



CUISINER
ENSEMBLE
POUR LE
QUOTIDIEN

LES EFFETS DE LA DÉMARCHE CUISINES DE QUARTIER

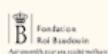
* ÉTUDE D'IMPACT RÉALISÉE EN 2024-2025 PAR LE CREBIS



Étude réalisée par
M. Lelubre & M. Rosenzweig

CUISINES DE QUARTIER ASBL

info@cuisinesdequartier.be
www.cuisinesdequartier.be



4 WINGS
FOUNDATION



Crébis | CENTRE DE RECHERCHE
DE BRUXELLES
SUR LES INÉGALITÉS SOCIALES

Table des matières

Préambule	2
Introduction	3
État des lieux du Mouvement	5
Les types de groupes : autonomes et soutenus par une organisation tierce	5
Les quatre étapes d'un cycle de cuisine	6
Protocole méthodologique	8
Partie I : Résultats du « coup de sonde » : Dynamiques croisées entre les groupes-membres et le Mouvement de Cuisines de Quartier	11
Objectifs et méthodologie	11
Réception du coup de sonde par les groupes	12
Caractéristique des groupes répondants	13
Présentation des résultats du coup de sonde	14
Les motivations des membres : sociabiliser et cuisiner ensemble	14
Les étapes et pratiques au sein des groupes de cuisine	15
Les objectifs et valeurs du Mouvement	16
Partie 2 : Quels sont les impacts du Mouvement Cuisines de Quartier sur l'accessibilité de ses membres à une alimentation de qualité ?	19
2.1. Les dimensions de l'accessibilité à une alimentation de qualité	20
2.2. L'accessibilité à une alimentation de qualité – Dimension politique	22
L'engagement politique, non comme une source de motivation intrinsèque mais nourri progressivement au sein du Mouvement	22
Où est la poule heureuse ? L'information, comme base essentielle de la politisation	23
Se nourrir et nourrir les autres, une affaire de femmes ?	25
2.3. L'accessibilité à une alimentation de qualité – Dimension matérielle et financière	27
Mobiliser les invendus comme une source d'approvisionnement à part entière	27
Favoriser certains produits, renoncer à d'autres, un choix économique, politique et créatif	28
Planifier, comparer, acheter en grande quantité ... (Re)Penser l'alimentation pour en diminuer les coûts	29
Développer des stratégies à l'échelle du Mouvement : créer des alliances nouvelles	30
Pratiquer la cuisine collective dans des espaces adaptés	31
2.4. L'accessibilité à une alimentation de qualité – Dimension sociale et culturelle	33
Accepter des motivations diverses, tout en créant un socle commun	34
Des groupes ouverts vs des groupes (semi)fermés : gérer l'accueil de nouveaux membres	35
La cuisine collective, un orchestre qui s'accorde	37
Conclusion	40
Présentation du questionnaire et de ses objectifs	43
1. Votre Groupe	43
A. Vos motivations (vote individuel)	43
B. Le fonctionnement de votre groupe (choix collectif au nom du groupe)	44
C. Votre avis (vote individuel)	45
2. Le Mouvement des Cuisines de Quartier	46
a. Les objectifs du Mouvement (vote individuel)	46
b. Les valeurs du Mouvement (vote individuel)	46
c. Questions ouvertes (choix collectif au nom du groupe)	47

Préambule

Le présent rapport s'inscrit dans le cadre d'une proposition faite par la fondation 4Wings à l'asbl Cuisine de Quartier de financer une étude en vue de mieux identifier les effets et impacts des actions déployées en faveur d'une meilleure accessibilité à une alimentation de qualité pour tous et toutes. Cette mission a été confiée au Crebis, Centre de recherche de Bruxelles sur les inégalités sociales. Le Crebis a pour mission de renforcer les liens entre recherche et action sociale afin de promouvoir la justice sociale et de réduire les inégalités.

Fondé à l'initiative du Forum – Bruxelles contre les inégalités et du CBCS (Conseil Bruxellois de Coordination Sociopolitique), le Crebis s'appuie sur un ancrage fort dans le secteur social-santé bruxellois (CBCS) et une connaissance approfondie des réalités de la précarité en Fédération Wallonie-Bruxelles (Forum). Cette implantation de terrain garantit une connaissance fine des réalités sociales et des besoins des publics, notamment des jeunes en situation de vulnérabilité ou de désaffiliation. Soutenu par deux centres de recherche universitaires — Metices (ULB) et Cirtes (UCLouvain) — le Crebis mobilise des méthodes et outils scientifiquement validés, garantissant la rigueur et la fiabilité de ses travaux.

Fidèle à une approche collaborative, le Crebis promeut la non-hiéarchisation entre savoirs académiques, professionnels et expérientiels. Les usagers, intervenants et chercheurs sont invités à devenir co-acteurs du processus de recherche, notamment à travers la co-construction d'outils et de pratiques directement utilisables sur le terrain. L'implication pleine et entière des personnes concernées — en particulier celles en situation de précarité ou d'exclusion — constitue un pilier fondateur de la démarche du Crebis.

Cette mesure d'impact a donc été pensée dans une démarche collaborative en y associant étroitement les différentes parties prenantes, à savoir l'équipe de coordination de l'asbl CDQ ainsi que les groupes-membres, ayant souhaité prendre part au dispositif.

Introduction

L'alimentation est un acte social global¹. Si, à l'origine, se nourrir impliquait une forte dimension collective, force est de constater un repli de plus en plus marqué au sein de la sphère familiale et une distance croissante entre les sphères de production et de consommation. Nourrir et se nourrir peut sembler un acte banal. Or il soulève en réalité de nombreux enjeux, notamment économiques, environnementaux ou encore de santé. A l'heure où la majorité de notre alimentation repose sur l'industrie agro-alimentaire, où des problématiques de santé liées aux habitudes alimentaires s'accentuent, où de nombreux/ses Bruxellois·e·s connaissent des situations de précarité économique et/ou d'isolement social, comment se réapproprier cet acte « banal » et ne pas se sentir dépassé face à la hauteur de ces enjeux ? Et si, la cuisine collective était l'une des réponses possibles à ces nouveaux défis ?

C'est en tout cas le pari que fait le Mouvement Cuisines de Quartier, en proposant aux Bruxellois et Bruxelloises de se lancer dans la « cuisine collective, en grande quantité, pour le quotidien ». Inspirés des cuisines communautaires développées dans plusieurs parties du monde, des groupes de cuisines ont ainsi vu le jour dans plusieurs quartiers bruxellois. Issus d'initiatives purement citoyennes ou portés par des structures sociales, des maisons médicales, ... ces groupes permettent à leurs membres de se retrouver régulièrement pour cuisiner, ensemble, dans des espaces dédiés.

Pour soutenir leur démarche, l'asbl Cuisines de Quartier offre aux différents groupes une panoplie d'outils co-produits pour faciliter leur mise en route et fonctionnement. Au démarrage et tout au long de leur expérience, les groupes bénéficient également d'un accompagnement, offert à la fois par l'équipe et par le Mouvement, notamment lors des rendez-vous trimestriels et autres occasions de rencontre.

Quels sont les effets et impacts d'une telle initiative ? Comment ces groupes de cuisine peuvent-ils concourir ensemble à rendre accessible une alimentation de qualité² ? Ce sont à ces questions que nous avons souhaité pouvoir apporter de premiers éléments de réponse, dans le cadre d'une réflexion collaborative, en y associant à la fois l'équipe de coordination de l'asbl, certains groupes-membres du Mouvement et deux chercheurs du Crebis.

Mesurer les impacts d'un projet est un exercice complexe, notamment lorsqu'il s'agit d'aborder les comportements alimentaires dont on sait que les facteurs explicatifs sont multifactoriels, à la fois individuels et structurels.

Notre objectif a donc été plus humble et a visé à poser les premiers jalons qui permettent de mieux comprendre ce que produit l'asbl Cuisines de Quartier à l'échelle des groupes et, plus largement, du Mouvement ; ses atouts, ses faiblesses mais surtout essayer d'identifier des pistes éventuelles pour renforcer ses effets pour rendre accessible à tous et toutes une alimentation de qualité.

Notre démarche s'est déroulée en deux temps. Tout d'abord, nous avons choisi de sonder 8 des 17 groupes-membres actifs au début de cette étude afin de mieux identifier leurs

¹ Fischler C. (éd.), 2013. Les alimentations particulières. Mangerons-nous encore ensemble demain ? Paris, Odile Jacob, 270 p.

² En fonction de la source qu'on consulte, une série de critères confèrent à l'alimentation sa “qualité”: critères nutritionnels, culturels, gustatifs, écologiques, éthiques... L'asbl opte pour une définition ouverte et volontairement indéterminée de cette notion de qualité afin d'en préserver le potentiel de débat.

motivations, les valeurs et objectifs défendus. Nous rendons compte des résultats de ce coup de sonde dans la première partie. Ensuite, nous avons mis en place 3 ateliers collaboratifs, chacun organisé autour d'une dimension spécifique de l'accessibilité à une alimentation de qualité. Les constats issus de ces échanges sont présentés dans la seconde partie de ce rapport.

Nous remercions l'équipe de coordination de l'asbl et l'ensemble des membres des groupes de Cuisines de Quartier pour leur investissement dans ce processus et dans la confiance qu'ils nous ont accordé en acceptant de partager avec nous leurs expériences au sein du Mouvement.

Les extraits des débats mobilisés dans ce rapport ont été volontairement anonymisés, ils sont tenus à la fois par des membres des différents groupes de cuisine, des professionnelles qui encadrent certains de ces groupes ou par des membres de l'équipe de coordination de CdQ.

Présentation de Cuisines de Quartier (Source : <https://cuisinesdequartier.be/fr>)

Cuisines de Quartier est un Mouvement qui rassemble des **groupes** de personnes qui **mettent en commun** leur temps, leur argent et leurs connaissances et cuisinent ensemble en grande quantité de la **nourriture du quotidien** pour elles-mêmes et leur **entourage**.

Que vous soyez un·e as de la cuisine ou que vous n'y connaissiez rien, quelle que soit votre situation financière ou familiale, et particulièrement si vous rencontrez des difficultés à bien vous nourrir au quotidien, sachez que **le projet des Cuisines de Quartier s'adresse à TOUT LE MONDE !**

Cuisiner ensemble, c'est toute une aventure ! Que le groupe soit en lancement, ou qu'il soit confronté à une situation particulière, l'équipe de l'ASBL et le Mouvement des Cuisines de Quartier sont là pour lui **faciliter la vie en cuisine**.

Les Cuisines de Quartier s'organisent en **Mouvement** pour plus d'effet et de rayonnement. Le Mouvement des Cuisines de Quartier vise la **multiplication des groupes dans toute la ville** et est le porte-voix des cuisinier·e·s mangeur·se·s.



État des lieux du Mouvement

En mai 2025, le Mouvement de Cuisines de Quartier compte 25 groupes actifs situés dans 9 communes de la Région bruxelloise et ce nombre est en constante évolution.

Il n'existe pas à ce jour de processus officiel d'adhésion. Les groupes pratiquant la cuisine collective peuvent demander de rejoindre le Mouvement ou sont invités directement par l'ASBL CdQ à participer à la rencontre annuelle ainsi qu'aux événements trimestriels. La seule condition pour devenir membre du Mouvement est que le collectif fonctionne comme un groupe de cuisine: ses membres se réunissent afin de cuisiner ensemble pour eux-mêmes et leur entourage. Il ne doit ni être un atelier ou un cours de cuisine, bien que ses membres puissent échanger et apprendre les uns des autres, ni être un service traiteur à destination de personnes extérieures au groupe (ou alors de manière très exceptionnelle) ou une cuisine solidaire visant essentiellement la distribution de plats à des tiers.

Les types de groupes : autonomes et soutenus par une organisation tierce

Il existe deux principaux types de groupes.

- Certains sont autonomes. Ils ont été formés à l'initiative de leurs membres fondateurs, qui ne sont pas des acteurs agissant (de manière rémunérée ou non) dans le cadre de leurs fonctions. Ces groupes cuisinent alors généralement dans un espace de cuisine mis à leur disposition, permettant la cuisine collective. Les membres de ces groupes se procurent elles-mêmes les aliments et produits nécessaires à leur cuisine.
- D'autres sont accompagnés ou portés par une organisation tierce, généralement une ASBL. Ils ont soit été créés à l'initiative de l'organisation porteuse, soit par des personnes fréquentant cette organisation. Le groupe de cuisine se réunit dans un espace mis à disposition par l'organisation porteuse ou dans un espace tiers. L'organisation peut affecter l'un·e de ses membres, salarié·e ou bénévole, à l'accompagnement du groupe de cuisine. La plupart des groupes gèrent eux-mêmes leur approvisionnement. Il y en a

qui bénéficient parfois d'invendus alimentaires récupérés par l'organisation tierce. Dans certains cas, c'est l'organisation tierce qui finance l'approvisionnement.

Les quatre étapes d'un cycle de cuisine

Les Cuisines de Quartier s'appuient sur une démarche qui se compose de quatre étapes.

1. Planifier : prévoir les recettes, les quantités et les modes de préparation.
2. S'approvisionner : se procurer ou récupérer les aliments et ingrédients nécessaires à la session de cuisine. Cela peut se faire par différents biais : achat, récupération d'invendus ou encore autoproduction. En fonction des modes d'approvisionnement, les membres du groupe effectuent les comptes afin de se répartir équitablement les coûts.
3. Cuisiner : c'est la session de préparation. Les membres se réunissent dans un espace de cuisine pour préparer collectivement les repas. Elles se chargent également de la vaisselle et du nettoyage du lieu. Elles se répartissent ensuite leurs plats en portions à ramener chez elles et mangent éventuellement ensemble.
4. Évaluer : le groupe se réunit après la session de cuisine ou à un moment ultérieur pour faire le bilan de la session et de procéder à des améliorations pour la session suivante. Ceci permet également de préparer la prochaine étape de planification.

