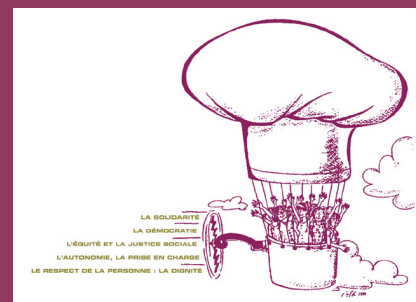


Regroupement des cuisines collectives du Québec

1605, rue de Champlain
Montréal (Québec) H2L 2S5
Téléphone : 514 529-3448
Télécopieur : 514 529-1359
Courriel : info@rccq.org
Site Internet : www.rccq.org



Groupe de cuisine collective

Autoportrait

IDENTIFICATION

Date

Nom du groupe de cuisine collective

Personne responsable

Adresse de correspondance

Ville

Code postal

Adresse du local de cuisine collective, si différente

Ville

Code postal

Téléphone

Télécopieur

Courriel

Site Internet

Complétez cet Autoportrait en groupe

Le document fait partie intégrante de la *Démarche d'évaluation et d'adhésion des nouveaux membres du Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ)*.

pourquoi

Pour **VOUS** connaître et **VOUS** permettre, avant tout, de **NOUS** connaître. Pour **VOUS** permettre d'évaluer, vous-même, si **VOUS** adhérer ou non au RCCQ. Pour **NOUS** permettre de travailler avec des membres qui partagent une vision et des valeurs communes.

comment

Voici le déroulement de notre *Démarche d'évaluation et d'adhésion des nouveaux membres au RCCQ*.

- ❑ **Étape 1** : Contact avec le RCCQ
- ❑ **Étape 2** : Réception de la documentation sur le RCCQ
 - 📁 Politique d'adhésion
 - 📁 *Autoportrait*
 - 🌐 Consultation de la Base d'unité politique et autres documents pertinents sur le site Internet au www.rccq.org
- ❑ **Étape 3** : Rédaction de l'*Autoportrait*
- ❑ **Étape 4** : Envoi la documentation au RCCQ
 - 📁 *Autoportrait* complété
 - 📁 Lettre d'implication signée par touTES les participantEs
 - 📁 Lettre d'appui de la communauté ou de l'organisme parrain
- ❑ **Étape 5** : Analyse par le comité du RCCQ
- ❑ **Étape 6** : Dépôt de la demande et décision du CA du RCCQ
- ❑ **Étape 7** : Envoi des documents pertinents du RCCQ
 - 📁 Réponse
 - 📁 Base d'unité politique
 - 📁 Règlements généraux
 - 📁 Cadre de reconnaissance et de financement des membres du RCCQ

maintenant

Vous êtes **ICI** à l'**étape 3** qui consiste à compléter l'*Autoportrait*. Veuillez prendre note que le présent document utilise le féminin afin d'alléger le texte tout en reflétant la réalité de ses lectrices qui sont en majorité des femmes.

S.V.P.

*Veuillez répondre
au meilleur de votre
connaissance
à **TOUTES**
les questions.*

*C'est important
que le RCCQ puisse
connaître **TOUS**
ses membres.*

*Par conséquent,
si l'**Autoportrait**
n'est pas complet,
il vous sera retourné.
Si vous avez des
interrogations
concernant certaines
questions,
n'hésitez pas à
communiquer avec
le RCCQ au
514 529-3448.
Il nous fera un plaisir
de vous aider.*

NOTRE GROUPE ET SON FONCTIONNEMENT

SECTION RÉSERVÉE AU RCCQ

1. Notre groupe de cuisine collective est composé _____ de personnes.

a b c

2. Dans votre groupe, toutes les personnes mettent-elles en commun* :

- Temps
- Argent
- Compétences
- Ne s'applique pas

a b c

*Référence à la définition d'une cuisine collective du RCCQ :

« Les cuisines collectives sont de petits groupes de personnes qui **mettent en commun leur temps, argent et compétences** pour confectionner, en quatre étapes (planification, achat, cuisson, évaluation) des plats économiques, sains et appétissants qu'elles rapportent chez elles... »

