysannes
- Praticité d'achat : pouvoir se procurer son alimentation dans un système pratique (charge mentale moindre, lieu et horaires arrangeants, régularité)
- Lien social, convivialité : apprécier le contact humain et le sentiment d'appartenance à un groupe, se créer des amitiés
- Apprendre, découvrir, expérimenter : apprécier découvrir de nouveaux légumes et apprendre sur le fonctionnement associatif, la production de nourriture, et le monde paysan
- Être acteur : sentiment de joie ou de satisfaction du fait de pouvoir agir sur le monde qui nous entoure, que ce soit en participant à un projet auto-géré autour de sa propre alimentation, ou en ayant un impact sur une cause sociétale qui nous parle
- Loisirs : profiter d'événements organisés par l'AMAP lors de sorties en familles, apprécier être au vert

Un engagement qui évolue

La motivation ne préjuge pas de l'engagement. Venir pour une motivation personnelle ne signifie pas forcément un faible investissement. Certains amapiens viennent d'abord en AMAP pour consommer un panier, et s'engagent ensuite dans la gestion de l'AMAP (CA, référent...), par exemple, parce qu'ils veulent soutenir ce lieu de consommation.

De la même façon, avoir une motivation collective ne signifie pas forcément agir « au-delà du panier ». Certains amapiens affirment être en AMAP pour défendre un type d'agriculture et d'alimentation, tout en se limitant à souscrire à un contrat.

Enfin, les amapiens et amapiennes ont des niveaux de connaissance des systèmes agricoles et alimentaires variés. Certains pourraient agir s'ils étaient plus informés, s'ils étaient conscients des besoins, s'ils se sentaient légitimes.





L'enquête montre qu'il n'y a pas de profils homogènes en AMAP, les motivations et les formes d'engagement des membres sont plurielles et elles évoluent.

L'engagement en AMAP n'est pas figé ; au contraire, il évolue au cours du temps ! Et il peut être renforcé par des processus inhérents au fait d'être en AMAP. Ainsi, non seulement les amapiens influencent l'AMAP par leur implication, mais l'AMAP est capable, selon ses dispositifs, d'influencer les amapiens et de renforcer leur engagement !



3 L'AMAP, un lieu où l'on devient militant ?

Le 4ème principe de la charte des AMAP

« Une participation active dans une démarche d'éducation populaire ».

L'AMAP a pour vocation d'être un espace où des personnes, par la rencontre, l'échange, le partage des savoirs et savoir-faire, se co-éduquent, s'approprient les enjeux alimentaires, agricoles et démocratiques, et gagnent en pouvoir d'agir. En effet, lors de son enquête, Marianne a constaté que les formes d'engagement des personnes dans les AMAP évoluaient au cours du temps.



Alors, est-ce que l'AMAP
tient ses promesses
d'éducation populaire ?



Le lien social dans l'AMAP comme moteur du changement

Une caractéristique très forte de l'AMAP, c'est le lien social qui se tisse, semaine après semaine, au gré des échanges et des rencontres, entre les membres de l'AMAP, et avec les paysans et paysannes partenaires. Ces liens inter-personnels participent au renforcement de l'engagement des personnes qui trouvent une motivation supplémentaire dans le partage et la convivialité. Ce lien social favorise le fait de se sentir engagé vis-à-vis du groupe, et de maintenir sa participation dans le temps par volonté de soutenir les personnes et les actions qu'elles portent.

Le lien social est aussi un catalyseur de la transmission d'informations. De nombreuses personnes indiquent avoir appris ou pris conscience des choses en échangeant avec d'autres personnes, que ce soient des paysans et paysannes ou d'autres amapiens et amapiennes. Ainsi, ce lien renforce des motivations plus collectives, pour changer de modèle agricole et alimentaire et transformer notre façon de faire société.

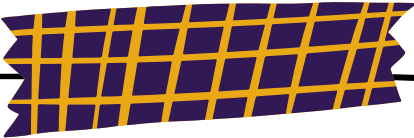
L'intégralité de la Charte du Mouvement des AMAP
<https://s.42l.fr/charte-des-amap>



b. Dans l'AMAP, les personnes développent leurs motivations collectives

La plupart des personnes rencontrées témoignent avoir développé leur compréhension des enjeux et du sens de l'engagement après être entrées dans l'AMAP, et a fortiori, après s'être investies dans le conseil d'administration ou collectif.