L'organisation en Mouvement.

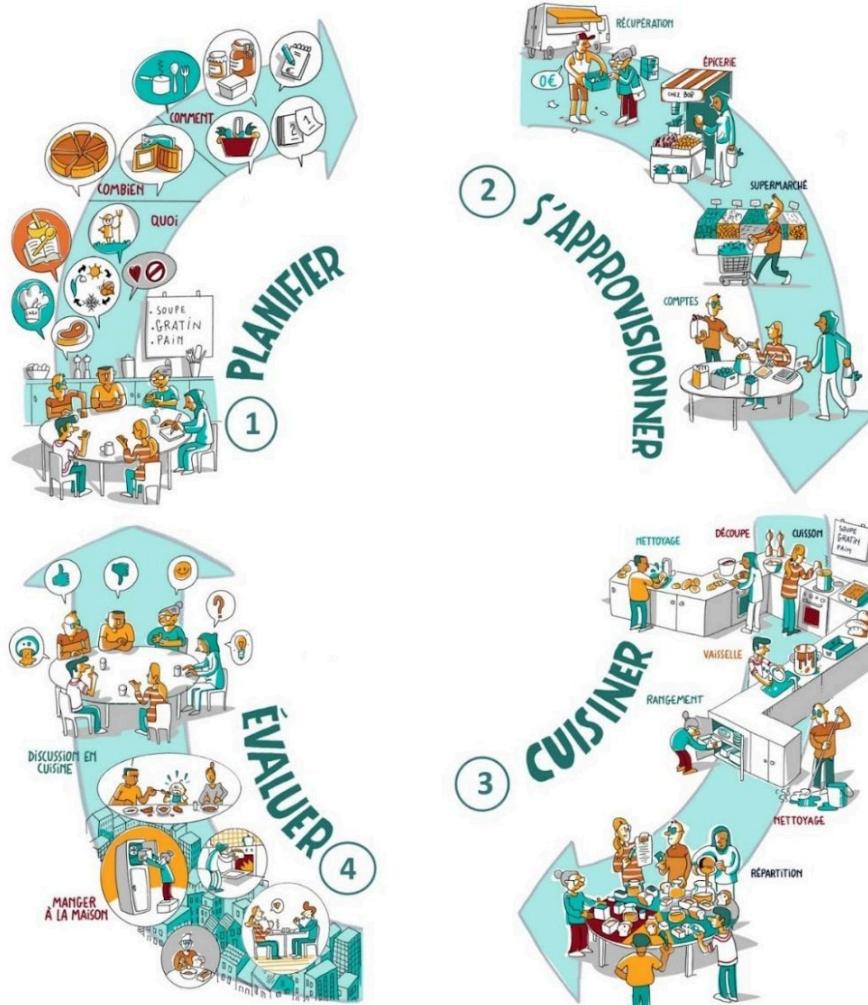
A l'instar de la principale source d'inspiration des Cuisines de Quartier - le Regroupement des Cuisines Collectives du Québec- les groupes de cuisine sont fédérés en Mouvement. L'organisation en Mouvement vise à favoriser l'entraide entre groupes, le transfert d'info et de savoir-faire collectifs ainsi qu'à faire exister la nécessité du droit à l'alimentation dans l'espace public. Le Mouvement se matérialise à l'heure actuelle à travers un groupe Whatsapp, plusieurs types de rencontres - les "Rendez-vous des cuisines" organisés tous les 3 mois et la Rencontre annuelle - et une présence et/ou représentation dans des événements à caractère militant.



www.cuisinesdequartier.be

info@cuisinesdequartier.be

CYCLE DE CUISINE: LES 4 ÉTAPES



Dessin : Juan Mendez Y Blaya © Cuisines de quartier | 2020

[f](#) [in](#) Cuisines de quartier

[@](#) cuisinesdequartier

Avec le soutien de :



Ministère du Développement durable et de l'Aménagement du territoire

GoodFood



Protocole méthodologique

Comme annoncé en introduction, notre démarche s'est réalisée en deux étapes principales : la réalisation d'un coup de sonde, par le biais d'un questionnaire, et l'organisation de 3 ateliers collaboratifs, avec des membres des groupes de CdQ et l'équipe de l'asbl.

Coup de sonde, par le biais d'un questionnaire

Ce questionnaire (cf. Annexe n°1) a été co-construit avec l'équipe de l'asbl, dans le but d'identifier les points de convergences et de divergences possibles au sein des groupes-membres, à la fois dans les représentations qu'ils nourrissent du Mouvement et dans le fonctionnement de leur groupe. L'objectif dudit questionnaire n'était donc en aucun cas d'évaluer les groupes ou de les comparer entre eux, mais d'identifier les accords et éventuelles lignes de tension qui traversent le Mouvement dans son ensemble.

8 groupes-membres ont pris part à ce questionnaire, le plus souvent en présence de l'une des facilitatrices de l'asbl. Il en est ressorti que si ce questionnaire permettait de collecter des données intéressantes et qu'il avait pu être un levier permettant aux groupes d'amorcer des débats entre eux (et parfois de réajuster des éléments), la diversité et la complexité des consignes ont rendu l'exercice complexe (cf.infra).

Des résultats, complètement anonymisés, ont été présentés lors de la rencontre de février 2025 aux membres présents, en vue notamment de recueillir l'avis des participantes³⁴, mais aussi d'amorcer la seconde étape en invitant les personnes présentes aux ateliers collaboratifs organisés par la suite.

Trois ateliers collaboratifs autour de plusieurs dimensions de l'accessibilité à l'alimentation – Politique, matérielle et sociale

Un premier travail a consisté à identifier les multiples dimensions qui composent l'accessibilité puis à distinguer les indicateurs permettant d'évaluer ces dimensions. Parmi les dimensions de l'accessibilité identifiées, trois ont ensuite été choisies pour être approfondies à la suite d'un vote, puis précisées par les participantes elles-mêmes lors de la rencontre de février 2025. Cela s'est fait au cours de discussions en sous-groupes, centrées sur les indicateurs jugés pertinents pour définir chaque dimension, en s'appuyant sur une catégorisation présentée par l'équipe du Crebis (voir partie 2 – Dimensions de l'accessibilité).

Chaque dimension a été approfondie dans le cadre d'un atelier collaboratif, réunissant des membres de différents groupes. Les ateliers ont été organisés autour de différentes séquences d'animation en vue d'explorer plusieurs aspects ou indicateurs de la dimension étudiée. Ceux-ci ont été enregistrés avec l'accord préalable des participantes et retranscrits dans le respect de l'anonymat.

³ Nous utilisons le terme « « participantes » et « « membres » au féminin tout au long de ce travail. Nous choisissons l'accord au féminin pour deux raisons: 1/ le Mouvement des Cuisines de Quartier est à 80% composé de femmes 2/ nous faisons le choix de valoriser l'importance des mouvements sociaux à forte composante féminine

⁴ Une distinction est faite entre « « membres » (pour désigner les membres du Mouvement CDQ) et « « participantes » (pour désigner les membres des groupes CDQ qui ont pris part au processus d'étude d'impact)

Atelier 1- Dimension politique – 10 participantes	19 mars 2025	<ul style="list-style-type: none"> - Débat pour/contre autour de l'affirmation : « Les Cuisines de Quartier permettent de favoriser l'accessibilité à une alimentation de qualité/au bien se nourrir, dans sa dimension politique » - Analyse KISS (Garder/Améliorer/Stopper/Commencer)⁴
Atelier 2 – Dimension matérielle – 10 participantes	16 avril 2025	<ul style="list-style-type: none"> - Famille de post-it : Consignes : Quels sont les trucs et astuces (bonnes pratiques) que nous développons dans MON groupe pour se procurer de la nourriture de qualité à un prix accessible pour tous et toutes ? - Positionnement sur une échelle de satisfaction quant au lieu de cuisine et à l'équipement des groupes de Cuisines de Quartier représentés lors de l'atelier
Atelier 3 – Dimension sociale et culturelle – 15 participantes	06 mai 2025	<ul style="list-style-type: none"> - Présentation croisée (après discussion en binôme) : Comment êtes-vous entré dans votre groupe / avez-vous fondé votre groupe ? - Discussion en sous-groupe : est-ce dans mon groupe de CdQ nous parvenons à cuisiner ensemble en apprenant aux autres et des autres (choix des recettes, partage des tâches – identifier les règles de gouvernance interne)

⁴ <https://imfusio.com/fr/bibliotheque/matrice-kiss>

Phase 1 - Phase exploratoire

Prise de connaissance du Mouvement CDQ et des enjeux qui le traversent
Elaboration d'un protocole méthodologique
Séances de travail asbl CDQ/Crebis

Phase 2 - Coup de sonde

Co-construction du questionnaire avec l'équipe de l'asbl CDQ
Coup de sonde - Envoi d'un questionnaire - 8 groupes
Analyse des résultats

Phase 3 - Evaluation d'impact

Février 2025 : rencontre trimestrielle - Travail sur les dimensions de l'accessibilité à une alimentation de qualité -
Mars 2025 - Atelier participatif n°1- 10 participant.e.s - Dimension politique de l'accessibilité
Avril 2025 - Atelier participatif n°2 - 10 participant.e.s- Dimension matérielle de l'accessibilité
Mai 2025 - Atelier participatif n°3 - 15 participant.e.s- Dimension sociale et culturelle de l'accessibilité

Partie I : Résultats du « coup de sonde » : Dynamiques croisées entre les groupes-membres et le Mouvement de Cuisines de Quartier

Objectifs et méthodologie

Préambule : Nous le verrons dans les résultats, seuls 8 des 17 groupes actifs mi-2024 ont pris part à cette enquête. En cause: la période d'administration du questionnaire (été 2024) qui correspond à une période creuse de l'activité collective et le fait que nous avions décidé de ne consulter sur ce mode que les groupes disponibles, évidemment, et ayant une pratique déjà suffisamment rodée de la cuisine collective (existant depuis un an ou plus). Si nous présentons ces résultats, c'est également dans la mesure où ils permettent de percevoir l'intérêt futur de cette démarche de sondage à l'échelle de tous les groupes.

Au départ du travail d'évaluation d'impact, il nous a semblé important de sonder les groupes-membres afin de saisir le sens qu'ils donnent à leur participation au Mouvement. Ce coup de sonde devait également servir à repérer les besoins spécifiques des groupes vis-à-vis de l'équipe et à rendre compte de ce qui les rassemble et les différencie.

Le questionnaire qui leur a été soumis (voir document en annexe) s'est ainsi appuyé sur plusieurs thématiques : la motivation individuelle des membres à participer au groupe, les modalités de fonctionnement de leur groupe et notamment leur adhésion aux quatre étapes d'un cycle de cuisine (voir encadré supra) et au fait de ramener des portions ou non à la maison, et enfin les valeurs et objectifs qu'ils et elles associent au Mouvement Cuisines de Quartier.

Des questions d'ouverture permettaient par ailleurs de préciser les caractéristiques du groupe : nombre de membres, fréquence des rencontres, ancienneté du groupe, participation ou non aux événements du Mouvement CdQ (rencontres annuelles et trimestrielles).

Nous avons fait le choix de mobiliser plusieurs modalités de réponse. Certaines questions ont pour objectif d'agrégner les avis personnels des répondants tandis que d'autres supposent que les membres se mettent d'accord pour donner une réponse commune pour le groupe, puisqu'elle concerne des pratiques collectives. Une dernière section est composée de questions ouvertes qui interrogent la pertinence pour le groupe de faire partie du Mouvement CdQ et des besoins spécifiques d'accompagnement qui n'auraient pas encore été énoncés.

Réception du coup de sonde par les groupes

Le questionnaire a été soumis aux groupes CdQ entre mai et septembre 2024. Huit groupes y ont répondu. Bien que cela constituait presque la moitié des groupes actifs durant cette période, nous estimons que le nombre de répondants ne permet pas une analyse comparative des résultats ni une analyse des corrélations potentielles entre les caractéristiques du groupe et les réponses apportées. D'autant que le groupe n'était pas nécessairement "au complet" pour apporter ses réponses. En revanche, nous pouvons réaliser une présentation globale des résultats.

Les membres des groupes ont estimé que le questionnaire manquait parfois de clarté en raison de la multiplicité des consignes. Par exemple, des questions supposaient que chaque membre choisisse trois réponses. Or, dans certains groupes, les participantes n'en ont sélectionné qu'une, tandis que dans d'autres, les participantes en ont sélectionné plus de trois. Cette compréhension variée des consignes complique ainsi la lecture des résultats. Malgré tout, les réponses permettent de fournir une image du positionnement des groupes interrogés et de leurs membres.

Caractéristique des groupes répondants

Nombre de participantes au questionnaire	Durée du groupe (en mois)	Fréquence des sessions
2	24	2/mois
2	72	2/mois
3	8	1/mois
4	24	1/mois
5	12	1/3 semaines
6	12	1/mois
8	36	4/mois
11	72	1/semaine

Les groupes-membres possèdent des profils très variés en matière de nombre de membres, de régularité des rencontres et d'ancienneté au sein du Mouvement. Parmi ceux ayant répondu au coup de sonde, trois groupes existaient depuis un an ou moins, trois entre deux et trois ans et deux depuis quatre ans.

En ce qui concerne la fréquence des rencontres, celle-ci varie entre une fois par mois à une fois par semaine. La taille de groupe est également très variable, allant de deux à onze membres réguliers. Il n'y a pas de corrélation entre la fréquence des rencontres et le nombre de membres.

Les groupes représentés sont donc suffisamment diversifiés pour rendre compte de la pluralité des motivations et besoins qui pourraient émerger au sein du Mouvement CdQ.