3. Les activités de notre groupe de cuisine collective se déroulent-elles toute l'année?



Oui Non

Si non, quand arrêtons-nous et pourquoi :

4. Dans la planification, notre groupe décide et fait les activités suivantes :

- Choix des recettes
- Multiplication des recettes
- Choix du nombre des portions
- Choix de la taille des portions
- Calcul du budget :
- Prix des portions :
- Faire la liste des achats

a b c

5. Pour les achats, notre groupe décide et fait les activités suivantes :

- Choix des lieux d'achats
- Faire les achats
- Payer la totalité des portions cuisinées

a b c

SECTION RÉSERVÉE AU RCCQ

6. *Durant la journée de cuisson, notre groupe décide et fait les activités suivantes :*



- Division des tâches
- Décider des règles d'hygiène
- Préparation des aliments
- Cuisson des aliments
- Ménage
- Division des portions

a b c

7. *Durant l'évaluation, notre groupe évalue les items suivants :*

- Nos recettes
- Notre fonctionnement
- Notre esprit d'équipe

a b c

8. *Notre groupe gère le fonds de cuisine en :*

- décidant de son contenu
- payant des denrées
- faisant les achats des denrées
- faisant l'inventaire

a b c

9. *Nous cuisinons avec des dons alimentaires :*

- Jamais
- Parfois
- À chaque activité de cuisine collective

a b c

10. *Par ordre de priorité, nous choisissons nos recettes en fonction (mettre 1, 2, 3, 4 selon la priorité)*



- ___ Des rabais dans les circulaires
- ___ Des dons alimentaires
- ___ Selon nos goûts
- ___ Autres : _____

a b c

NOTRE GROUPE ET LA BASE D'UNITÉ POLITIQUE

11. *Qui peut faire parti de notre groupe de cuisine collective?*

Tout le monde est bienvenue

Les critères sont : _____

12. *Dans notre groupe nous pouvons décider d'accueillir ou de ne pas accueillir des nouvelles personnes?*

Oui

Non, pourquoi : _____

13. *Est-ce que c'est le choix personnel de chacunE de participer à notre groupe de cuisine collective?*

Oui

Non, qu'est-ce qui nous y oblige :

14. *Nous adhérons et appliquons les valeurs suivantes :*



Solidarité

Exemple : _____

Démocratie

Exemple : _____

Équité et justice sociale

Exemple : _____

Autonomie et prise en charge

Exemple : _____

Respect de la personne : dignité

Exemple : _____

SECTION RÉSERVÉE AU RCCQ

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

15. *Dans notre groupe de cuisine collective, il nous arrive de :*

Souvent

Parfois

Jamais

Essayer des nouvelles recettes

Oser goûter de nouveaux aliments

Participer à des ateliers sur
des sujets divers

Aller chercher de l'information sur
ce qui intéresse le groupe pour le partager

Échanger sur différents sujets d'actualité


 a b c

 a b c

 a b c

 a b c

 a b c

NOTRE GROUPE ET L'AUTONOMIE ALIMENTAIRE

*Référence à la définition de l'Autonomie alimentaire du RCCQ :

- C'est l'accès en tout temps et à long terme à une quantité quotidienne suffisante de nourriture, à un coût raisonnable.
- C'est le pouvoir de choisir, en toute dignité et en ayant accès à une information claire et fiable, une alimentation saine, variée et salubre.
- Elle s'acquiert par l'action collective et solidaire de se prendre en charge individuellement et collectivement, pour le mieux-être d'une communauté, dans un esprit de développement durable.
- Elle favorise le respect de l'environnement, le commerce équitable, la consommation responsable et vise un équilibre durable entre la satisfaction des besoins présents et ceux des générations futures.