Cela étaye la théorie selon laquelle l'implication en AMAP permet de développer des motivations collectives. Cela passe par deux choses :

- 
- Percevoir un nouveau modèle (d'agriculture et d'alimentation) qui semble désirable, et qu'un changement est nécessaire (« je veux »). Cela passe par identifier et comprendre une problématique.
 - Savoir comment agir pour promouvoir ce modèle (« je peux »). Pour cela, il faut identifier des solutions qui répondent au problème, puis sentir que l'on a le temps, les moyens, les compétences et la légitimité pour les mettre en place. Il est également important de sentir que l'on peut s'attendre à un résultat satisfaisant, donc que l'action est efficace (sentiment d'auto-efficacité).

Vouloir et pouvoir, les deux
clés du passage à l'action.

Ces forces sont toutes les
deux nécessaires pour avoir
l'énergie d'agir.



L'AMAP, lieu d'éducation populaire et d'augmentation du pouvoir d'agir

Les amapiens et amapiennes développent des motivations collectives en apprenant sur des enjeux sociétaux (notamment autour de l'agriculture et de l'alimentation), en se rendant compte qu'ils peuvent les influencer et en se les appropriant.

L'AMAP est donc un lieu d'augmentation du pouvoir d'agir citoyen.

Définition du pouvoir d'agir citoyen

L'amélioration de la capacité concrète des individus à identifier eux-mêmes des problématiques, à mettre en place des actions pour y répondre, et à peser sur les décisions qui les concernent.

L'augmentation du pouvoir d'agir et le développement de motivations collectives attendus en AMAP passent par des processus caractéristiques de l'éducation populaire, qui vise l'émancipation individuelle et collective des individus via la non-séparation des personnes qui font, réfléchissent et décident.

Dans l'idéal dans les AMAP

- D'abord, les amapiens apprennent sur les enjeux des systèmes agricoles et alimentaires et prennent conscience de la façon dont ils peuvent les influencer en « s'éduquant ensemble ». Loin d'une transmission descendante d'informations, l'éducation est une pratique sociale qui passe par la rencontre et l'échange hors de toute approche standardisée.
- Ensuite, au-delà d'une simple transmission d'informations, être amapien permet de vivre concrètement les enjeux des systèmes agricoles et alimentaires et donc de se les approprier. Cela se manifeste en côtoyant des paysans et paysannes qui en sont une illustration concrète, et par le fait d'en être partie prenante en « faisant » plus que de s'alimenter.
- Enfin, le mode de gouvernance horizontale de l'AMAP permet idéalement à chacun de participer aux prises de décisions, y compris les personnes n'ayant pas ou peu de connaissances préalables sur l'agriculture. Cela favorise l'appropriation des enjeux par tous et toutes en stimulant les réflexions pour trouver des solutions à des problèmes concrets.

L'augmentation du pouvoir d'agir et le développement de motivations collectives peut concerner tout le monde en AMAP, qu'on s'engage déjà au départ par militantisme ou davantage pour consommer !

Les témoignages soulignent le caractère progressif de la conscientisation d'enjeux et du développement de la capacité d'agir : ça prend du temps !



d. Des profils « consommateurs » : une opportunité pour l'AMAP ?

Par son caractère hybride, l'association attire aussi des profils qui ne sont pas forcément portés par l'envie de défendre l'agriculture paysanne, mais souhaitent au départ des produits frais, locaux, biologiques. L'AMAP va permettre à certains d'entre eux de développer des motivations collectives voire d'aller au-delà de l'antagonisme perçu entre les mondes des « militants » et « non-militants ». Pour ces personnes, l'AMAP agit donc comme la **porte d'entrée vers une implication militante** qui peut se décliner dans d'autres engagements, personnels ou collectifs, en dehors de l'AMAP ! De ce point de vue, le fait d'attirer des profils de « consommateurs », ne serait-il pas une force supplémentaire dans la défense du modèle de l'agriculture paysanne ?



Les entretiens réalisés montrent l'importance de «prendre les gens là où ils sont », de s'accompagner les uns les autres, ne pas négliger les personnes parce qu'elles semblent « peu impliquées », au contraire. Ces amapiens et amapiennes sont parfois devenus très impliqués quand ils ont eu accès aux informations nécessaires et ont eu les clés pour agir.

e• L'implication favorise l'implication

Marianne remarque que plus l'on s'implique ou l'on diversifie ses actions en AMAP, plus on a de chances de bénéficier du lien social ou de développer des motivations collectives.

S'impliquer au CA semble être une voie privilégiée pour bénéficier de ces processus. D'abord, cela augmente les occasions de créer du lien.