Présentation des résultats du coup de sonde

Les motivations des membres : sociabiliser et cuisiner ensemble



Afin d'atténuer l'effet des groupes ayant le plus de répondants, nous avons effectué une pondération en divisant le nombre de voix pour chaque motivation par le nombre de voix total du groupe. Nous en retirons ainsi un indice agrégé pour chaque motivation. Nous avons ensuite assigné chaque motivation à une catégorie : liée à la pratique de la cuisine (C), à la santé (H), aux conditions matérielles (M), à la politique (P) et, enfin, aux pratiques de sociabilité (S).

Parmi les motivations les plus souvent choisies, on trouve en tête « le plaisir de cuisiner en groupe », « créer du lien et du partage », et « découvrir de nouvelles recettes, techniques, aliments ». **En portant attention aux différentes catégories motivationnelles, on constate que les principales concernent la recherche de pratiques de sociabilité (S) et à l'envie de cuisiner (C).** La santé reste quand même une motivation relativement citée, bien qu'elle ne dispose que d'une seule proposition associée (« manger plus sainement/pour ma santé »). Le constat est similaire pour les motivations politiques qui ne disposent aussi que d'une seule proposition (« changer le monde »). En revanche, les motivations matérielles sont peu citées.

On peut comprendre l'importance de la dimension sociale et “de plaisir” de plusieurs façons: le plaisir ou la création de liens peut être la motivation première des personnes à rejoindre un groupe. La pratique de la cuisine à plusieurs mains, comme toute pratique collective, est

exigeante et le groupe ne tiendra dans le temps qu'à *la condition* que chacune y trouve du plaisir et s'y sente bien.

Les étapes et pratiques au sein des groupes de cuisine

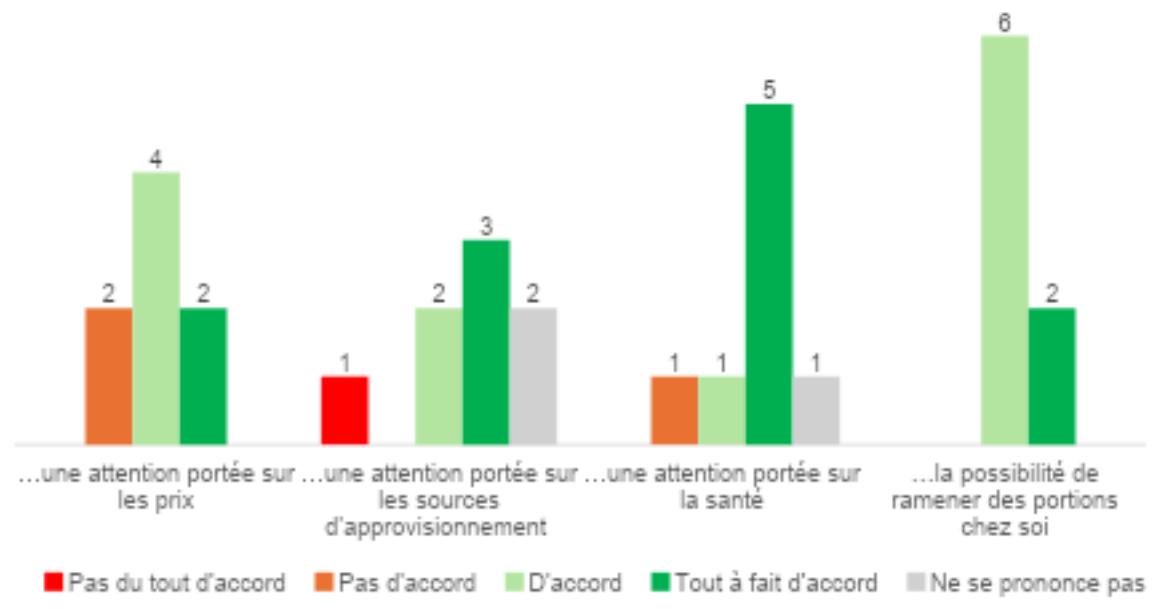
Réalisation des quatre étapes	Etape posant un problème au groupe			
	Planifier	S'approvisionner	Cuisiner	Évaluer
Toujours	Non	Non	Non	Oui
Non-réponse	Non	Oui	Non	Oui
Toujours	Non	Non	Non	Non
Toujours	Oui	Non	Non	Oui
Toujours	Non	Non	Non	Non
Toujours	Oui	Non	Non	Oui
Parfois	Non	Oui	Non	Oui
Toujours	Non	Non	Non	Oui

Six groupes sur huit déclarent réaliser les quatre étapes d'un cycle de cuisine. En revanche, six groupes sur huit expriment des difficultés à mettre en œuvre l'évaluation, dont quatre affirmant pourtant réaliser cette étape. L'étape de planification pose des difficultés à deux groupes, tandis que celle de l'approvisionnement pose question à deux autres groupes.

Le fait que l'approvisionnement soit moins ressorti pourrait paraître surprenant alors que cette thématique a été l'objet de nombreux questionnements dans le cadre des différents ateliers organisés dans la seconde phase d'évaluation. Pour comprendre cet état de fait, il s'agit de préciser que si l'approvisionnement ne pose pas de problème en tant que tel pour une majorité de groupes (tous parviennent à s'approvisionner), s'approvisionner reste problématique lorsque d'autres critères entrent en ligne de compte, notamment les questions financières, les critères de qualité – qui peuvent différer selon les groupes - , ...

De la même manière, si l'étape de l'évaluation semble poser problème à de nombreux groupes, elle est pourtant plébiscitée par les participantes aux ateliers, notamment comme l'un des outils permettant de mettre à jour les difficultés vécues par le groupe, mais aussi les bonnes pratiques à partager. On peut ici relever le biais que les participantes à nos ateliers sont plus enclines à voir un intérêt aux moments d'évaluation, expliquant leur intérêt pour nos ateliers.

Pour vous, un groupe de Cuisines de Quartier doit choisir des recettes avec...



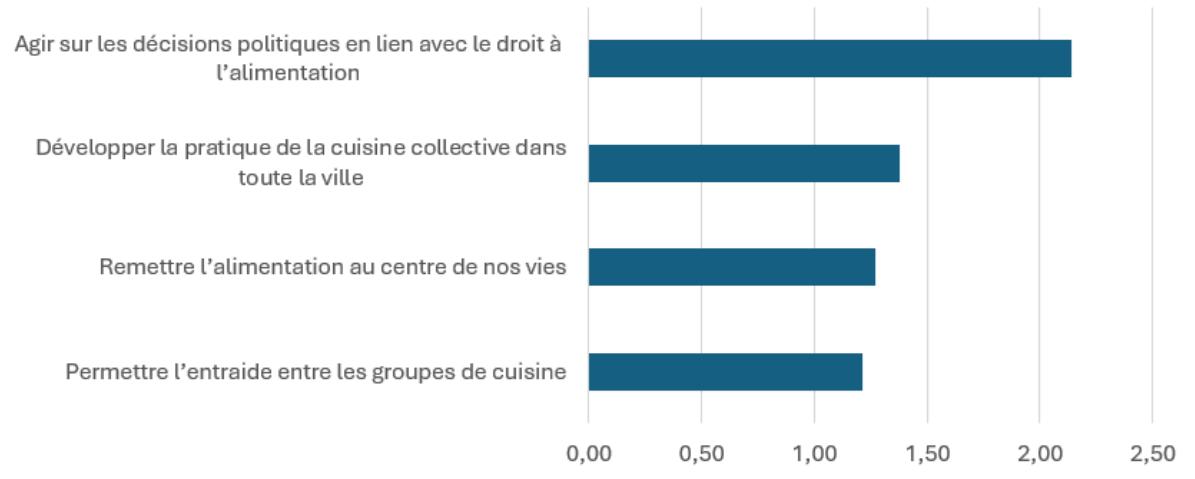
L'ensemble des groupes sont d'accord ou tout à fait d'accord sur la nécessité de ramener des portions à la maison. Mais comme nous l'aborderons par la suite, l'attention portée à cette pratique varie en fonction des groupes.

Ensuite, les groupes dans leur majorité portent une attention sur les prix des aliments (6/8) ainsi que sur la santé (6/8). De plus, ils sont également une majorité (5/8) à faire attention aux sources d'approvisionnement. Mais cela se déploie de manière différente en fonction des groupes. Certains, en effet, achètent leurs produits tandis que d'autres dépendent de la récupération d'invendus. La marge de manœuvre des différents groupes quant au choix de leurs sources d'approvisionnement est donc très variable.

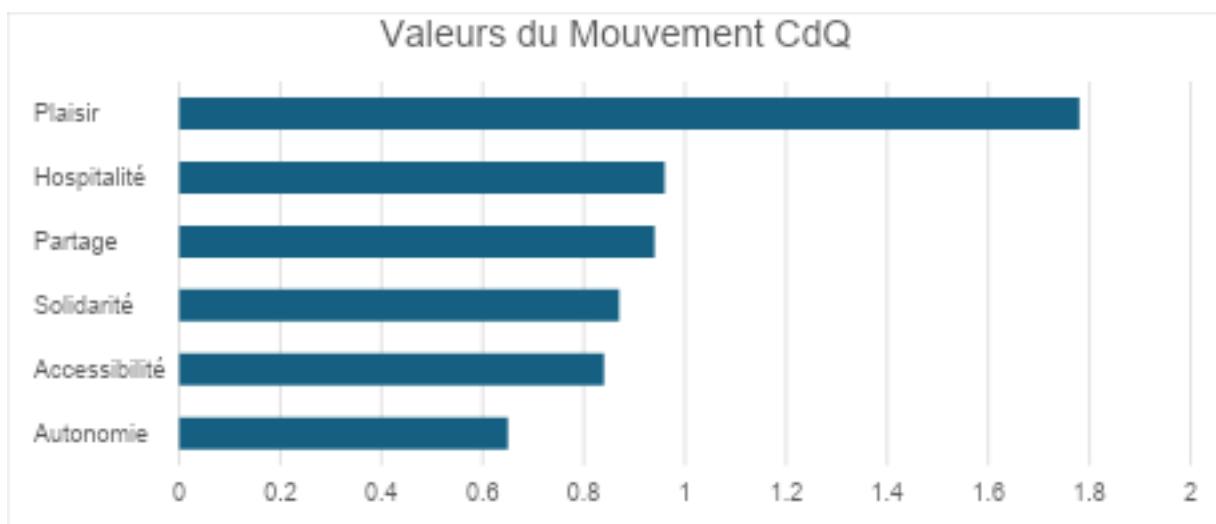
Les objectifs et valeurs du Mouvement

Il a ensuite été demandé aux groupes ce qui constituait selon eux les principaux objectifs et valeurs du Mouvement de Cuisines de Quartier. Pour ces questions, seuls six groupes sur huit ont répondu. Comme pour les motivations, nous avons effectué une pondération afin de neutraliser l'effet du nombre de membres par groupe.

Objectifs du Mouvement CdQ



Il en ressort que l'objectif politique (« agir sur les décisions politiques en lien avec le droit à l'alimentation ») est celui qui est le plus mis en avant par les groupes. Cette dimension a d'ailleurs été traitée dans le cadre de l'un des ateliers. En même temps, les groupes mettent l'accent sur l'objectif de « développer la pratique de la cuisine collective dans toute la ville », même si celui-ci ne se dégage pas nettement des deux autres propositions.



Au sujet des valeurs, celle de « plaisir » est la plus plébiscitée. C'est la seule à être mentionnée dans l'ensemble des groupes. Son succès reste néanmoins affecté par un groupe qui ne compte que deux voix pour cette question, au même titre que la valeur d'hospitalité. Celle « d'autonomie » a quant à elle été la moins choisie, même si elle reste nommée dans quatre groupes sur six. L'adhésion aux autres valeurs reste assez équivalente entre les groupes. Un premier biais possible quant à ces résultats se situe dans une compréhension partagée des notions mobilisées dans le questionnaire. Par ailleurs, les participantes étant placées dans l'obligation de faire un choix, certaines valeurs ont pu être laissées de côté, bien que partagées par le groupe.

Les résultats de ce premier coup de sonde, bien qu'à prendre avec prudence vu les biais méthodologiques décrits, nous permettent de relever certains points d'attention: l'importance du plaisir et des liens, à la fois, pour certaines, objectif et - pour toutes!- condition sine qua non de l'action collective; la dimension politique conférée au Mouvement; la difficulté à imposer de manière régulière la case "évaluation" du cycle de cuisson.

Les groupes qui se sont prêtés à l'exercice l'ont, pour certains, vécu comme un moment de "bilan collectif" qui a eu un effet sur leur dynamique de groupe: se donner l'occasion de se redire les objectifs et valeurs communes ou de les mettre en question. Revu pour réduire les biais méthodologiques, le "coup de sonde" pourrait devenir pour le Mouvement une tradition annuelle.

Partie 2 : Quels sont les impacts du Mouvement Cuisines de Quartier sur l'accessibilité de ses membres à une alimentation de qualité ?

2.1. Les dimensions de l'accessibilité à une alimentation de qualité

Lors de la rencontre de février 2025, nous avons présenté la catégorisation suivante à l'ensemble des participantes en vue d'identifier les trois dimensions qui seraient approfondies lors des ateliers collaboratifs.

La catégorisation (dimensions et indicateurs) qui suit a été réalisée sur base des ressources suivantes et complétée par les participantes à l'atelier de février 2025 :

- <https://www.institut-solidaris.be/index.php/etudes/prevention/livre-blanc-pour-un-access-de-tous-a-une-alimentation-de-qualite/> ;
- <https://www.fdss.be/wp-content/uploads/23-12-Solenprim-portfolio-def.pdf>;
- <https://www.revuepolitique.be/appliquer-le-droit-a-lalimentation-une-obligation-pour-letat/>

Les échanges se sont faits en trois temps :

- Présentation de la catégorisation, par l'équipe du Crebis ;
- Répartition en quatre sous-groupes (un sous-groupe par dimension) en vue de valider/invalider les indicateurs choisis ;
- Vote à main levée pour déterminer les 3 dimensions à approfondir.

