

CRÉER UN GROUPE DE CUISINE

CETTE FICHE PRÉSENTE DES ÉTAPES POUR VOUS GUIDER DANS LA CRÉATION DE VOTRE GROUPE.

Vous trouverez d'autres outils utiles pour lancer votre groupe de cuisine sur notre site internet dans l'onglet *Ressources*

Des questions?
Contactez-nous !
info@cuisinesdequartier.be

QUI ?

3 personnes minimum qui souhaitent cuisiner à un même rythme des plats pour le quotidien.



QUOI ?



* Identifiez les **besoins** et les **envies du groupe**.

Ex: plats peu chers, adaptés aux diabétiques, produits locaux, de saison, faciles pour les enfants, qu'on ne fait pas facilement chez soi, etc.

* Définissez l'**identité alimentaire** du groupe (allergie, intolérance, interdit alimentaire, goût)

OÙ ?

Dans un espace de cuisine **adéquat** et **équipé**.

* Pour trouver un espace près de chez vous, consultez la **cartographie** sur notre site internet.



QUAND ?

Décidez la fréquence, le jour et l'heure de rencontre



COMMENT ?

* Suivez un **cycle en 4 étapes** : planifier, s'approvisionner, cuisiner, évaluer.

* Identifiez les filières d'approvisionnement privilégiées

Ex: marchés, commerces locaux, achat direct à un-e producteur-trice, récupération d'invendus, etc.)