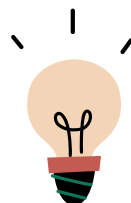
Ensuite, cela facilite l'accès aux leviers de l'éducation populaire : cela donne plus d'opportunités de discuter avec les paysans et paysannes, ou d'autres amapiens et amapiennes, et cela amène à participer aux prises de décisions et à s'appropriier les enjeux. Enfin, être au CA peut offrir un meilleur accès à certaines informations. Par exemple, plusieurs personnes ont témoigné avoir découvert la diversité des actions de l'AMAP, comme les prêts ponctuels aux producteurs ou les paniers solidaires, en entrant au CA. Cependant, l'entrée au CA, bien que facilitante, n'est pas nécessaire pour bénéficier de ces processus, selon ce que l'AMAP met en place, et ce, peu importe d'où l'on commence.

L'effet auto-renforçant de l'implication qui favorise l'implication est exponentiel. Par exemple, plus on connaît de choses sur l'agriculture, plus il est aisé d'en apprendre davantage sur le sujet et donc de renforcer son engagement : il est plus facile de lancer une conversation avec les paysans et paysannes, et de mettre en perspective ce qu'ils expliquent sur leurs pratiques ou les aléas qu'ils rencontrent. C'est la même chose avec le lien social : plus l'on est intégré dans un groupe, plus il est facile de connaître d'autres personnes.

L'enjeu est alors d'entrer dans ce cercle vertueux. Pour cela, face aux représentations d'un fonctionnement contraignant, aux appréhensions liées à la lourdeur d'une tâche, ou à la mauvaise compréhension du fonctionnement de l'AMAP et de sa portée sociétale, se faire inviter personnellement peut être un élément déclencheur pour sauter le pas.



Retrouvez tous les outils et astuces
pour dynamiser l'engagement en AMAP
Page 25 de ce livre
Rubrique "Outils et Astuces"



f. Le passage au collectif, ce n'est pas automatique

Les raisons

- La disponibilité : Il peut exister un dilemme fort important contraintes personnelles et envie de soutenir une cause.
- La personnalité : les efforts que demandent une action sont subjectifs : par exemple, selon les personnalités, et les compétences, une même responsabilité peut sembler facile à endosser ou source d'un stress important ou impossible à tenir dans la durée.
- Le sentiment d'illégitimité et le manque d'informations : il existe aussi des amapiens et amapiennes qui ne s'impliquent pas au-delà du panier malgré le fait qu'ils en aient l'envie, le temps et l'énergie. Certains ne comprennent pas exactement le fonctionnement de l'AMAP (par exemple, comment sont réparties les tâches, les rôles) et ne savent donc pas où ils pourraient avoir leur place. D'autres rapportent une impression d'illégitimité à s'introduire dans quelque chose qui ne semble pas leur appartenir, d'autant plus lorsque les membres investis semblent se connaître de longue date et former un noyau dur.



Mais alors, comment faire pour permettre à tous les amapiens et amapiennes d'entrer dans ce cercle vertueux de l'engagement ?

Comment s'assurer que les processus d'éducation populaire sont bien à l'œuvre dans l'AMAP ? Qu'est ce qui les favorise ?

Comment s'assurer que tout un chacun ait accès aux informations et aux moyens d'actions pour pouvoir, au moment utile ou souhaité, s'impliquer et prendre part aux actions de l'AMAP ?