C'est la dimension santé qui n'a pas été retenue de par son caractère transversal, les participantes ayant estimé qu'elle serait travaillée par le biais des 3 autres dimensions.

Accessibilité alimentaire : être capable de se procurer de la nourriture de qualité et en quantité suffisante (nourriture qu'on a les possibilités de cuisiner et de manger).	
Dimensions	Indicateurs
Economique et matérielle	<ul style="list-style-type: none">• Avoir les ressources financières• Avoir les ressources temporelles et cognitives (avoir le temps, l'énergie et les savoir faire nécessaires)• Avoir un espace et du matériel pour cuisiner• Avoir les ressources pour se déplacer, notamment vers les sources d'approvisionnement
Sociale, familiale et culturelle	<ul style="list-style-type: none">• Avoir le choix des produits et des recettes (liés à sa culture, ses envies, ses goûts)• Cuisiner et manger avec des proches/en bonne compagnie• Manger à table/dans un temps et un espace dédié• Nourrir son réseau social et sortir de l'isolement
Santé	<ul style="list-style-type: none">• Avoir une alimentation variée• Manger des fruits et des légumes• Manger des produits non-transformés• Manger en quantité suffisante
Politique	<ul style="list-style-type: none">• Faire de l'accès à l'alimentation un droit pour tous et toutes

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● Lutter contre les assignations de genre (responsabilité de nourrir les autres assignée aux femmes) ● Limiter le gaspillage alimentaire ● Remettre en question le système de production et de distribution alimentaire dominant |
|--|--|

Pour une meilleure lisibilité, nous faisons ici le choix de traiter ces trois dimensions séparément, mais l'accessibilité forme évidemment un système complexe dans lequel ces dimensions interagissent entre elles.

Les verbatims, présentés en italique, proviennent des échanges en groupe. Nous avons choisi d'anonymiser entièrement les propos, sans distinguer ceux issus des membres de l'équipe de ceux des participant·e·s des groupes. Ce choix répond d'abord à la nécessité de garantir l'anonymat de tou·te·s : comme l'équipe est restreinte, ses membres pourraient être plus facilement identifiables. Il s'explique aussi par le fait que la plupart de leurs interventions étaient formulées depuis une double position — à la fois en tant que membres de l'équipe et participant·e·s d'un groupe-membre.

2.2. L'accessibilité à une alimentation de qualité – Dimension politique



« La cuisine collective, c'est aussi un choix politique »

Comprendre l'impact politique de CdQ, c'est d'abord saisir en quoi les choix alimentaires peuvent constituer des choix politiques à part entière. Se questionner, questionner son alimentation, c'est mettre à jour une série d'enjeux sociaux sur lesquels il est nécessaire de s'arrêter pour comprendre le système dans lequel on évolue au quotidien.

Selon le cadre d'analyse choisi par l'équipe de recherche, la politisation renvoie au processus qui consiste à passer du singulier au collectif dans ses pratiques et discours (Aït-Aoudia et al., 2011)⁵. La politique ne constitue pas une sphère autonome, représentée par les élus politiques, les partis politiques et l'État. Faire de la politique correspond ainsi plutôt à une manière d'interpréter le monde et d'agir sur lui. Cuisiner, c'est se mettre en action, cuisiner, c'est faire des choix,. Cuisiner est aussi un acte politique.

C'est sur cette appréhension de la politique comme un acte qui se fait au quotidien que nous avons débattu avec les membres de CdQ et dont nous rendons compte des principaux enseignements ci-dessous.

L'engagement politique, non comme une source de motivation intrinsèque mais nourri progressivement au sein du Mouvement

Comme l'avait montré le coup de sonde réalisé auprès des groupes de CdQ, les membres ont des **motivations variées et multiples** pour justifier leur implication au sein du Mouvement.

Lorsqu'il s'agit d'évoquer la dimension politique de l'alimentation, les membres s'accordent toutefois sur la nécessité de trouver une trame commune au-delà de ces aspirations individuelles. Il s'agit alors de trouver un équilibre complexe entre ces deux niveaux, individuel et collectif, en acceptant que tous les membres ne placent pas leur curseur au même endroit, certains et certaines situant la dimension politique au cœur de leur adhésion à CdQ, d'autres, pas du tout. Le Mouvement doit pouvoir composer avec ces **multiples niveaux de politisation**.

À l'échelle des différents groupes, ou parmi les membres d'un même groupe, la question politique n'est donc pas toujours pleinement appréhendée. Cela ne signifie pas que les groupes ne s'intéressent pas à cette dimension politique, mais qu'elle ne constitue que

⁵ Aït-Aoudia, M., Bennani-Chraïbi, M., & Contamin, J.-G. (2011). Indicateurs et vecteurs de la politisation des individus : Les vertus heuristiques du croisement des regards. *Critique internationale*, 50(1), 9-20. <https://doi.org/10.3917/crili.050.0009>

rarement l'une des sources principales de motivation dans le fait d'adhérer au Mouvement CdQ.

L'importance de la dimension politique est parfois très affirmée par les participantes et antérieure à leur adhésion au Mouvement. Pour d'autres, elle **s'installe plutôt de manière progressive** au départ de questionnements qui peuvent sembler anodins et qui, pourtant, permettent d'explorer les différentes facettes politiques de l'alimentation.

A cet égard, la teneur collective de la démarche CDQ est soulignée par les participantes comme l'une des bases essentielles qui favorise cette politisation de la question alimentaire et sa mise en œuvre dans des actes concrets. Elle permet d'oser aller plus loin sur cette dimension, **d'expérimenter ensemble** des voies qu'on ne connaît pas ou sur lesquelles on n'osait pas s'aventurer seul·e. Agir dans l'espace sécurisant qu'est le Mouvement permet à certain·e·s de mettre le pied à l'étrier politique.



« Donc, ce qu'on a dit, c'est que le fait que les Cuisines de Quartier sont des groupes, c'est toujours des groupes et pas des individus, permet de mieux scruter ensemble avec l'ASBL. Parce que, des fois, quand tu es tout seul et que tu voudrais scruter, bon, ben, c'est plus difficile, ce n'est pas sécurisant, on est mieux en groupe à dire, tiens, et si on faisait ça. Ça fait une émulation plus forte que quand on est tout seul. On dit, tiens, si je faisais ça, ah beh, non, je n'ai pas envie. Quand il y a cet enthousiasme et cette force, voilà. »

Où est la poule heureuse ?⁶ L'information, comme base essentielle de la politisation



« Donc, finalement, on peut dans tout ce magma, cet énorme paysage alimentaire, du bio, du pas bio, on peut mieux dire : ça, c'est une belle initiative, ça, ce n'est pas une belle initiative. Moi, par exemple, chaque fois que je fais un achat, j'ai besoin de carottes, je n'en ai pas dans mon champ, je ne peux pas en récupérer dans mon champ, il n'y a pas en invendu, je dois en acheter, je vais réfléchir à où va mon argent et voir si je peux suivre mon argent. Si je peux suivre mon argent jusqu'au producteur, je vais l'acheter là-bas »

Une première forme d'action politique se situe dans les choix alimentaires posés au sein des différents groupes. Le fait de favoriser une alimentation bio, ou végétarienne, de s'approvisionner chez tel ou tel producteur et/ou distributeur sont des actes que nous posons tous et toutes au quotidien, et qui comportent inévitablement une composante politique. Pour certains groupes, « *Cuisiner sans viande, c'est déjà un acte politique* ». Pour d'autres, ce choix est plus une contrainte, déterminé par l'absence de moyens financiers permettant de s'approvisionner en produits carnés.

Pour comprendre l'impact des CdQ sur la dimension politique de l'accessibilité à l'alimentation de qualité, il importe donc au préalable de s'accorder pour affirmer que se

⁶ Verbatim d'un participant à l'atelier collaboratif – Mars 2025.

nourrir d'une telle ou d'une telle manière peut aussi être un acte politique, ce que de nombreux membres de CdQ revendentiquent d'ailleurs. Si dans certains groupes, des choix clairs ont été posés, dans d'autres, ces choix sont encore en débat parmi les membres ou peuvent fluctuer d'une session de cuisine à l'autre. Quoi qu'il en soit, au sein des groupes comme au sein du Mouvement, **l'alimentation fait débat** – ce qui constitue inévitablement, une première forme de politisation - et la demande d'informations est constante.

En effet, si le fait de se nourrir – et de s'approvisionner - peut sembler un geste anodin, banal, il implique en réalité de pouvoir s'y retrouver dans une réalité complexe où les informations sont à la fois très nombreuses, parfois trop, et où il devient difficile de démêler le vrai du faux : alors, elle est où la poule heureuse ?

À cet égard, **le Mouvement CdQ est unanimement reconnu comme un lieu où ces questions peuvent être posées mais aussi débattues, collectivement, renforçant les capacités de choix de chacun et chacune**, pour son groupe mais aussi pour son quotidien. Mieux comprendre pour mieux agir. Transmettre ces informations, les décoder ensemble produit un terreau fertile pour une action plus politique.

Le Mouvement CdQ apparaît comme un lieu dans lequel il est possible de développer un **esprit critique**, notamment face à des initiatives dont il est parfois difficile de saisir pleinement les tenants et aboutissants. Un regard plus collectif, en croisant les interprétations de chacun, permet d'aborder plus sereinement cette apparente complexité. Par exemple, par rapport à certaines applications qui visent à valoriser des invendus, et qui, simultanément, privent les associations d'aide alimentaire de sources d'approvisionnement. Enjeux économiques, environnementaux et de solidarité se croisent et doivent pouvoir alors être débattus.

Encore une fois, si se nourrir semble banal, le système alimentaire est complexe et il importe de pouvoir aborder ces questions en compte en s'appuyant sur la force du collectif, au risque de se décourager. **Comprendre les enjeux du système alimentaire implique un investissement que le Mouvement CdQ peut faciliter.** Comprendre, questionner, s'informer, rendre visibles les inégalités constitue une première étape essentielle que facilite le Mouvement, **notamment par les rencontres collectives organisées, les ressources mises à disposition.** Ces rencontres sont vécues par les membres comme des lieux d'apprentissage et d'émulation où chacun peut apporter sa pierre à l'édifice, chaque membre ayant des informations à transmettre. Les membres insistent d'ailleurs pour que ces connaissances et savoir-faire internes soient plus visibilisés au sein du Mouvement, pour éviter qu'ils ne se perdent.

Si on parvient collectivement à se mettre d'accord sur ce que pourraient être les conditions qui rendent une poule heureuse, où trouve-t-on cette poule et comment se rendre jusqu'à elle ? Sur ces aspects plus pratiques, notamment liés à l'identification des lieux et aux modalités de déplacement jusqu'aux différents lieux d'approvisionnement, les participantes et participantes restent en questionnement. Sortir hors de son quartier demeure parfois complexe, particulièrement à Bruxelles, où une grande majorité de personnes ne se déplacent qu'en transports en commun. Maîtriser cette information est d'autant plus difficile, que la situation évolue, avec des lieux d'approvisionnement qui apparaissent, disparaissent, se déplacent. Là encore, la force du collectif et les actions de l'asbl CdQ (transmission d'informations, identification de nouveaux acteurs, accompagnements aux premières commandes, ...) est nécessaire pour recouper les informations et permettre leur actualisation en continu.

La compréhension et la mise en évidence d'aspects liés à la "justice alimentaire" et aux inégalités d'accès qui se creusent dans les discussions menées lors des ateliers comme dans les propos des membres de l'équipe traduit une autre facette de cette préoccupation. Certains groupes participent par exemple, via leur implication dans un groupe de Cuisine aux expérimentations en lien avec le mécanisme de **Sécurité Sociale Alimentaire (SSA)**, poussant un pas plus loin leur implication en faveur d'un système alimentaire alternatif et plus solidaire.

Se nourrir et nourrir les autres, une affaire de femmes ?

Actuellement, le Mouvement CdQ est avant tout une affaire de femmes. Des groupes mixtes existent, mais ils sont minoritaires. Lors des focus-group, des hommes ont pris part au débat, mais ils étaient très largement sous-représentés. Très longtemps, la cuisine, et plus largement, l'univers domestique, était celui des femmes. S'intéresser à la dimension politique de l'alimentation, c'est aussi s'interroger sur cette assignation des genres. Un débat qui émerge progressivement au sein de différents groupes et du Mouvement. Mentionnons également que le Mouvement est multiculturel et que cette dimension culturelle influence également les rapports hommes-femmes.

Dans les questions qui touchent au quotidien et aux pratiques de soin — comme l'alimentation — ce sont majoritairement les femmes qui prennent en charge les responsabilités. Et c'est aussi, souvent, depuis ces terrains-là qu'elles s'engagent, qu'elles militent, qu'elles portent des revendications collectives. Le Mouvement Cuisines de Quartier en est une illustration concrète : il montre comment des dynamiques collectives à forte présence féminine peuvent devenir de véritables forces de transformation sociale.

Favoriser l'impact politique du Mouvement CdQ – Mieux se faire connaître et mieux connaître les autres collectifs bruxellois



Mais c'est aussi tout un microcosme, en fait, à Bruxelles, il y a des collectifs qui font déjà un travail important et c'est vraiment peut-être identifier ces collectifs, s'en approcher. On parlait beaucoup d'un collectif de personnes sans chez soi, ce matin. Par exemple, c'est un collectif parmi d'autres, mais c'est de voir si nous, les trucs qui nous bloquent là à Cuisines de Quartier, peut-être qu'il y a des collectifs qui font autrement, qui font un petit pas de côté. Est-ce que ce pas de côté, on ne pourrait pas aller le voir, et pas uniquement l'équipe de coordination, mais on doit faire confiance à des membres du Mouvement qui, eux, sont déjà dans ces collectifs-là et prendre le temps de discuter et de voir comment ça se passe ailleurs.

