

JAARLIJKSE BIJEENKOMST #5 VAN DE BEWEGING CUISINES DE QUARTIER



LATEN WE SAMEN
KOKEN VOOR HET
DAGELIJKS LEVEN

De toegang tot voldoende en duurzame voeding is een grote maatschappelijke uitdaging, op het kruispunt van sociale rechtvaardigheid, volksgezondheid en ecologische transitie. Om deze uitdaging aan te gaan, rekent de **vzw Cuisines de Quartier** sinds 2019 op het collectieve dagelijkse koken.

De aanpak van Cuisines de Quartier is georganiseerd als een **Beweging**. Die brengt groepen mensen **samen** die hun tijd, budget en kennis bundelen om **samen dagelijkse maaltijden te bereiden** in gedeelde keukens in hun wijk.

Cuisines de Quartier laat **de stem van Brusselse eters horen** bij de politieke instanties en draagt bij aan de overgang naar een rechtvaardig en **duurzaam voedselsysteem**.

Op **28 november** organiseert de vzw Cuisines de Quartier de **5e Jaarlijkse Ontmoeting van de Beweging van de Cuisines de Quartier**.

PROGRAMMA

Kom de nieuwigheden van de Beweging ontdekken, ontmoet de groepen die eraan deelnemen en geniet van een feestelijk moment rond collectief koken !

Nieuw adres : **Place Masui 13**, 1000 Brussel, op een steenworp van station Noord.

13:30 > 14:00

Voorstelling van de Beweging Cuisines de Quartier en haar recentste nieuws

14:00

Festival van de groepen Cuisines de Quartier. Kookgroepen die lid zijn van de Beweging delen hun kennis en collectieve ervaringen !

LE FESTIVAL DES GROUPES ?

Koken met onverkochte producten, een gemeenschappelijk charter opstellen, financiering vinden om een keuken (opnieuw) uit te rusten, een gezamenlijke basisvoorraad aanleggen... De groepen van Cuisines de Quartier vinden elke dag nieuwe manieren om samen te koken.

16:00 > 16:30

Een zoet moment om in stijl af te sluiten.



VRIJDAG 28 NOVEMBER 2025
VAN 13:30 TOT 16:30
MASUIPLEIN 13,
1000 BRUSSEL

* PERSBERICHT

PERCONTACT

CHARLOTTE DIAMENT
+32 471 52 09 03
charlotte@cuisinesdequartier.be
www.cuisinesdequartier.be



DE **BEWEGING** CUISINES DE QUARTIER

Het recht op voldoende, gezonde en duurzame voeding zou voor iedereen gegarandeerd moeten zijn. Toch staan we, wat de werkelijke mogelijkheden om onze bord te vullen betreft, duidelijk niet allemaal op gelijke voet.

Door burgergroepen te ondersteunen die **samen koken voor het dagelijks leven**, werkt de Beweging Cuisines de Quartier **aan een rechtvaardiger en duurzamer voedselsysteem**.

De Beweging, momenteel actief in het Brussels Gewest, creëert sociale banden rond voeding binnen de wijken zelf.

Ze richt zich **tot iedereen**, maar vooral tot meer kwetsbare groepen voor wie toegang tot duurzame en kwaliteitsvolle voeding moeilijk is.

De aanpak van Cuisines de Quartier komt voort uit het actieonderzoek **FalCoop** (2015–2018) over toegang tot duurzame voeding voor iedereen.

Ze is geïnspireerd door **gemeenschapskeukens** die overal ter wereld, sinds mensenheugenis, banden tussen mensen versterken en voedselonzekerheid helpen bestrijden.

Door een collectieve aanpak van het dagelijkse koken te bevorderen, wil de werkwijze van de Buurtkeukens net op deze belemmeringen inspelen.

De aanpak van Cuisines de Quartier is ook geïnspireerd door een **initiatief uit Québec** : in 1980 begonnen drie alleenstaande moeders die voedselhulp ontvingen regelmatig samen te koken om

Veertig jaar later verenigt de **“Regroupement des Cuisines Collectives du Québec”** (RCCQ) 1400 kookgroepen die samen anderhalf miljoen maaltijden per jaar bereiden!



De belemmeringen voor “huisgemaakt koken”, die **bijdragen** aan sociale gezondheidsongelijkheid, zijn vandaag goed bekend :

- Financiële moeilijkheden
- Levensritme
- Isolement
- Gebrek aan motivatie (vooral bij alleenstaanden)
- Verlies van kookvaardigheden
- Onbekendheid met lokale, ruwe producten
- Gebrek aan kookruimte of uitrusting

Regelmatig samen in grotere hoeveelheden gerechten bereiden om mee naar huis te nemen.

De groepen **bepalen** zelf het ritme van hun bijeenkomsten, hun recepten, kopen de ingrediënten op basis van hun middelen en keuzecriteria, en betalen hun porties aan kostprijs. Na het **samen koken** en het verdelen van de **porties die mee naar huis worden genomen om in de koelkast, diepvries of in een pot te worden bewaard**, nemen de groepen de tijd om de **volgende kooksessie te plannen**. Deze organisatie is de sleutel om de continuïteit van de groep te garanderen.