Accompagner les amapiens et amapiennes à s'engager au-delà du panier

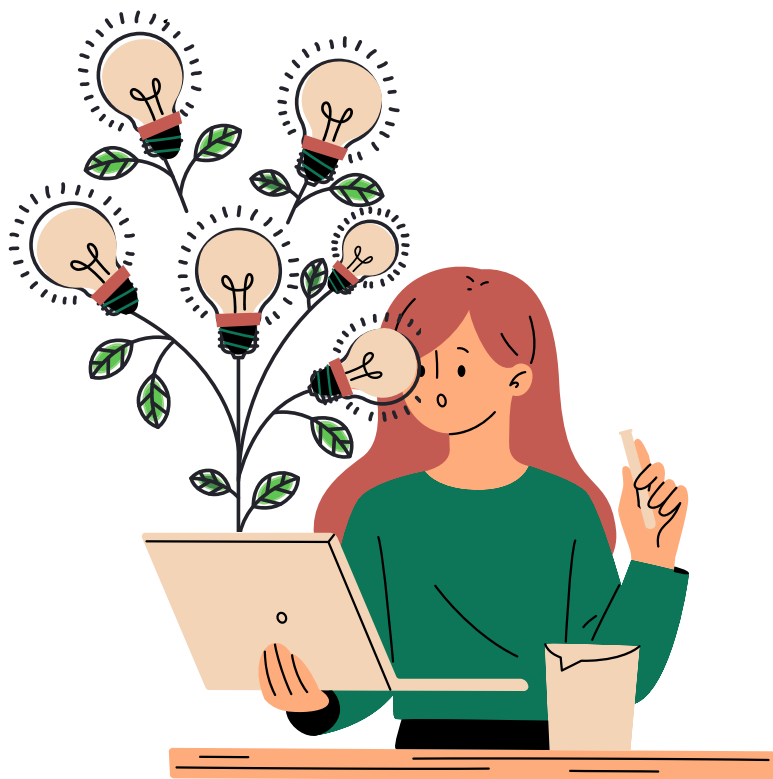


Outils et astuces



L'enquête met en évidence deux forces distinctes à l'œuvre derrière un engagement : l'envie de participer et la volonté de soutenir.

- L'envie de participer est liée au plaisir personnel : elle résulte de la satisfaction ou de la joie ressentie du fait de mener l'action.
- La volonté de soutenir découle d'un sentiment de devoir ou de nécessité. Elle apparaît soit par fidélité, soit lorsqu'un besoin est mis en évidence et qu'on ressent une certaine urgence à agir.



En psychologie

Cela rejoint les quatre composantes identifiées en psychologie pour expliquer la capacité à s'engager. D'abord, l'envie de participer est divisée en deux éléments essentiels :

1· Un élément affectif, l'intérêt (ou enthousiasme) ressenti envers un objet d'engagement, qui se rapporte à l'attirance et au plaisir suscité (« je veux »)

2· Un élément activateur, la compétence perçue de pouvoir atteindre les buts associés à ces intérêts, qui permet la mobilisation de l'énergie nécessaire pour s'engager (« je peux »)

Quant à la volonté de soutenir, elle se rapporte aux deux éléments suivants :

3· Un élément comportemental, la persévérance, qui se réfère au maintien d'une ligne d'action malgré les obstacles rencontrés (par exemple, la capacité à finir une tâche malgré la pression d'une surcharge de choses à faire) pour être en cohérence avec ses actions passées et se conformer aux normes internes et sociales perçues (« je dois »)

4· Un élément cognitif, la réconciliation mentale des aspects positifs et négatifs, qui se rapporte à l'acceptation consciente que les coûts d'un engagement (en temps, en énergie, en argent...) sont nécessaires à la jouissance de ses bénéfices (« il faut en passer par là »)

Loin d'être une faiblesse uniquement génératrice de tensions, la présence de profils « plutôt consommateurs » est donc une opportunité. L'enjeu est alors de réussir à impliquer une grande diversité de personnes, et pas uniquement celles qui sont déjà le plus convaincues par les causes que l'AMAP défend.

Ce livret présente les principales recommandations sous la forme d'une série de suggestions à mettre en place en AMAP pour encourager l'implication de profils divers. Il est organisé autour de quatre axes complémentaires



1

Soigner l'accueil des amapiens et amapiennes

Dans une AMAP, les personnes vont et viennent, parfois quittent l'AMAP (déménagement, changement d'occupation...). Il est donc important de savoir accueillir les nouveaux membres pour qu'ils se sentent bien, et puissent s'impliquer comme ils le souhaitent.

a

Donner envie !

L'AMAP est souvent un système mal compris, que ce soit parce qu'il apparaît comme très contraignant personnellement, ou parce que la dimension militante n'apparaît pas suffisamment derrière celle du lieu de consommation. Outre des arguments concrets, l'image générale que renvoie l'AMAP peut faciliter ou freiner l'engagement. La nature hybride de l'AMAP (lieu de consommation et de militantisme) est une force à assumer pour donner envie.



Astuces

- Communiquer sur les bénéfices sociétaux en soulignant les raisons pour lesquelles l'AMAP va plus loin dans le soutien de l'agriculture paysanne que les marchés ou les paniers de paysan.ne.s sans engagement
- Communiquer également sur les bénéfices personnels qui peuvent être obtenus du système AMAP, en appuyant sur la dimension ludique ou de réduction de la charge mentale de ne pas choisir ses légumes, en mettant en valeur l'ensemble des produits qu'on trouve en AMAP au-delà des légumes, en réalisant une étude de comparatif de prix...
- Appuyer sur la convivialité des livraisons
- Donner une image de modernité, en soignant le design du site internet par exemple