Pour plusieurs participantes, l'impact politique de CdQ doit être nuancé en raison de la taille encore limitée du Mouvement, et surtout de certains groupes qui le composent: certains groupes comptant peu de membres, ils ont l'impression de ne pas faire le poids pour peser sur des questions d'ordre politique.

Face à ce constat, les participantes appellent donc à faire plus de liens, tout d'abord, entre les groupes-membres, mais aussi avec des collectifs bruxellois qui, travaillant directement ou

indirectement sur des questions d'alimentation, pourraient partager des constats communs portés par un collectif plus fort. Pour ce faire, il importe que le Mouvement CdQ puisse se faire connaître afin de construire des ponts avec d'autres organisations. C'est le rôle de l'équipe mais aussi des membres du Mouvement.

Pour plusieurs participantes, intégrer ces autres lieux collectifs réunis autour du droit à l'alimentation pourrait renforcer le caractère militant de CdQ, là encore, s'allier avec d'autres est perçu comme un moyen d'augmenter l'impact des actions de CdQ. Pour rappel, toutes les membres de CdQ ne partagent néanmoins pas cette mobilisation politique. Il importe que le Mouvement permette donc cette ouverture, mais reste un lieu accueillant pour tous et toutes, y compris pour les personnes qui souhaitent uniquement participer à l'expérience de la cuisine collective, sans autre volonté politique affirmée. Maintenir cet équilibre apparaît essentiel pour que chaque membre puisse trouver sa place au sein du Mouvement.

Outre cette ouverture vers l'extérieur, les participantes souhaitent que les rencontres collectives se poursuivent, car elles sont un élément essentiel dans la construction d'un lien de confiance entre les groupes ; elles permettent les prémisses d'une identité collective, base d'une action politique. Se sentir bien ensemble pour agir ensemble.

Ces rencontres collectives⁷, organisées par l'équipe de l'ASBL, en interne et à l'extérieur du Mouvement, permettent aux membres de se rendre compte qu'elles font partie intégrante d'un Mouvement plus large et amoindrir ce sentiment d'être « trop petit » pour faire bouger les lignes. Comme l'exprime une salariée de l'asbl CdQ, « *cela permet à la fois de "se compter", de voir que l'on "compte" et de sentir qu'on peut compter les un·e·s sur les autres.* »



« *Mais ça, je trouve que c'est très stimulant, puis de se rendre compte qu'on n'est pas ... C'est en marche, il n'y a pas rien, c'est quand même déjà énorme, je trouve, tout ce qui se fait, toutes les initiatives qui sont faites, voilà. Et tu vois, dans le bon sens du terme, une chose qui en entraîne une autre, et le réseau, comme il est stimulé par le Mouvement, moi, je trouve que c'est extrêmement riche.* »

PISTES D'ACTION POUR AMPLIFIER L'IMPACT DE CdQ – DIMENSION POLITIQUE

- Amplifier **les espaces de rencontre et mises à disposition de ressources** pour favoriser la transmission d'information, les apprentissages croisés entre les membres – Mieux comprendre pour mieux agir ;
- Favoriser des **principes de démocratie participative** au sein du Mouvement et au sein des groupes – Mise à disposition et formation à des outils d'intelligence collective pour faciliter le débat et la prise de décision ;
- Encourager aux pratiques **d'évaluation** au sein des groupes pour faire émerger les « bonnes pratiques » ;
- **Mieux communiquer autour des « bonnes pratiques », les savoirs et les savoir-faire existants au sein du Mouvement** – Faciliter la communication intergroupe ;

⁷ Rencontres trimestrielles et annuelles, visites et activités occasionnelles

- **Faire alliance avec d'autres collectifs bruxellois**, pour identifier des luttes communes et ainsi augmenter sa capacité d'agir.

2.3. L'accessibilité à une alimentation de qualité – Dimension matérielle et financière

En 2022, les ménages belges ont consacré en moyenne 13,9% de leur budget aux produits alimentaires et boissons non alcoolisées, ce qui en fait le second poste de dépenses après le logement⁸. Se nourrir a un coût, et lorsqu'il s'agit de « bien » se nourrir, cela implique de pouvoir repenser ce poste de dépense en y intégrant de nouveaux éléments de réflexion, tels que la qualité nutritionnelle, la provenance des produits, la rétribution aux producteurs, l'impact environnemental ou encore, les éventuels effets de certains modes de production de notre alimentation sur notre santé pour privilégier, par exemple, des produits issus de l'agriculture biologique.

Ces différentes questions s'entrecroisent au sein du Mouvement de Cuisines de Quartier, où les critères de choix tendent à répondre à la fois à des logiques économiques, mais également politiques, éthiques, environnementales, ... Consommer local, favoriser un certain type de production... des volontés qui s'inscrivent à la fois dans une double exigence de rendre accessible l'alimentation de qualité à tous et toutes d'un point de vue matériel, mais également de défendre un système de production et de distribution alternatif face au modèle dominant. Ces points ont été plus longuement évoqués dans la section précédente.

Au sein du Mouvement Cuisines de Quartier, le raisonnement autour du prix⁹, ou plus spécifiquement, du rapport qualité/prix constitue l'une des facettes de l'accessibilité matérielle qu'il est apparu intéressant d'interroger auprès des groupes-membres. Pour ce faire, nous avons notamment visé à mettre en exergue les pratiques déployées par les différents groupes pour réduire le coût de leur alimentation et des autres critères mobilisés dans le choix des produits alimentaires utilisés. D'autres facettes liées à la dimension matérielle de l'accessibilité spécifiques aux Cuisines de Quartier ont également été abordées: notamment l'accès à des espaces et à de l'équipement pour cuisiner dans de bonnes conditions.

Mobiliser les invendus comme une source d'approvisionnement à part entière



« C'est une camionnette qui n'est pas hyper grande, mais qui fait le tour d'assos de Schaerbeek, d'un quartier élargi. Ici, il y a trois groupes de Cuisines de Quartier qui bénéficient des invendus de la commune. (...) C'est dans l'idée, en fait, de trouver une forme de solution à la question

⁸ Source : <https://statbel.fgov.be/fr/themes/menages/budget-des-menages>

⁹ Pour rappel, lors du coup de sonde réalisé auprès de huit groupes du Mouvement CdQ, six d'entre eux indiquaient le prix comme l'un des critères essentiels dans le choix d'une recette.

logistique, quoi. La commune va chercher les invendus dans les différents magasins et les rapatrie directement auprès des asso et, notamment, de nos groupes ... »

Plusieurs groupes-membres recourent à **des invendus** afin de diminuer le coût de leurs préparations. Selon les contextes, via le soutien de l'asbl CdQ, cela peut s'inscrire **dans un cadre structurel, par exemple par le biais d'une initiative communale** qui permet de centraliser les invendus auprès de plusieurs enseignes et facilite la redistribution auprès de différentes associations d'un ou plusieurs quartiers de proximité. De telles mesures structurelles permettent de lever certains freins logistiques, notamment pour ce qui concerne le transport des denrées. Ici encore, on constate l'effet levier d'une prise de position politique lorsque de telles initiatives voient le jour avec le soutien des autorités communales.

Pour d'autres groupes, il peut s'agir soit d'initiatives plus individuelles, prises par l'une des membres, soit de partenariats passés entre la structure qui accompagne le groupe et d'autres organisations, actives dans le secteur de l'aide alimentaire. Actuellement, ces différentes modalités coexistent au sein du Mouvement Cuisines de Quartier.

Si le recours aux invendus permet de diminuer le coût des portions cuisinées, **il peut toutefois comprendre certaines contraintes**, notamment lorsqu'il ne permet pas une planification à l'avance des recettes car il faut s'adapter aux produits récupérés. Enfin, dans certaines situations, cette récupération d'invendus peut impliquer de grandes quantités, trop importantes pour être absorbées au sein de la session de cuisine. Les groupes-membres déplient alors différentes mesures pour éviter de perdre les produits frais, comme la réalisation de conserves ou la redistribution de ces invendus entre les membres pour qu'ils soient consommés à la maison.

Si les groupes-membres se montrent créatifs pour assurer une **utilisation optimale** de ces invendus, agir de la sorte implique donc des efforts supplémentaires et un haut niveau d'organisation que tous les groupes ne peuvent ou ne souhaitent produire - par exemple, quand personne ne dispose dans le groupe des compétences liées aux différentes techniques de conservation ou quand le matériel vient à manquer¹⁰. Là encore, pour les groupes, consentir à des efforts est une autre manière d'agir sur le politique, en luttant contre le gaspillage alimentaire. Selon les cas, le Mouvement et l'équipe contribuent à la réflexion sur l'approvisionnement et à la recherche de filières adaptées aux ressources, besoins et conditions respectives des différents groupes.

Favoriser certains produits, renoncer à d'autres, un choix économique, politique et créatif



« Et aussi parce qu'il y a cette question qui revient souvent où le groupe commence à réfléchir à une recette. En plein hiver, ils vont dire : ah, si on faisait un truc avec des tomates. Et alors, il y a toujours quelqu'un qui dit : oui, bon, ça va être cher. Ça ne va pas être des bonnes tomates. Elles ne sont

¹⁰ Le recours à des invendus issus de la grande distribution contraire au positionnement politique de certains groupes-membres.

pas bonnes, en fait. Et après, ils vont faire un potiron. Parce que ça tourne tout ça, le prix, le local, de saison, et les envies, le ventre, quoi. »

Le choix de certains produits - par exemple, en utilisant uniquement des produits de saison - ou le renoncement à d'autres – par exemple, les produits carnés, dont le prix est plus élevé, particulièrement lorsqu'on y intègre des critères de qualité tels qu'une provenance locale ou encore une production non industrielle – permet également de limiter le coût de l'alimentation. Chaque groupe déploie alors une stratégie qui lui est propre, certains renoncements par exemple n'étant pas acceptables pour certains groupes alors qu'ils ont été très bien accueillis dans d'autres. Poser de tels choix implique également de pouvoir s'appuyer sur des outils de gouvernance afin d'assurer une adhésion de tous et toutes.

Pour que ces renoncements puissent devenir autre chose qu'une contrainte, les groupes-membres doivent pouvoir faire preuve de **créativité collective et s'appuyer sur les savoirs de chacun** pour permettre le maintien sur le long terme de leurs choix et rencontrer la dimension plaisir de l'alimentation, dont nous avons vu, au sein du coup de sonde, à quel point elle était un vecteur essentiel pour les différents groupes de CdQ.



« Le fait de ne pas cuisiner la viande, ça réduit les coûts fortement, très fortement. Et donc ça permet de faire plus de portions. Directement, tu peux basculer dans des quantités. Et aussi dans les deux groupes, il y a des cerveaux qui subliment la matière première. Donc, au lieu d'avoir un plat vraiment random, un truc un peu, ça va quoi. Genre un truc sec et un légume. On arrive à des choses délicieuses qui font oublier cette fameuse tomate (...) Et donc sublimer le potiron, par exemple, sublimer le chou, sublimer tous ces trucs où on dit « ah, on ne va pas faire du chou quand même dans le groupe ». »

Planifier, comparer, acheter en grande quantité ... (Re)Penser l'alimentation pour en diminuer les coûts

Pour diminuer les coûts, les groupes-membres insistent sur la nécessité de (re)penser son alimentation pour développer de nouvelles manières de consommer : planifier à l'avance, acheter en grande quantité et développer les moyens logistiques *ad hoc* pour permettre l'approvisionnement et la bonne conservation des aliments, ou encore s'astreindre à une comparaison systématique des prix dans les différents lieux d'approvisionnement.

Des membres des groupes avaient déjà ce genre d'habitudes dans leurs pratiques individuelles, d'autres membres les ont acquises suite à leur participation à un groupe de CdQ.

Car de telles stratégies impliquent évidemment de consentir à de nombreux efforts par rapport à un acte du quotidien. À cet égard, le collectif devient donc un élément essentiel dans la mise en place et le maintien sur le long terme de telles habitudes. Consentis dans un espace collectif, ces efforts deviennent envisageables, d'autant qu'ils concourent au bien-être d'un plus grand nombre de personnes. Le collectif permet de ne plus se sentir seul·e face à l'obstacle !

Les bons plans peuvent ainsi s'échanger au sein des groupes, bien qu'actuellement, ils circulent trop peu à l'échelle du Mouvement du point de vue des participantes à l'étude. Si les stratégies de comparaison des prix doivent sans doute se penser à une échelle plus locale, elles peuvent néanmoins pouvoir servir à des groupes qui partagent un espace géographique proche. Faire circuler l'information, collectiviser les bonnes pratiques devient ainsi une question essentielle pour renforcer l'impact de CdQ dans sa dimension matérielle.

Développer des stratégies à l'échelle du Mouvement : créer des alliances nouvelles



« Mais oui, et ce qui fait qu'avec ça, ça nous a permis, en fait, un des magasins où on allait et où plusieurs groupes à Jette vont en fait, là, ils viennent d'augmenter le rabais qu'ils nous faisaient parce qu'en fait on vient quand même régulièrement donc là maintenant, ils font un rabais de 20% pour les groupes de Cuisines de Quartier. »

Au sein du Mouvement, des pratiques plus structurelles ont également vu le jour, par exemple par le biais d'un partenariat développé avec un magasin bio d'une commune bruxelloise qui accorde un rabais aux groupes-membres de CdQ. Ce type de pratiques sont encore relativement minoritaires mais les participantes semblent envisager ces mesures comme porteuses pour le déploiement du Mouvement.

D'autres liens plus structurels pourraient également voir le jour, par exemple via les liens tissés par l'équipe avec l'initiative VRAC et le réseau des Gasap¹¹, afin d'examiner si ce fonctionnement peut convenir aux groupes-membres de CdQ¹².

