

CUISINES DE QUARTIER



POURQUOI DES CUISINES DE QUARTIER ?

Budgets et horaires compressés, manque de savoir-faire ou d'inspiration, solitude, logements exigus ou mal équipés...

Cuisiner "maison" est devenu un véritable défi pour de plus en plus de gens.

Or le recours à la nourriture industrielle entraîne des dégâts terribles sur la santé et sur la planète.

Pour encourager la cuisine maison et contribuer à la transition vers un système alimentaire juste et durable, le Mouvement des Cuisines de Quartier veut :

- Faciliter l'émergence et la pérennité de groupes de citoyen·ne·s qui préparent ensemble des repas du quotidien pour eux mêmes et leur entourage,
- Renforcer l'autonomie alimentaire de chacun·e,
- Créer une communauté de mangeur·euse·s susceptible de faire bouger les lignes au niveau politique.

COMMENT FONCTIONNE UN GROUPE DE CUISINE ?

Les groupes choisissent leurs recettes, font leurs achats et cuisinent collectivement à fréquence régulière dans des espaces adaptés.

Les portions préparées sont partagées selon les quantités souhaitées par chaque participant·e, qui paie ses parts à prix coûtant et les emporte avec lui/elle.

Elles lui assurent des repas de qualité, faits « maison » les jours où les moyens, le temps et le courage lui manquent.

Chaque groupe choisit librement ses objectifs et priorités en fonction des besoins et souhaits de ses membres, dans le respect des situations socio-économiques et des cultures alimentaires de chacun·e.

QUI PEUT CRÉER UN GROUPE DE CUISINE DE QUARTIER ?

Trois personnes suffisent pour former un groupe.

Ce format permet de mobiliser une grande diversité de publics et d'acteur·rice·s : voisin·e·s, étudiant·e·s, personnes fréquentant la même maison de quartier, maison médicale, service d'aide alimentaire, etc.

Tout le monde peut participer à un groupe de cuisine, aucune compétence culinaire n'est requise.

FAVORISER L'ACCÈS À UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ POUR RELIER JUSTICE SOCIALE, SANTÉ PUBLIQUE ET TRANSITION ÉCOLOGIQUE





UN MOUVEMENT EN SOUTIEN

Tous les groupes de cuisine bruxellois sont rassemblés en Mouvement.

Tout groupe qui adhère aux valeurs et au fonctionnement des Cuisines de Quartier peut devenir membre du Mouvement et bénéficier de ses outils, de son accompagnement et de moments de rencontre et d'ateliers sur des thèmes décidés ensemble (conservation, hygiène, fabrication du pain, etc.)

Le Mouvement favorise l'entraide entre les groupes, la transmission de bons plans et de connaissances entre membres de tous quartiers et horizons culinaires.

QUE PROPOSONS-NOUS ?

L'équipe des Cuisines de Quartier et, plus largement, tous les groupes membres du Mouvement sont là pour :

- Vous aider à former et accompagner un groupe au sein de votre structure ou de votre quartier
- Trouver un espace cuisine, des recettes, de l'équipement ou des bons plans d'approvisionnement
- Construire avec vous des outils qui facilitent la vie du groupe
- Porter la voix des mangeur·euse·s bruxellois·es jusqu'aux instances politiques



CRÉER OU REJOIGNEZ UN GROUPE DE CUISINES DE QUARTIER !



info@cuisinesdequartier.be
+32(0)471 52 09 03
www.cuisinesdequartier.be