« Je crois que vouloir être heureux sans contraintes, c'était un peu un rêve qu'on a eu. Et pour des jeunes générations comme toi, par exemple... [...] Putain, c'est pas marrant [l'AMAP]. C'est pas sexy. Il y a un truc. Tu te dis, tu vas à Monoprix c'est Disneyland. Ce qui serait passionnant dans le cadre de l'AMAP, ce serait de réfléchir à comment on peut défendre des valeurs de soutenabilité, et en même temps de modernité. »



b

Assurer une bonne intégration pour favoriser l'implication

« Oui, j'ai participé aux pots, certes, mais c'est pareil [...] Vous savez, quand vous connaissez personne, que... Bon, vous essayez bien de parler à l'un ou à l'autre, mais bon, ça tourne vite court. Donc, c'était pas évident, je trouve. »



« A l'époque, j'aurais apprécié qu'il y ait un trombinoscope, quelque chose, ça m'aurait aidé, moi, personnellement, pour dire "Lui, c'est lui, lui, c'est lui." Parce que lui, il a telle casquette, mais on sait pas à quoi il ressemble, en fait. Donc, c'est un peu une espèce de jeu de piste, au début. »

Exemple de livret d'accueil :

<https://amap-aura.org/accueillir-un-nouvel-amapien/>



Pour permettre à chacun de se sentir à l'aise, condition indispensable pour l'engagement dans la durée et au-delà du panier, l'accueil d'un nouvel arrivant repose sur plusieurs dimensions :

- Expliquer l'action et les impacts de l'AMAP au-delà du lieu de consommation (donner du sens)
- Présenter le fonctionnement de l'association (qui sont les personnes ressources, comment les tâches sont réparties, comment sont prises les décisions) pour qu'il puisse savoir vers qui se tourner en cas de besoin, ou comment s'impliquer
- Recevoir de façon personnalisée pour faciliter l'intégration dans le cercle social, ce qui peut être particulièrement utile, pour les personnes qui ne connaissent pas déjà quelqu'un.



Astuces

- Distribuer un livret d'accueil aux nouveaux membres
- Faire un trombinoscope pour expliquer qui fait quoi
- Faire une réunion d'accueil pour les nouveaux membres
- Formaliser un rôle de référent accueil, un parrainage pour les nouveaux membres

2

Développer le pouvoir d'agir citoyen des amapiens et amapiennes

a

Expliquer à tous et toutes pourquoi et comment agir

Pour avoir envie d'agir pour une cause, il faut à la fois comprendre pourquoi un modèle, comme l'agriculture paysanne, est désirable, et comprendre comment agir. Sur ce point, expliquer précisément l'impact de son action, comme le fait d'être en AMAP, permet de donner du sens à son engagement.



Malgré des habitudes alimentaires qui semblent similaires, les profils amapiens sont variés. L'AMAP est un lieu hybride qui regroupe des individus aux motivations diverses, et dont les connaissances sur les modèles d'agriculture et d'alimentation sont très hétérogènes. De plus, la conscientisation d'une problématique est un processus progressif. Être déjà sensible à un sujet, y compris lorsque l'on agit déjà en fonction, ne signifie pas en comprendre toutes les facettes ou être capable de l'expliquer à d'autres personnes. Ainsi, loin de prêcher à des convaincus, il est très utile de **continuer à sensibiliser aux enjeux des systèmes agricoles et alimentaires en AMAP.**



« Il y a un monde entre ceux qui sont déjà sensibilisés, et pour qui du coup, ça coule de source, et ceux qui sont pas sensibilisés, et qui du coup, ne comprennent pas le problème. »



b

Transmettre de personne à personne

Le lien social est un catalyseur de la transmission d'informations. De nombreuses personnes indiquent avoir appris ou pris conscience des choses en échangeant avec d'autres personnes, que ce soient des paysans ou d'autres amapiens. Les paysans et paysannes en particulier sont des personnes bien placées pour sensibiliser aux enjeux des systèmes agricoles et alimentaires, que ce soit en termes de connaissances ou parce qu'ils sont une illustration concrète de ce qu'ils disent. S'appuyer sur eux est un levier fort.



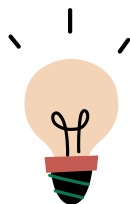
« Ils nous ont transmis ça. Nous, maintenant, c'est nous qui transmettons aux autres, pour nous, qu'ils sauront expliquer pourquoi il y a tel problème, comment il faut faire, etc. »

« Et c'est la première fois de ma vie que j'ai rencontré des paysans, en rentrant à l'AMAP. En ayant vraiment un contact avec eux, en voyant leurs difficultés. »



Astuces

- Faire un parrainage, accueillir personnellement
- Prévoir des espaces d'échanges, par exemple en réfléchissant à la disposition du lieu de livraison pour que les personnes qui le souhaitent puissent s'arrêter et discuter
- Permettre aux paysans et paysannes d'être pleinement disponibles pour discuter lors des livraisons, en faisant en sorte que l'ensemble des tâches opérationnelles soient assuré par des amapiens et amapiennes.
- Prévoir des moments conviviaux (pots, visites...)
- Faire ensemble (tenir des permanences à plusieurs, organiser des apéros, coup de main à la ferme...)