Dans l'idée d'une diminution des coûts, les groupes-membres évoquent également la question de l'autoproduction. A cet égard, quelques expérimentations ont vu le jour dans le Mouvement mais ne se sont pas nécessairement maintenues. Là encore, des mises en relation avec d'éventuels alliés comme les porteurs de potagers collectifs pourraient être une piste à envisager.

Si les participantes partagent l'intérêt de voir ce type d'alliances se développer à l'échelle du Mouvement, elles sont conscientes que ces partenariats devront toutefois s'appuyer sur des dynamiques plus locales, propres aux différents quartiers dans lesquels les groupes sont implantés. Une approche de ces partenariats à l'échelle du Mouvement est donc nécessaire mais devra nécessairement passer par une mise en œuvre locale.

Ces différentes mesures déployées au sein des groupes avec l'aide de l'équipe de l'asbl concourent à une cuisine collective attentive aux coûts et ayant également une attention à des critères de qualité variés, et choisis en autonomie par les groupes eux-mêmes. Mais il

¹¹ <https://gasap.be/>

¹² Depuis 1 an, l'asbl CdQ a démarré tout un travail avec les groupes sur l'approvisionnement, notamment en créant des tests grandeur nature d'approvisionnement auprès du réseau VRAC et PANIER (Gasap solidaire). Il y a eu plusieurs rendez-vous des Cuisines sur ces questions, avec rencontre d'acteurs de l'approvisionnement et la Rencontre Annuelle 2025 portait précisément sur cette question.

reste à questionner l'impact de ces mesures dans le quotidien des personnes. Nous n'avons pu pleinement interroger cette question. Certaines participantes déclarent avoir en effet appris des pratiques qu'elles tentent de reproduire dans leur quotidien – privilégier des produits de saison, par exemple ou réaliser des comparaisons plus systématiques entre les différents lieux d'approvisionnement -, plusieurs mesures sont toutefois moins facilement applicables à l'échelle individuelle – comme la cuisine en grande quantité ou la récupération systématisée et organisée d'invendus.

L'usage des portions à la maison, valorisée par le Mouvement, est l'un des aspects qui impacte sans doute le plus le quotidien des personnes. Toutefois, si cette pratique a été plus discutée, notamment avec l'équipe de coordination de CdQ et dans le cadre du coup de sonde, il est à noter qu'elle a été moins abordée dans le cadre de cet atelier. On peut émettre l'hypothèse que ces portions apparaissant comme une évidence pour de nombreux groupes, elles ont été peu discutées.

Néanmoins, le Mouvement Cuisines de Quartier permet à ses membres de se questionner sur le coût de l'alimentation tout en mobilisant une multitude de critères qui permettent à chacune de se construire son propre référentiel en termes de rapport qualité/prix.

Pratiquer la cuisine collective dans des espaces adaptés

L'accessibilité matérielle s'appuie également sur la possibilité de disposer d'espaces et de matériel qui permettent de cuisiner dans de bonnes conditions. Pour rappel, les groupes CdQ cuisinent principalement dans des espaces cuisine de leur quartier mis à disposition par des structures partenaires (dont font parfois partie les groupes CdQ). Cette mise à disposition est essentielle pour le Mouvement et les groupes jouent un rôle important dans le fait que ces cuisines soient les plus adaptées. Ainsi, des outils ont été co-créés par les groupes avec l'équipe CdQ (convention de mise à disposition ; inventaire matériel de base; ROI; etc.) pour travailler cette question.

Le niveau de satisfaction des participantes quant aux espaces cuisine qu'elles occupent est variable. Si quelques problèmes structurels – bien que mineurs, tels un robinet qui fuit – sont identifiés par plusieurs groupes-membres, ce qu'il importe de relever, c'est que de nombreuses membres ne savent pas forcément vers qui et comment faire état de ces problèmes. Dans certains groupes, où les membres sont plus nombreuses, un espace un peu trop étroit peut également donner l'impression de se gêner réciproquement dans les étapes de préparation. La localisation et la possibilité d'être autonome dans le lieu sont souvent cités comme des éléments de satisfaction.

Néanmoins, pour certains groupes, l'un des points d'insatisfaction concerne plutôt l'équipement en tant que tel, d'autant que la cuisine collective implique des équipements spécifiques comme le fait de disposer de grands contenants – par toujours disponibles ou adaptés aux installations sur place, tel un point de cuisson trop petit, par exemple. Au sein du Mouvement, un inventaire est disponible pour que les groupes puissent déterminer les équipements de base qui leur sont nécessaires pour débuter leurs activités. L'équipe propose aussi un soutien pour trouver de l'équipement, que ce soit via des appels à dons ou en accompagnant le recours à des bourses (tels les soutiens Inspirons de quartier de Bruxelles Environnement) permettant l'achat d'équipement à mutualiser.

À cet égard, les membres développent aussi d'autres astuces, comme le fait de ramener des équipements de la maison. Toutefois, il semble que les pratiques de solidarité intergroupes et l'appel au don soient particulièrement efficaces, parfois, trop, avec un éventuel problème de stockage qui en résulte.

Des équipements plus spécifiques peuvent parfois également être nécessaires, par exemple pour tout ce qui concerne la conservation. De tels équipements sont parfois disponibles, car financés par l'asbl, mais tous les groupes n'ont pas connaissance de ces possibilités d'emprunt et là encore, des questions logistiques se posent quand il s'agit de déplacer ce type de matériel.

PISTES D'ACTION POUR AMPLIFIER L'IMPACT DE CDQ – DIMENSION MATÉRIELLE

- Favoriser l'échange de « bons » plans – notamment en matière de source d'approvisionnement, y compris dans le cadre de la récupération d'invendus - entre les différents groupes (approche par quartier) – mise en œuvre d'une **plateforme collaborative** au sein de l'espace membre du site internet de CdQ (voir comment varier les supports pour limiter la fracture numérique) ;
- Intensifier les **apprentissages réciproques** entre groupes, notamment pour ce qui relève des compétences de conservation ;
- Poursuivre la réflexion sur les **aspects logistiques** liés à certaines pratiques de diminution des coûts : achat groupé, récupération d'invendus, ... ;
- Poursuivre la réflexion sur les **alliances/partenariats possibles**, par exemple avec des sources d'approvisionnement, partageant un même politique (rabais structurel), ou avec des lieux qui permettent une autoproduction comme les potagers collectifs.

2.4. L'accessibilité à une alimentation de qualité – Dimension sociale et culturelle



« Si je viens ici, c'est pour voir les gens, pour parler. Ça ne me dérange pas si on ne respecte pas le menu. »

Nous l'avons vu lors du coup de sonde, ce sont les motivations liées aux pratiques de sociabilité qui sont majoritairement mises en avant par les membres des groupes de cuisine pour rendre compte de leur engagement et de leur maintien dans le Mouvement. Se nourrir constitue, en effet, un acte social en soi, il est le marqueur d'une identité et d'une trajectoire à la fois sociale, culturelle et familiale. À cet égard, de nombreuses participantes soulignent en quoi l'alimentation est un bon moyen pour découvrir la culture de l'autre. Plusieurs groupes de cuisine visent ainsi explicitement à développer une cuisine multiculturelle, en permettant à chacune de faire découvrir des plats liés à sa culture d'origine.

Les goûts alimentaires, la manière de s'approvisionner et de préparer les produits alimentaires, ne répondent pas qu'à des contraintes logistiques. Ils rendent compte d'une manière de percevoir le monde et d'y inscrire¹³. Se nourrir implique donc de facto un rapport à l'autre ; le repas vise d'ailleurs, le plus souvent, à être partagé avec d'autres, dans la sphère familiale ou élargie, notamment lors de moments de fête, de cérémonie¹⁴. Les groupes de cuisine portent en eux cette dimension intrinsèquement collective liée à l'alimentation. La plupart des groupes prolongent d'ailleurs le temps de préparation par le partage d'un repas et accordent une attention spécifique à ce moment de convivialité partagé.

Si cette dimension sociale est voulue, voire revendiquée par la plupart des participantes, cuisiner et manger relèvent aussi de l'intime, où les représentations et intérêts de chacun doivent pouvoir se rencontrer et s'articuler. Se coordonner dans les actes pratiques, apprendre à décider ensemble, gérer les départs mais aussi les arrivées de nouveaux membres au sein des groupes sont autant d'étapes essentielles au bon fonctionnement du Mouvement CdQ et sur lesquelles nous souhaitons ici revenir pour évaluer l'impact des CdQ sur la dimension sociale de l'accessibilité à l'alimentation.

¹³ Depecker, T., Cardon, P. et Plessz, M. (2023). Chapitre 2. Les cultures alimentaires. Sociologie de l'alimentation (p. 48-72). Armand Colin.

<https://shs.cairn.info/sociologie-de-l-alimentation--9782200634612-page-48?lang=fr>.

¹⁴ Ramel, M. et Boissonnat, H. (2018). Nourrir ou se nourrir. Renouveler le sens que l'on porte à l'acte alimentaire pour renouveler nos pratiques face à la précarité alimentaire. Forum, 153(1), 53-61. <https://doi.org/10.3917/forum.153.0053>.

Accepter des motivations diverses, tout en créant un socle commun



« Il y a des gens qui viennent dans un groupe de cuisine pour cuisiner et parce qu'il y a une vraie volonté de ramener des portions à la maison pour simplifier la vie, pour réduire les coûts. Et il y a aussi des gens qui viennent pour être en relation, parce qu'elles n'ont pas de difficulté à cuisiner au quotidien, et auront peut-être moins d'intérêt de ramener des plats à la maison. C'est plutôt d'être dans un moment où on fait ensemble un truc, on discute et on se rencontre. »

Chacun des groupes de cuisine a sa propre histoire, trajectoire au sein du Mouvement. Et au sein des groupes eux-mêmes, les motivations individuelles peuvent varier grandement. Pour certaines participantes, le fait de cuisiner en grande quantité pour ramener des portions à la maison ou simplement pour répondre à un besoin primaire, demeure la motivation principale. Pour d'autres, c'est avant tout le fait d'avoir des contacts sociaux, de sortir de la maison qui motive la participation. La plupart des participantes cumulent d'ailleurs ces deux sources de motivation : cuisiner pour le quotidien ... mais pas seules.

Si les motivations varient, l'implication dans le groupe de cuisine peut aussi en être affectée, par exemple en s'investissant moins dans certaines tâches de planification (notamment dans l'approvisionnement ou le choix de menu) ou d'évaluation, puisque ce qui compte, c'est avant tout le fait de partager un moment ensemble avant le résultat lui-même.

Certains groupes-membres terminent leur session cuisine par un repas. Parmi les membres, certaines sont en effet isolées et ce repas avec le groupe peut être l'un des seuls repas partagés de leur semaine ; pour d'autres, bien qu'elles aient une famille, ce repas pris ensemble est celui dont ils/elles n'auront pas eu, seules, la charge, notamment pour les mères de famille pour qui le repas est avant tout dédié aux autres, avant d'être un moment convivial pour elles-mêmes.

Lorsque ces différentes motivations ne sont pas clairement identifiées, certaines participantes, plus spécifiquement membres de grands groupes, peuvent éprouver une certaine frustration, considérant que certains sont défaillants dans leur engagement. Les membres qui valorisent plutôt l'aspect sociabilité peuvent ne pas comprendre les attentes des membres qui placent l'acte de cuisiner collectivement et la quantité de portions à ramener au centre de leur démarche.

Pour cuisiner et manger ensemble, il s'agit également de pouvoir décider ensemble de ce que l'on souhaite préparer. Nous l'avons vu, dans le cadre de la dimension politique, la gouvernance, au sein du Mouvement mais également au sein de chaque groupe, est un élément en questionnement dans de nombreux groupes. L'alimentation implique une part de soi, en révélant ses goûts, habitudes du quotidien, voire des brides de son histoire familiale. Pour l'ensemble des participantes, il est donc important que les recettes choisies conviennent à chacune, nécessitant des compromis. De nombreuses participantes soulignent d'ailleurs leur grande satisfaction quand elles peuvent faire découvrir ou découvrir une recette issue d'autres cultures ou autres traditions familiales. La recette devient alors un moyen de découvrir l'autre, une partie de son histoire. Certaines recettes sont parfois plus complexes à réaliser en l'absence de certains ingrédients en Belgique, trop onéreux – notamment la viande pour certains groupes, ou lorsque la source principale

d'approvisionnement repose sur les récupérations d'invendus, qui demande de s'adapter aux produits disponibles ce jour-là, ce qui crée parfois certaines frustrations.

Cette dimension sociale, pourtant plébiscitée par la majorité des membres et des groupes, si elle n'est pas suffisamment travaillée au sein du groupe, peut alors devenir un espace de tension entre les personnes, menant au départ (définitif ou vers d'autres groupes) de certaines membres, voire la scission du groupe.

Mentionnons que malgré ces différences de contextes, de motivations individuelles et d'intérêts, la plupart des participantes expriment néanmoins un sentiment d'appartenance au Mouvement. Lors de nos ateliers qui rassemblaient des participantes de différents groupes de cuisine, ces dernières ont exprimé leur envie de se rencontrer et d'en apprendre plus sur le fonctionnement des autres groupes.