16. *Nous adhérons à la vision de l'Autonomie alimentaire.*

 Tout à fait d'accord

 Partiellement d'accord

 Besoin de plus d'information

 Commentaires : _____

 a b c

17. *Nous appliquons la vision de l'Autonomie alimentaire.*

- Toujours
 Parfois
 Jamais
 Besoin de plus d'information
 Commentaires : _____
- _____
- _____
- _____

a b c

18. *Dans notre groupe de cuisine collective, il nous arrive de :*

Souvent *Parfois* *Jamais*

- | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Faire du recyclage | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Avoir un jardin collectif | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Revendiquer pour une meilleure alimentation | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Acheter auprès d'un producteur | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Acheter des aliments équitables | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Acheter des aliments bio | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Participer à un groupe d'achats | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Cuisiner avec des dons alimentaires | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Cuisiner avec des produits de saisons | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Cuisiner avec des produits québécois | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c

a b c



N OTRE GROUPE ET NOTRE COMMUNAUTÉ

SECTION RÉSERVÉE AU RCCQ

19. *Nos partenaires sont :*

20. *Nous sommes impliquéEs dans les activités suivantes :*

21. *Nous sommes appuyéEs par:* (noms et coordonnées)

D ONNÉES STATISTIQUES



Composition de votre groupe de cuisine collective :

_____ C.C. pour toutes et tous
_____ C.C. pour enfants
_____ C.C. pour adolescents

_____ C.C. pour femmes seulement
_____ C.C. pour hommes seulement
_____ C.C. pour personnes âgées

Type de mets cuisinés dans votre cuisine collective :

C.C. purées de bébé
 C.C. végétarienne
 C.C. minceur
 C.C. traditionnelle

C.C. multi-ethnique
 C.C. santé (diabète, cholestérol, etc.)
 C.C. bio
 autre : _____

Nombre de portions cuisinées par le groupe par année?

_____ portions par année

Âge des participantEs de votre cuisine collective (nombre de personnes)

_____ 11 ans et moins
_____ 18-29 ans
_____ 55-64 ans

_____ 12-17 ans
_____ 30-54 ans
_____ 65 ans et plus

Sexe des participantEs de votre cuisine collective (nombre de personnes)

_____ Féminin

_____ Masculin

Profil des participantEs des cuisines collectives (nombre)

_____ Famille
_____ Famille monoparentale
_____ Personne vivant seule
_____ Personne handicapée
_____ Personne en situation de pauvreté
_____ Personne ayant des problèmes de santé (diabète, cholestérol, problèmes cardiaques, etc.)
_____ Réfugié, immigrant et communauté ethnique
_____ Autre : _____

Nombre de personnes rejointes qui bénéficient de votre cuisine collective (participantEs et leur famille)

_____ Femmes
_____ Hommes
_____ Enfants

À quel moment se déroule votre activité de cuisine collective?

Jour Soir Fin de semaine

LETRE D'IMPLICATION DES PARTICIPANTES

(Date)

Comité Membership
Regroupement des cuisines collectives du Québec
1605, rue de Champlain
Montréal (Québec) H2L 2S5

Objet : Demande d'adhésion au Regroupement des cuisines collectives du Québec

Madame, Monsieur,

Suite à une rencontre de notre groupe de cuisine collective

(Nom du groupe de cuisine collective)

tenue le _____, nous désirons faire une demande d'adhésion pour devenir membre du Regroupement des cuisines collectives du Québec.

Nous nous engageons à :

- ✓ reconnaître la définition d'une cuisine collective,
- ✓ adhérer à la Base d'unité politique du RCCQ,
- ✓ viser l'Autonomie alimentaire,
- ✓ acquitter la cotisation et respecter les règlements généraux du RCCQ.

En espérant le tout à votre satisfaction, veuillez agréer, Madame, Monsieur, nos salutations sincères.

(Signatures de toutEs les participantEs du groupe de cuisine collective)

LETTRE D'APPUI DE LA COMMUNAUTÉ

(Date)

Comité Membership
Regroupement des cuisines collectives du Québec
1605, rue de Champlain
Montréal (Québec) H2L 2S5

Objet : Lettre d'appui à une demande d'adhésion au RCCQ

Madame, Monsieur,

Par la présente, _____
(Nom de l'organisme)

appuie la démarche de demande d'adhésion de

(Nom du groupe de cuisine collective)

pour devenir membre du Regroupement des cuisines collectives du Québec.

En espérant le tout à votre satisfaction, veuillez agréer, Madame, Monsieur, nos salutations sincères.

(Signature de la personne autorisée)