« Les gens, ils participent, donc ils font... Ils se sentent plus appartenir à... Moi, je pense vachement au travail qui relie, tout ça. Je crois que c'est vraiment très important »

C

Rendre les choses concrètes

Montrer régulièrement l'impact concret de son action permet aussi aux personnes qui donnent déjà du sens militant à être en AMAP de continuer à vivre le projet derrière la consommation, et de renforcer leur engagement dans le temps.



« A un moment donné, [...] c'était le moment où les prix montaient particulièrement, [...] Du coup, on a reçu un texto [du maraîcher] qui nous disait "bon, le gasoil est en train d'exploser, mais je viens de pas très loin, donc je pourrais faire face à la hausse. Le plastique, ça monte, mais j'en n'utilise pas. Les intrants chimiques montent, mais moi, j'en n'utilise pas, donc mes prix ne changent pas." C'était un texto qui faisait énormément de bien dans un contexte où quand t'allais au supermarché, les prix montaient de 30%, quoi. Et du coup, [le maraîcher] était là, pour montrer que c'est un modèle qui fonctionne, quoi. On a l'impression d'être dans le vrai, quoi. On fait ça, et c'est pas juste dire "je mange des légumes de bonne qualité", c'est un système qui est viable. »



Astuces

- Démontrer l'importance de l'engagement de chacun pour faire vivre l'AMAP (par exemple, en montrant l'importance du roulement pour les permanences de livraisons)
- Impliquer les gens le plus possible dans l'action et la réflexion, depuis assurer quelques permanences par an à participer aux réflexions et prises de décisions
- Communiquer régulièrement sur les actualités des fermes, directement via les paysans, ou par l'intermédiaire du référent
- Communiquer sur les actions de l'AMAP et leurs impacts avec des exemples concrets. Ex : rendre visibles les difficultés, comme les aléas agricoles, en expliquant leurs conséquences et quel impact l'AMAP a dessus

d Diversifier les moyens d'informer

Selon les expériences de vie et les situations personnelles, les personnes ne reçoivent pas l'information de la même manière. Par exemple, la transmission de personne à personne est plus facile lorsque du lien social s'est formé. Les personnes plus timides, ou connaissant moins de monde, auront donc moins accès aux informations. Favoriser diverses sources d'accès à l'information et d'appropriation des enjeux permet de toucher un plus grand nombre de personnes.



« J'ai dans ma tête un panneau, sur le lieu de la livraison, où ils expliquaient le parcours d'un produit, quoi. Vous voyez, un circuit court, un circuit long, enfin voilà. J'ai ce souvenir, moi c'est là où j'ai compris que l'impact n'était pas que pour la santé, mais qu'il était aussi pour la planète. »



Astuces

- Contourner l'importance du lien social : proposer des sources d'informations écrites (site internet, affiche, magazine de l'AMAP) ou des événements dédiés (visites de ferme, ciné-débat, tables rondes...) qui ne nécessitent pas de connaître personnellement quelqu'un
- Contourner le frein des limites de temps : s'appuyer sur les livraisons, passage obligé de tous les amapiens et amapiennes, pour transmettre des informations
- Diversifier les supports : communiquer des informations, par exemple sur les actualités des fermes ou sur la chaîne de production de nourriture, par le biais d'un panneau sur le lieu de livraison
- Adapter la transmission d'informations à tous les niveaux de connaissances. Les personnes ayant peu de connaissances du monde agricole font face à la double difficulté d'accès à et de compréhension de l'information : plus difficile d'engager une conversation avec les paysans et paysannes, plus difficile d'en saisir les enjeux. Donc parlons simplement !

3

Créer une ambiance conviviale et inclusive

Le lien social est un levier fort d'implication en AMAP

Les façons de bénéficier de convivialité en AMAP sont nombreuses, que ce soit en se faisant des amis, ou en appréciant tout simplement le contact humain sans forcément connaître les personnes. Cependant, sans attention spécifique, une ambiance conviviale peut être à double tranchant. D'un côté, cela peut donner envie de rentrer en AMAP, ou renforcer l'engagement de ceux qui en bénéficient déjà :



« J'échange peu. Mais c'est vraiment un vrai bonheur de voir certaines personnes. C'est un lieu de... Très convivial. Ils sont très conviviaux. [...] On vous regarde. Il y a l'échange même du regard. Il n'y a pas forcément de paroles. »

« Il est très positif. Il est très joyeux. Et ça crée une atmosphère dans l'AMAP que j'aime bien. »



En revanche, cela peut conduire à un sentiment d'exclusion chez les personnes qui ne se sentent pas intégrées au groupe et qui voient ce dernier comme un « noyau dur ».