Mais chaque groupe a vraiment une histoire particulière. Chaque groupe a des mandats différents. Moi qui ait été dans deux groupes, c'est complètement différent. Ici, bah, c'est il y a un lieu où on nous attend, parce qu'il y a un travail social collectif et communautaire. C'est le mandat. Tandis que nous, c'est juste pour passer un bon moment et avoir des trucs à ramener chez soi. Donc, on n'est pas dans les mêmes enjeux. On n'a pas la même place les uns par rapport aux autres. C'est très différent. Mais on appartient tous au même Mouvement. C'est ça qui est beau. »

Des groupes ouverts vs des groupes (semi)fermés : gérer l'accueil de nouveaux membres

Au sein du Mouvement CdQ co-existent des groupes dits « ouverts », qui accueillent constamment de nouveaux membres, et des groupes « fermés » (ou semi-fermés, plus exactement), qui n'accueillent pas de nouveaux/lles membres ou très ponctuellement. En s'intéressant à la genèse de chaque groupe, l'on peut ainsi distinguer deux modalités dans la constitution d'un groupe :

- soit de l'initiative de quelques membres-fondateurs, qui réalisent alors prioritairement le recrutement de ses membres dans un cercle de relative proximité, par cooptation, puisque ce sont les connaissances, les amis d'amis, les voisins, les collègues qui sont « invités » à rejoindre le groupe ;

Ces groupes sont donc le plus souvent « fermés », mais dans l'obligation de s'ouvrir ponctuellement, par exemple lorsque le nombre de participantes devient trop restreint pour maintenir la dynamique collective.



Mais quand on regarde pour les groupes de 5-6 personnes, ce qui est le cas pour la majorité des groupes, les aléas de la vie font qu'on était ce nombre au début et, puis, on devient 4 ou même 3. Et donc, le groupe va être amené à se

réouvrir pour renflouer. Parce qu'en dessous de 3, on est plus vraiment un groupe. Il faut quand même qu'il y ait un certain nombre de personnes. Il faut qu'il y ait un vrai collectif. Ça force les groupes à accueillir de nouveaux venus. »

- soit de l'initiative d'une structure dite « porteuse », le plus souvent une asbl qui souhaite pouvoir développer ce type de projets au bénéfice des publics qui fréquentent la structure.

Dans ce second cas, les membres ne se « choisissent » alors pas entre eux et se voient dans l'obligation d'accepter un collectif, dont certains sont mouvant, voire où à chaque session, les membres ne sont pas toujours les mêmes.

Cette ouverture, qu'elle soit pratiquée de manière continue ou plus ponctuelle, constitue un moment complexe à gérer pour les groupes, l'arrivée de nouveaux/lles membres pouvant remettre en cause des équilibres fragiles au sein du groupe.



« Certains prennent des responsabilités. Si quelqu'un de nouveau arrive et prend des initiatives, ça peut parfois heurter les autres membres. Attends deux secondes, on a construit notre petit équilibre dans notre collectif. Comme on fait pour se réajuster à une nouvelle personne ? (...) Parce qu'il y a aussi quelque chose de l'ordre de l'intimité. On a aussi parlé de comment on a l'habitude de faire les choses, comment on fait les choses dans sa famille. Qu'est-ce qu'on aime, qu'est qu'on aime pas. Ça peut parfois être blessant : « j'aimais pas du tout la recette qu'on a fait l'autre fois » alors que d'autres personnes ont pu y mettre tout leur cœur. On fait des rencontres, il y a énormément de beaux échanges, parce que la cuisine elle donne l'occasion. Mais il y a aussi des conflits, des oppositions dans le fait de cuisiner ensemble. »

Les nouveaux/houvelles venu·e·s, par leur regard extérieur, mettent parfois en exergue des dysfonctionnements ou des règles tacites, que les membres du groupe n'ont pas pris le temps de traiter, de formaliser. L'accueil implique de pouvoir expliciter le cadre, les règles que le groupe s'est fixées, ce qui demande alors au groupe de prendre le temps de s'arrêter pour rendre compte de son fonctionnement.



Dans notre groupe, se pose la question d'accueillir de nouvelles personnes. Quand tu as des nouvelles personnes, ça veut dire réexpliquer. Mais comme on n'a vraiment rien mis au propre, ça faisait sens, on ne se posait pas trop de question, c'est plus difficile quand il y a des nouveaux. »

Cependant, faire intervenir de nouvelles et nouveaux membres peut être salutaire car ils et elles obligent les groupes à se questionner sur leur fonctionnement, à débattre des non-dits que chacun prend pour acquis, et qui pourtant, pouvaient également ne pas convenir à l'ensemble des membres.

Si ces arrivées sont une opportunité pour repenser le cadre, cette remise en cause ne peut se faire de manière continue au risque d'épuiser les participantes et de créer une forme d'instabilité. Au sein des groupes ouverts, ces entrées et sorties sont en effet parfois vécues comme trop déstabilisantes, et une formalisation est souvent nécessaire pour que les

membres qui constituent le noyau dur puissent se référer à un socle qui ne risque pas de se modifier à chaque session de cuisine.

Si l'on constate l'importance de penser ces arrivées pour éviter d'exposer le groupe, il est également nécessaire de soigner l'accueil pour les nouvelles et nouveaux membres elles/eux-mêmes afin de leur offrir les bonnes conditions pour faire leur premier pas dans le Mouvement. Là encore, selon les groupes, ces modalités d'accueil sont plus ou moins pensées, formalisées et il n'est pas toujours très clair pour les un·e·s et les autres de qui est responsable de ce « bon » accueil. Un « bon » accueil qui demande à ce que les membres du groupe soient elles/eux-mêmes dans les bonnes dispositions pour soigner ces premiers échanges.

Certains groupes s'appuient ainsi sur une transmission naturelle des anciens vers les nouveaux, par imitation, ou par le parrainage d'un·e membre du groupe qui prend sous sonaile la nouvelle ou le nouveau venu. Ici également, l'équipe joue un rôle: les facilitatrices, Fanny et Tessa, qui opèrent un suivi régulier des groupes, peuvent intervenir à la demande, en cas de tension ou de difficulté ou quand il s'agit de réaffirmer ou repenser un cadre.

La cuisine collective, un orchestre qui s'accorde



Mais si vous êtes à 20 ici, on ne sait pas tous être au four. Qui fait quoi ? Tout le monde fait n'importe quoi. Quand vous faites une tâche, vous vous occupez aussi parfois des autres pour s'assurer qu'ils continuent, sinon c'est oublié et c'est cramé. »

Selon la configuration des groupes, particulièrement en fonction du nombre de membres, cuisiner ensemble, surtout lorsqu'il s'agit de grandes quantités, impliquant parfois plusieurs recettes réalisées de manière concomitante, demande une organisation à part entière. Il s'agit alors de répartir les tâches et les responsabilités de chacun, de choisir des recettes, qui parfois, doivent s'adapter en fonction, par exemple, des invendus disponibles, lorsqu'il s'agit de la principale source d'approvisionnement du groupe. Tableau des portions, tableau de répartition des tâches... plusieurs outils co-produits par l'équipe et les groupes membres facilitent ces aspects incontournables de la cuisine collective. Néanmoins, au sein du groupe, chacune doit s'ajuster aux pratiques des unes et des autres, tout en construisant sa propre place. Ces logiques interactionnelles ne sont pas propres aux Cuisines de Quartier, mais le caractère intime lié à la cuisine, l'alimentation renforce cette dimension relationnelle, dont il importe de prendre soin.

Au sein des groupes, des chefs d'orchestre s'imposent parfois naturellement, parfois en causant quelques insatisfactions quant à ce leadership naturel, notamment lorsque celui-ci est lié à une ancienneté, reconnue mais que certains aimeraient remettre en cause. Là encore, l'équilibre entre anciennes et nouvelles membres est nécessaire pour éviter les tensions liées au fonctionnement général du groupe.

Les groupes dont les membres-fondateurs se connaissent ou qui agissent principalement par cooptation tendent à prouver plus facilement une manière de fonctionner ensemble, même si

là aussi des difficultés de communication peuvent apparaître. Faire remonter une difficulté peut être en effet plus complexe quand se jouent des enjeux plus personnels.



On fait des rencontres, il y a énormément de beaux échanges, parce que la cuisine elle donne l'occasion. Mais il y a aussi des conflits, des oppositions dans le fait de cuisiner ensemble. Ça peut par exemple être énervant quelqu'un qui dit : « ah toi, tu coupes comme ça ? Mais non, c'est comme ça qu'il faut faire ! » Bah non, c'est comme ce que je fais. »

L'étape de planification est donc essentielle en amont, mais aussi le Jour J, notamment pour s'adapter aux besoins et possibilités de chacun lorsque la session de cuisine commence. Ce partage des tâches ne peut se limiter à l'acte de cuisiner lui-même, les tâches connexes, comme les courses, la vaisselle, le rangement du lieu ... s'inscrivent également dans le fait de cuisiner ensemble. Parfois perçues comme moins plaisantes, le partage de ces tâches peut sembler déséquilibré à certains, semblant retomber toujours sur les mêmes. La planification doit donc être globale et ne pas négliger ces aspects plus rébarbatifs pour éviter les conflits¹⁵.

C'est aussi au moment de l'étape "évaluation", dont nous avons vu à travers le coup de sonde, qu'elle semble la plus complexe à systématiser pour les groupes, que ces difficultés de fonctionnement peuvent trouver à s'exprimer et se solutionner. Les outils co-produits pour guider cette phase sont encore peu nombreux et c'est plutôt lors des moments de suivi "de visu", avec l'une des membres de l'équipe, qu'elles sont discutées.

Sans conteste, l'alimentation rassemble et permet aux personnes de développer des liens sociaux de qualité, cuisiner, manger ensemble rapproche, permet de faire tomber certaines barrières en découvrant une partie de l'intimité de chacun. Pour certaines participantes, cette dimension sociale est au cœur de leur engagement, pour d'autres, elle est un plus non négligeable. Mais si cuisiner ensemble permet de dévoiler une partie de soi, cela comporte aussi des risques de tension. La cuisine collective n'est pas un exercice si simple qu'il n'y paraît, tant d'un point de vue logistique, organisationnel, que dans sa dimension relationnelle.

Pour les membres, se mettre d'accord, s'ajuster aux motivations et intérêts de chacun est un exercice en soi, mais est également une source d'enrichissement, dans la rencontre avec l'autre et ses différences. Par leur appartenance à un groupe de cuisine, les membres partagent également une identité commune par leur appartenance à un Mouvement plus large. Ainsi, de nombreuses participantes sont demandeuses de plus de rencontres inter-groupes en vue d'intensifier ce sentiment d'appartenance collective et entretenir la dimension sociale de l'accessibilité.

PISTES D'ACTION POUR AMPLIFIER L'IMPACT DE CDQ – DIMENSION SOCIALE

- Continuer à outiller¹⁶ les groupes-membres dans l'expression des motivations individuelles des membres, afin que chacun puisse se positionner et accepter le positionnement des autres membres – éviter les non-dits ;

¹⁵ Un tableau co-construit avec l'un de groupe de CdQ existe et est à disposition des groupes pour faciliter cette répartition.

¹⁶ Mentionnons que plusieurs outils sont déjà disponibles au sein du Mouvement.

- Favoriser les protocoles d'accueil, principalement, pour les groupes « ouverts » en vue de soigner l'accueil des nouveaux/les arrivant·e·s : clarifier les rôles et responsabilités de chacun·e et du groupe dans la gestion cet accueil ;
- Continuer à nourrir le sentiment d'appartenance au Mouvement, en favorisant les rencontres inter-groupes (*in situ*), en plus des rencontres annuelles et trimestrielles.

Conclusion

Évaluer les impacts du Mouvement Cuisines de Quartier est un exercice complexe, car il importe à la fois de ne pas gommer les spécificités et la diversité des groupes-membres, tout en mettant à jour une trame commune, une identité partagée pour l'ensemble de ces membres.

L'évaluation proposée dans ce travail porte sur les impacts de l'action des Cuisines de Quartier quant à l'accessibilité à une alimentation de qualité pour tous et toutes, en s'intéressant plus spécifiquement à trois dimensions de l'accessibilité : politique, matérielle et sociale.

Pour ce qui est de la **dimension politique**, malgré une prise en compte variée de cette dimension selon les groupes et les personnes, de nombreuses participantes revendiquent l'idée que leurs choix alimentaires, et notamment leur engagement dans un groupe de cuisine collective, constituent également des choix politiques. Penser son approvisionnement, choisir ses recettes, s'organiser collectivement, des actes présentés comme banals et qui sont pourtant des actes politiques à part entière. Des actes qui impliquent de s'informer, de se construire et exprimer une opinion concernant les enjeux qui entourent l'alimentation. De manière unanime, les participantes identifient CdQ comme un lieu d'apprentissage, de mise en commun et d'expérimentation où on se construit progressivement un autre rapport à l'alimentation.

Cette conscientisation politique ne constitue pas la principale source de motivation dans le fait de prendre part au Mouvement, mais s'acquiert progressivement. Une politisation, petit pas par petit pas, qui trouve à se développer notamment dans les rencontres organisées au sein du Mouvement. Des rencontres, une collectivité que certaines participantes aimeraient pouvoir élargir en s'alliant à d'autres collectifs, pour renforcer les impacts de chacun·e au profit de la défense du droit à l'alimentation pour tous et toutes.

La **dimension matérielle** de l'accessibilité a également été travaillée. S'il s'agit de rendre l'alimentation accessible du point de vue de son coût, la plupart des groupes-membres insistent pour que cette réflexion soit plus globale et intègrent d'autres critères que le seul "coût". Ainsi, il ne s'agit pas de viser à une alimentation de moindre coût, mais plutôt de permettre à chacun d'accéder à une alimentation de qualité en tenant compte des contraintes budgétaires de chacun. Et pour ce faire, les groupes-membres déploient de multiples stratégies : comparaison des prix, recours aux invendus, renoncement à certains produits et mise en valeur systématique d'autres produits, notamment les produits de saison, achats en grande quantité et pratique de conservation, ramener des portions à la maison ... Là encore, diminuer le coût de son alimentation demande des efforts, un investissement auquel les membres consentent car il est réalisé dans un cadre collectif, et soutenu par l'asbl et le Mouvement. Ensemble, les obstacles à franchir semblent alors plus praticables et permettent un transfert vers les pratiques quotidiennes de certains membres.