De groepen wenden zich ook tot alternatieve en **duurzamere bevoorradingskanalen** : gezamenlijke aankopen, directe contacten met groentetelers, rapen, recuperatie, enz. Bovendien maakt kopen in grotere hoeveelheden het mogelijk de kosten te verlagen. Dit is allesbehalve onbelangrijk, gezien de sterke stijging van de kosten van levensonderhoud.



Via de collectieve praktijk van het dagelijkse koken komt er zo een andere vorm van invloed op het eigen voedingspatroon en, in bredere zin, op de samenleving tot stand.

- Sommige groepen worden **opgestart of ondersteund door een vzw of een lokale organisatie** (bijvoorbeeld het buurthuis Bouillon de Cultures, het Espace Social Télé-Service, de solidariteitswinkel Caba Jette, de inclusieve woonvoorziening Riga, het Samu social, enz.),
- Andere groepen **starten zelfstandig** en brengen een groep vrienden of burensamen.



EEN BEWEGING TER ONDERSTEUNING

De Cuisines de Quartier hebben zich georganiseerd in een **Beweging** — een Beweging die bestaat uit alle actieve groepen en hun partners.

Als een echt **platform voor onderlinge steun tussen de groepen**, en een plek voor uitwisseling en het delen van middelen, wil de Beweging ook de stem van de **burgers-eters** laten horen bij de overheidsinstanties en pleiten voor een rechtvaardiger en duurzamer voedselsysteem.

De Beweging ondersteunt ook de ledengroepen bij **het zoeken naar een keukenruimte en biedt toegang tot een hele reeks gedeelde tools om hen te helpen** hun project op te starten en te versterken.



Al deze tools zijn **samen** met de Cuisines de Quartier groepen **ontwikkeld** om in hun behoeften te voorzien : praktische fiches (hygiëne, organisatie van een collectieve kookreeks, enz.), receptfiches en geïllustreerde recepten, animatietools, video's, enzovoort.



Sinds eind 2019 verenigt de Beweging meer dan 20 groepen en een vijftigtal partners uit diverse sectoren: voeding, gezondheid, sociale hulp, voedselhulp, gemeentelijke ruimten, OCMW's, wijkgezondheidscentra en nog veel meer!





De leden van de Beweging kunnen ook **hulp vragen bij het zoeken naar financiële middelen om een keuken aan te passen en/of uit te rusten**, of **tijdelijke ondersteuning** krijgen in geval van moeilijkheden.

De **onderlinge verbinding tussen de groepen** bevordert uitwisseling tussen gelijken en leidt tot thematische bezoeken of specifieke activiteiten die sociale banden versterken.

Stap voor stap, gerecht na gerecht, dragen de Buurtkeukens bij aan het effenen van de weg naar de **verwezenlijking van het recht op voeding**.

AFSPRAKEN EN ONTMOETINGEN

De Beweging van de Cuisines de Quartier wil de groepen met elkaar verbinden tijdens de **Rendez-Vous des Cuisines**, maar ook met het bredere ecosysteem van partners, bondgenoten en ondersteuners tijdens de **Jaarlijkse Ontmoeting**.

Deze ontmoetingen, die het jaar ritmeren, bieden de gelegenheid om concreet te werken rond thema's die de leden van de Cuisines de Quartier aanbelangen en bezighouden (zoals bewaring, bevoorrading, uitwisseling van ervaringen en middelen) enerzijds, en om het **netwerk te versterken** anderzijds.



Met de stijging van de voedselprijzen, en rekening houdend met de opeenvolgende milieu- en economische crisissen, is dit collectieve werk van onderzoek en netwerking dringend geworden.

“ UITSPRAKEN VAN LEDEN VAN CUISINES DE QUARTIER



“Ik kook graag, maar als mijn kinderen er niet zijn, kook ik helemaal niet. Als ik moe ben, komt dit precies op tijd — vooral de sauzen! Ik heb veel geleerd, bijvoorbeeld over weck, daar wist ik niets van... Dat delen van kennis, dat vind ik zo mooi.”

Sadika, Groep Mosaïques des Saveurs

“Een kookgroep voelt als familie, dat is het fijne eraan. Als ik laat thuiskom, heb ik niet altijd zin om te koken. Dan hoef ik alleen maar de koelkast open te doen.”

Ferhat, Groep Ça Chauffe

“De kans om samen dingen te koken die ik alleen niet zou maken, om in te maken, om nieuwe smaken te ontdekken waar ik anders niet aan denk.”

Gaëlle, Groep Les Janine

“Dankzij het gebruik van onverkochte producten koken we voor nul euro!”

Patrick, Groep Cuisine Casa.

« Elke maand koken we
bijna 200 porties, we
besparen geld en hebben
plezier.»

Melvin, Groep Cuisine Casa



CUISINES DE QUARTIER VZW

+32(0)471 52 09 03

INFO@CUISINESDEQUARTIER.BE

WWW.CUISINESDEQUARTIER.BE