Cela peut donc devenir un frein à l'engagement, notamment chez les individus les plus réservés, ou ceux ne connaissant personne qui puisse les présenter à d'autres personnes. Porter une attention à l'intégration de tous et toutes peut favoriser l'engagement d'un plus grand nombre de personnes.

« Les gens en fait ils voient qu'il y a un noyau de personnes qui se connaissent et qui délirent ensemble, sur la place de la distribution, et ils sont à l'extérieur de ça en fait. Moi, perso, j'ai été un peu intimidé dans le sens où... Un sentiment d'être exclu quoi un petit peu. »



« Je me demandais un peu, les gens du conseil d'administration, comment ils seraient ? Est-ce que ce serait un peu des originaux ? Enfin, pas décalés de la société, mais vraiment qui ont des... Par leurs convictions, leur mode de vie, etc., vraiment très différents, très différents de nous. Je me demandais. Et finalement, en fait, non. »

Astuces

- Sourire, accueillir
- Organiser des événements dédiés à la convivialité, comme des pots, y compris sur le lieu de livraison
- Faire du lien entre les personnes que l'on connaît en les présentant les unes aux autres
- Formaliser un rôle en d'organisation des événements conviviaux

4

Susciter un engagement adapté à chacun

« L'implication favorise l'implication », autrement dit, plus des personnes prennent des parts dans l'action de l'AMAP, plus elles se sentent concernées, légitimes et motrices. Il ne suffit pas que la participation dans l'AMAP soit ouverte à tous en théorie, il faut aussi activement faciliter l'implication de tous et toutes pour limiter l'auto-sélection/ autocensure de personnes.

a

S'adapter aux moyens de chacun

Selon la situation personnelle, on peut avoir plus ou moins de moyens de s'impliquer en AMAP, en termes de temps, de capacité à prévoir son planning en avance, de charge mentale disponible, ou d'envie de prise de responsabilité. La première participation, que ce soit en tant qu'amapien.ne ou au-delà du panier, est souvent la plus difficile, du fait d'appréhensions sur ce que demande l'engagement. Proposer différents niveaux d'implication au-delà du panier dans l'AMAP peut permettre à un plus grand nombre de personnes de participer, voire de diversifier leurs actions une fois certaines appréhensions levées.

Astuces

- Conseils d'administration (CA) ouverts ou réunions du collectif ouvertes : inviter les amapiens et amapiennes à certaines, ou à toutes, les réunions du CA
- Inviter les amapiens et amapiennes à s'impliquer sur une tâche ponctuelle ou spécifique (collecte de chèques, enquête de comparatif de prix, groupe de travail sur l'accessibilité alimentaire...) sans pour autant devenir membre du CA
- Fonctionner à plusieurs sur une même tâche, pour se relayer en cas de besoin, partager la responsabilité ou la charge mentale, et créer ainsi une dynamique
- Se connaître les uns les autres : essayer de comprendre les freins à l'implication d'une personne sur une tâche. Chaque personne a une situation différente, et peut avoir une vision faussée de ce qu'implique dans la pratique une tâche ou un rôle. En discuter permet de lever certains freins, et de proposer une tâche à la mesure de chacun.
- Créer des « groupes de travail thématiques » mixant amapiens et membres du CA ou du collectif, pour donner de la légitimité à leur action et permettre à chacun de participer

« C'est vrai qu'à deux, c'est très bien, parce que quand l'une n'est pas forcément disponible, ou moins engagée à un moment, l'autre est là. En fait, ça permet d'être complémentaire et de créer une dynamique. Donc, c'est vrai que même si ce n'est pas une grosse charge de travail, c'est pas mal d'être à plusieurs sur chaque projet. »

b

Interpeler / solliciter

Certains ressentent un sentiment d'illégitimité à s'introduire dans une activité qui ne leur appartient pas, ou doutent de leurs compétences ; d'autres ne comprennent pas le fonctionnement et ne savent pas où trouver leur place ; enfin d'autres encore ont l'impression que les amapiens et amapiennes qui s'impliquent déjà au-delà du panier se connaissent tous très bien et forment un noyau dur dont ils sont exclus. Interpeller personnellement ces personnes leur permet de s'impliquer car elles se sentent invitées et légitimes.