La cuisine collective doit pouvoir se pratiquer dans des espaces et avec des équipements adaptés, des conditions matérielles que remplissent la plupart des espaces mobilisés par les groupes bien que des points d'amélioration demeurent. Si la localisation et l'autonomie dans l'accès aux lieux sont généralement appréciées, les principales difficultés concernent la taille des espaces, pour les plus grands groupes, ou le manque de certains équipements spécifiques. Pour y remédier, les membres, soutenus par l'équipe et le Mouvement, recourent à des solutions comme l'entraide, le don ou l'emprunt de matériel.

La dimension sociale de l'accessibilité est rencontrée d'abord car les groupes-membres revendentiquent une forte dimension de plaisir dans le fait de cuisiner ensemble. Se rencontrer, échanger dans et entre les groupes, notamment lors des rencontres organisées au sein du Mouvement, leur importe. Si cuisiner ensemble est pour beaucoup un plaisir, la cuisine collective demande à chacun·e de s'ajuster aux autres pour permettre à l'orchestre de s'accorder. Vivre la cuisine collective, c'est aussi vivre une autre forme de vie en société. Là aussi, face à certaines situations de difficulté voire de conflit, les groupes peuvent avoir recours à l'équipe et, plus largement, au Mouvement.

En effet, par-delà de ces trois dimensions (politique, matérielle, sociale), le Mouvement CdQ agit comme un dispositif d'apprentissage mutuel (Querrien, 2005)¹⁷ : un espace de réflexion critique sur le système alimentaire dominant et, dans le même temps, une expérimentation collective (au sens de Dewey¹⁸) pour inventer des manières de faire adaptées aux contraintes actuelles et à venir. Dans cette dynamique, plusieurs points apparaissent déterminants pour assurer la pérennité et l'extension du Mouvement :

- veiller à la dimension collective de l'action et de la réflexion, en particulier en garantissant la vitalité des groupes existants et l'accueil des nouvelles et nouveaux membres ;
- renforcer les interactions entre groupes et avec des partenaires ou collectifs partageant des objectifs similaires ;
- consolider le « noyau identitaire » du Mouvement et de ses sous-groupes, en clarifiant les éléments fédérateurs qui constituent le socle commun : type de cuisine, convivialité, approvisionnement, etc.

Nous l'avons vu à travers cette étude menée entre 2024 et 2025, par ses actions, le Mouvement CdQ produit donc des impacts multiples dans l'accessibilité à une alimentation de qualité pour tous et toutes envisagée dans ses dimensions politique, sociale et matérielle. Il ne s'agit pas seulement d'améliorer les conditions d'approvisionnement ou de réduire les coûts, mais bien de transformer en profondeur le rapport à l'alimentation par l'apprentissage collectif, la mise en commun des savoirs, et la réappropriation d'un droit fondamental. Le Mouvement agit donc comme un catalyseur de changement, capable de transformer les pratiques alimentaires individuelles et collectives, tout en laissant ouvertes des pistes d'évolution prometteuses pour les années à venir.

Annexe n°1 – Coup de sonde à destination des groupes du Mouvement des Cuisines de Quartier

¹⁷ Querrien, A. (2005) L'école mutuelle, une pédagogie trop efficace ?, Les Empêcheurs de penser en rond, 2005

¹⁸ Rozier, E. (2010). John Dewey, une pédagogie de l'expérience. La lettre de l'enfance et de l'adolescence, 80-81(2), 23-30. <https://doi.org/10.3917/lett.080.0023>.

EFFETS, LIMITES ET LEVIERS D'ACTION DE LA DEMARCHE CUISINES DE QUARTIER

(2024-2025)

EFFETS OBSERVÉS	LIMITES/TENSIONS IDENTIFIÉES	LEVIERS D'ACTION
DIMENSION POLITIQUE		
<ul style="list-style-type: none"> Renforce les capacités d'auto-organisation collective Augmente le pouvoir d'agir sur les conditions alimentaires Fait circuler l'info, permet de l'évaluer, de la critiquer, de l'utiliser Déstigmatise grâce au principe d'hospitalité radicale Valorise l'action transformatrice des mouvements de femmes 	<ul style="list-style-type: none"> Contribution à la démocratie alimentaire limitée du fait de la taille du Mouvement et des groupes Hétérogénéité des motivations à rejoindre le Mouvement Visibilité encore limitée du Mouvement 	<ul style="list-style-type: none"> Faciliter la prise de décision collective au sein du Mouvement Réaliser ensemble un texte d'adhésion Faire alliance avec d'autres acteurs du droit à l'alimentation S'associer à des plaidoyers sur le droit à l'alimentation
DIMENSION ÉCONOMIQUE ET MATÉRIELLE		
<ul style="list-style-type: none"> Réduit les contraintes économiques Réduit les contraintes matérielles Valorise des équipements et espaces à dimension collective sous utilisés 	<ul style="list-style-type: none"> Effets limités du fait de la dimension occasionnelle des sessions Encore trop peu de cuisines mises à disposition Logistique d'approvisionnement encore fragile Inégalités d'équipement des cuisines Hétérogénéité des besoins en termes de communication 	<ul style="list-style-type: none"> Co-créer une plateforme collaborative pour mutualiser les ressources locales Identifier des acteurs référents pour les lieux cuisines
DIMENSION SOCIALE ET CULTURELLE		
<ul style="list-style-type: none"> Créée du plaisir Création ou renforcement de liens sociaux et de pratiques d'entraide Reconnaissance et valorisation des savoirs du quotidien 	<ul style="list-style-type: none"> Tensions entre motivations des membres (convivialité vs production) Gestion des arrivées/départs dans le groupe Risque d'épuisement Manque d'outils pour faciliter la phase « évaluation » du cycle de cuisine 	<ul style="list-style-type: none"> Soigner l'accueil et accompagner dans la résolution de conflits Encourager et faciliter les pratiques de co-évaluation au sein des groupes pour faire circuler les « bonnes pratiques »

Présentation du questionnaire et de ses objectifs

Cuisines de Quartier a aujourd’hui quatre ans et demi. Au printemps 2024, 17 groupes cuisinent ensemble dans 7 quartiers différents de la ville et d’autres groupes sont en cours de lancement. 106 cuisinières et cuisiniers aux fourneaux, ça commence à faire du monde !

Cette année, l’équipe des Cuisines de Quartier lance une **évaluation**. Son but, c’est de mieux vous connaître. C’est aussi d’ajuster nos activités et notre façon de vous accompagner en rapport avec vos besoins. C’est enfin, petit à petit, de donner forme au Mouvement des Cuisines de Quartier.

Pour cela, nous avons fait appel au Crebis. Ils accompagnent des associations qui, comme nous, veulent voir où elles en sont, comprendre les effets de leurs actions et changer leurs pratiques.

Cette évaluation se fait en plusieurs étapes. La toute première, c’est celle-ci : un coup de sonde pour définir **avec vous** les bases de ce qu’on fait ensemble. C'est-à-dire se mettre d'accord sur ce qu'on entend par Cuisines de Quartier et par Mouvement. On vous invite à vous poser les questions suivantes au sein de votre groupe de cuisine. **Une personne parmi vous peut lire les questions et noter les réponses. Vous pouvez aussi prendre des notes de vos discussions.**

1. Votre Groupe

Quel est le nom de votre groupe ?

Nombre de participantes à la séance du jour ?

Où cuisinez-vous ?

Depuis combien de temps cuisinez-vous ensemble ?

À quelle fréquence cuisinez-vous ?

Est-ce que vous participez aux rencontres annuelles ou à d'autres événements du Mouvement de Cuisines de Quartier ? (entourez votre réponse)

Oui – Non

A. Vos motivations (vote individuel)

Question : quelles sont vos principales motivations à cuisiner ensemble au sein de votre groupe de cuisine ?

Consignes :

- Lisez les motivations suivantes.
- Votez ensuite **individuellement** pour les motivations qui vous correspondent le plus. Chaque personne vote pour **3 motivations maximum (par exemple, vote à main levée ou chacun inscrit une barre devant les 3 motivations qu'il a choisies)**.
- Notez le nombre de votes par motivation dans la colonne de droite. (si vous êtes 5 dans le groupe, vous aurez 15 votes à reporter dans le tableau)

Vous pouvez noter des motivations supplémentaires dans la ligne « autre ».

Je viens dans ce groupe	Nombre de votes
Motivation 1 : pour apprendre à cuisiner	
Motivation 2 : pour diminuer mon budget alimentation	
Motivation 3 : pour découvrir de nouvelles recettes, techniques, aliments	
Motivation 4 : pour gagner du temps, me faciliter la vie	
Motivation 5 : pour cuisiner en grande quantité/ faire mon stock	
Motivation 6 : parce que je n'ai pas un espace ou des équipements adaptés	
Motivation 7 : pour manger plus sainement / pour ma santé	
Motivation 8 : pour changer mes habitudes d'achat	
Motivation 9 : pour me motiver à cuisiner	
Motivation 10 : pour briser la solitude / pour m'occuper	
Motivation 11 : pour appartenir à un collectif	
Motivation 12 : pour changer le monde	
Motivation 13 : pour le plaisir de cuisiner en groupe	
Motivation 14 : pour créer du lien et du partage	
Motivation 15 : pour sortir de mon cadre quotidien	
Motivation 16 : pour avoir un loisir	
Autre :	

B. Le fonctionnement de votre groupe (choix collectif au nom du groupe**)**

Consignes : Ensemble, vous devez vous mettre d'accord sur la réponse qui correspond le mieux au fonctionnement actuel de votre groupe. Entourez votre réponse.

1. Est-ce que votre groupe suit les quatre étapes d'un cycle des Cuisines de Quartier (planifier, s'approvisionner, cuisiner et évaluer) ?

Jamais – Parfois – Souvent – Toujours

2. Est-ce qu'une ou plusieurs de ces étapes vous pose problème ?

Oui – Non

3. Si oui, laquelle ou lesquelles des étapes vous pose problème ?

Planifier – S'approvisionner – Cuisiner – Évaluer

C. Votre avis (vote individuel)

Consignes :

- Lisez les propositions suivantes.
- Chaque personne indique **individuellement** si elle est : Pas du tout d'accord – Pas d'accord – D'accord – Tout à fait d'accord avec la proposition.
- Notez ensuite l'ensemble des votes recueillis par chaque proposition.

1. Pour vous, un groupe de Cuisines de Quartier doit choisir des recettes avec...

...une attention portée sur les prix

Pas du tout d'accord	Pas d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

...une attention portée sur les sources d'approvisionnement

Pas du tout d'accord	Pas d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

...une attention portée sur la santé

Pas du tout d'accord	Pas d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

2. Pour vous un groupe de Cuisines de Quartier doit cuisiner pour pouvoir ramener des préparations à la maison

Pas du tout d'accord	Pas d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

2. Le Mouvement des Cuisines de Quartier

a. Les objectifs du Mouvement (vote individuel)

Question : Selon vous, quels sont les objectifs du Mouvement des Cuisines de Quartier ?

Consignes :

- Lisez les propositions suivantes.
- Votez ensuite **individuellement** pour les propositions qui vous correspondent le plus. Chaque personne vote pour **2 propositions maximum**.
- Notez le nombre de votes par proposition dans la colonne de droite.

Vous pouvez noter des propositions supplémentaires dans la ligne « autre ».

Objectifs	Nombre de votes
Objectif 1 : Permettre l'entraide entre les groupes de cuisine	
Objectif 2 : Développer la pratique de la cuisine collective dans toute la ville	
Objectif 3 : Agir sur les décisions politiques en lien avec le droit à l'alimentation	
Objectif 4 : Remettre l'alimentation au centre de nos vies	
Autre :	

b. Les valeurs du Mouvement (vote individuel)

Question : Selon vous, quelles sont les valeurs clés du Mouvement des Cuisines de Quartier ?

Consignes :

- Lisez les propositions suivantes.
- Votez ensuite **individuellement** pour les propositions qui vous correspondent le plus.
Chaque personne vote pour **2 propositions maximum**.
- Notez le nombre de votes par proposition dans la colonne de droite.

Vous pouvez noter des propositions supplémentaires dans la ligne « autre ».

Valeurs	Nombre de votes
Valeur 1 : Partage - on échange ses expériences et ses découvertes et on apprend les uns des autres	
Valeur 2 : Accessibilité - l'alimentation de qualité doit être pour tout le monde	
Valeur 3 : Autonomie - chaque groupe décide pour lui-même de son organisation et est libre de ses choix alimentaires	
Valeur 4 : Solidarité - ensemble on est plus forts, on s'entraide les uns les autres	
Valeur 5 : Hospitalité - on crée des espaces et des moments inclusifs et diversifiés dans le respect et l'ouverture de chacun.	
Valeur 6 : Plaisir - on cultive la joie et le plaisir d'être ensemble autour de la cuisine	
Autre :	

c. Questions ouvertes (choix collectif au nom du groupe)

Consignes : Discutez des questions et répondez ci-dessous.

En tant que groupe, qu'est-ce que cela vous apporte-t-il de faire partie du Mouvement des Cuisines de Quartier ?

Est-ce que vous des besoins ou des attentes particulières en matière d'accompagnement de la part de l'ASBL Cuisines de Quartier ?

Est-ce que vous avez des dernières remarques que vous souhaitez partager ?

Merci d'avoir répondu à ces questions ! Si vous souhaitez poursuivre les discussions concernant le fonctionnement et les valeurs de Cuisines de Quartier, nous vous invitons à participer à des groupes de réflexions qui se tiendront cette année. Plus d'informations à venir. Si vous avez des questions, vous pouvez nous contacter directement à info@cuisinesdequartier.be ou Fanny au +32 472 29 53 06.

À bientôt !

L'équipe de Cuisines de Quartier