« Je n'y suis pas allé [à l'AG], parce que je ne me sentais pas très légitime. J'ai eu une espèce d'effet de... Je me suis dit, j'étais qui, moi, pour décider ? Alors que les gens qui y vont, c'est leur vie, l'AMAP. »



Astuces

- Inviter personnellement à participer au collectif de l'AMAP, à certaines actions en particulier, à représenter l'AMAP dans d'autres instances
- Montrer que la porte est toujours ouverte pour s'impliquer plus, sans pour autant stigmatiser ceux qui ne le feraient pas

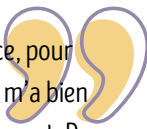
C

Favoriser les retours négatifs comme positifs

Favoriser les retours peut conforter l'engagement. Des retours négatifs permettent d'identifier des problèmes et de mettre en place des choses pour les résoudre. Les retours positifs sont aussi très importants : ils permettent de montrer qu'une action est utile, ce qui renforce la volonté de la personne concernée de continuer à la mettre en place.

Astuces

- Organiser des temps de bilan accessibles à tous les amapiens et amapiennes, comme l'AG, ou sur le temps de la livraison s'il y a peu de participation à l'AG
- Inclure dans les tâches du rôle de référent de demander activement des retours sur le partenariat auprès des amapiens et des paysans
- Demander activement ce qui ne fonctionne pas bien, mais aussi ce qui est positif

« Il y a des gens qui ont dit « Ce serait bien qu'on ait la composition des paniers à l'avance, pour s'organiser. » Et pendant la soirée de bilan qu'on fait, on m'a dit que ça servait, donc ça m'a bien confortée dans... Parce que moi, je veux bien donner des infos, mais c'est hyper contraignant. Donc, si c'est pour que personne ne s'en serve, c'est chiant. Alors que si on me dit "Oui, franchement, c'est important", ça me gêne plus. Ça devient pas une contrainte, ça devient un truc sympa. » 

Remerciements

Grand merci à Marianne Héritier pour son formidable travail d'enquête sur le terrain, d'analyse des résultats, de synthèse et de schématisation des résultats.

Merci à Marie Houdart et Sabine Girard de l'INRAE qui ont encadré le stage de Marianne

Merci à Marie-France Vernier et Jean-François Colin pour leur encadrement bénévole du stage de Marianne, la rédaction et la mise en page de ce livret, aux côtés de l'équipe salariée du réseau AMAP AURA

Enfin, IMMENSE MERCI aux 28 amapiens et amapiennes qui ont participé à l'enquête de Marianne, et qui ont permis de produire ces apports considérables pour le Mouvement des AMAP tout entier !



Cette étude a été réalisée dans le cadre du programme TRAACT
avec le soutien de l'INRAE, de la Métropole de Lyon
et de la Région auvergne Rhône-Alpes.

Toutes les références bibliographiques citées dans ce livret
sont accessibles dans le mémoire de Marianne Héritier :
www.amap-aura.org/lengagement-citoyen-en-amap



Réseau AMAP Auvergne Rhône-Alpes
58 rue Raulin · 69007 LYON
communication@amap-aura.org · 04 81 91 65 34

Retrouvez toute l'actualité du Réseau AMAP AuRA sur notre site :
www.amap-aura.org

Crédits : illustrations par Tris - Sketchify Education
Illustration couverture réalisée avec l'aide de l'IA - Midjourney



Cette étude met en évidence le double rôle des AMAP dans le soutien de l'agriculture paysanne. Non seulement ces associations défendent directement des systèmes d'agriculture et d'alimentation plus vertueux en soutenant les paysans, en s'engageant pour l'accessibilité alimentaire, voire en faisant du plaidoyer politique, mais en plus elles participent à la formation d'une volonté et d'une capacité d'agir pour l'agriculture et l'alimentation, y compris chez des personnes qui n'entrent au départ que pour consommer ! En attirant aussi des profils qui ne sont pas intéressés par militer pour des changements sociétaux, elles permettent à certains de développer une envie d'agir pour un nouveau modèle agricole et alimentaire, voire d'aller au-delà de l'antagonisme perçu entre les mondes des « militants » et « non-militants ».

Pour ces personnes, les AMAP agissent comme la porte d'entrée d'une implication militante qui peut se décliner dans d'autres engagements, personnels ou collectifs, dans d'autres domaines de leur vie !

Projet mené dans le cadre du projet TRAACT avec l'INRAE, et le soutien de la région et la Métropole de Lyon

