



**REGROUPEMENT DES  
CUISINES COLLECTIVES  
DU QUÉBEC**

**MÉMOIRE SUR LE PROJET CONSTITUTONS!**

**PRÉSENTÉ PAR LE REGROUPEMENT DES CUISINES  
COLLECTIVES DU QUÉBEC**

**Février 2019**



## Le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ)

Le RCCQ a pour mission de favoriser l'émergence, la consolidation et la concertation des cuisines collectives sur l'ensemble du territoire du Québec.

L'action du RCCQ vise le développement de l'autonomie alimentaire par les personnes, les familles et les communautés, au moyen de l'éducation populaire et du renforcement du pouvoir d'agir individuel et collectif pour une société plus juste et solidaire.

### ***La naissance d'une nouvelle pratique alternative en Autonomie alimentaire***

Au Québec, l'histoire du mouvement des cuisines collectives débute en 1982 dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve à Montréal, lorsque trois femmes décident de mettre argent, idées et temps en commun afin de planifier et cuisiner collectivement des plats nutritifs et économiques pour leur famille. Elles veulent avoir la possibilité de faire des choix alimentaires, en toute dignité, en faisant plus que de recevoir des denrées gratuites. Elles agissent dans une démarche citoyenne. C'est la naissance d'une nouvelle pratique alternative en Autonomie alimentaire.

### ***Une organisation qui se met en place***

L'idée géniale de ces pionnières se transmet rapidement de quartier en quartier, puis à travers le Québec. En 1990, plus d'une centaine de groupes existent et s'unissent en une seule voix : le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ). Le nouveau regroupement provincial permet aux cuisines collectives :

- De préserver la philosophie de base : viser l'Autonomie alimentaire et représenter une alternative aux méthodes caritatives.
- De mettre en commun leurs connaissances.
- De se donner une force de représentation.
- De répondre à leurs besoins de formation, de développement, de consolidation, de support, de soutien technique, d'échange d'informations et de transmission de connaissances.



Le RCCQ fait la promotion des cuisines collectives, de ses actions et de ses valeurs, auprès de la population et des autres instances communautaires, médiatiques et publiques. En 2000, nous avons adopté notre Base d'unité politique qui transmet notre orientation et les valeurs auxquelles nous adhérons : la solidarité, la démocratie, l'équité et la justice sociale, l'autonomie; la prise en charge, le respect de la personne; la dignité.

Basé sur les principes d'éducation populaire, le RCCQ favorise la promotion de la santé par l'action et la prise en charge des personnes et de leur famille, de leur alimentation et de leur vie en général. Les cuisines collectives du Québec ont tissé des liens de solidarité internationale avec celles du Pérou et du Mali. De plus, le mouvement a vu naître quelques regroupements régionaux et continue de développer des liens à l'international.

### ***Une pratique en pleine ébullition...***

Initiées par les femmes, les cuisines collectives ont permis de mettre en valeur leurs compétences à nourrir notre société. Aujourd'hui, le visage du mouvement se modifie peu à peu et accueille différents types de groupes : végétariens, santé, multiethniques, hommes seuls, enfants, adolescents, personnes âgées ou intergénérationnels, etc. Les principes d'autonomie des groupes et de prise en charge individuelle et collective permettent donc cette diversité riche et créative.

## **Les cuisines collectives**

Une cuisine collective est un groupe de personnes mettant en commun leur temps, argent et compétences pour confectionner, en quatre étapes (planification, achats, cuisson, évaluation), des plats économiques, sains et appétissants qu'elles rapportent chez elles. Elle s'adresse à toutes les personnes qui ont le souci d'une saine alimentation et d'une meilleure qualité de vie pour elles et leur famille tout en ayant la possibilité de s'impliquer individuellement et collectivement dans leur communauté. Le tout se fait dans le plaisir selon les principes d'éducation populaire dans une démarche de solidarité, de démocratie, d'équité et de justice sociale, d'autonomie et de prise en charge individuelle et collective, de respect de la personne et de dignité.

### ***Fonctionnement d'une cuisine collective***

Une cuisine collective se déroule en quatre étapes : la **planification**, les **achats**, la **journée de cuisson** et l'**évaluation**. Lors de la planification, les personnes participantes choisissent les recettes, déterminent le nombre de portions et calculent le budget. Ensuite, elles vont faire



les achats. Enfin, elles se rencontrent à nouveau pour cuisiner les mets qu'elles divisent et rapportent chez elles. Au moment opportun, le groupe évalue le déroulement de la rencontre, les recettes et l'esprit d'équipe.

### **Plus que de la cuisine**

Les cuisines collectives, c'est plus que de la cuisine!

Elles permettent de :

- sortir de la maison
- faire des rencontres et tisser des liens d'amitié
- construire la confiance en soi
- valoriser l'autonomie et la prise en charge
- valoriser, acquérir et partager ses connaissances
- expérimenter des projets de travail
- construire un réseau d'entraide
- tisser des liens avec des agriculteurs et encourager l'agriculture écologique et locale

## **Projets CONSTITUONS!**

Répondant à l'appel de l'INM, maître d'œuvre du projet CONSTITUONS!, le RCCQ, par le présent mémoire, participe à la consultation ayant pour objectif la rédaction d'une constitution pour le Québec. Tel que spécifié par le projet CONSTITUTONS!, une Constitution est une loi fondamentale qui garantit le respect de certains droits fondamentaux aux membres de la société, et ce, même contre une action abusive de l'État. Une loi adoptée par un Parlement ou une politique gouvernementale peut ainsi être invalidée si elle contrevient à des droits garantis par la Constitution.

L'histoire passée et présente du RCCQ étant intimement liée à l'alimentation, nous concentrerons notre priorité sur l'axe deux du projet, à savoir les Droits et devoirs fondamentaux. Plus particulièrement, la lecture que fait le RCCQ de la société nous amène à répondre à la question : quels droits collectifs doivent immanquablement être inscrits dans la Constitution du Québec?

## Notre déclaration pour le droit à une saine alimentation au Québec

Réunis en assemblée générale annuelle le 31 mai 2017 à Orford, les membres du RCCQ ont adopté une déclaration portant sur le droit à une saine alimentation. Cette adoption conclut une vaste consultation menée au cours des 24 derniers mois au sein du mouvement des cuisines collectives.

Convaincu que les actions citoyennes communautaires ou écologistes ne suffiront pas à changer substantiellement le cours des choses en matière de droit à une saine alimentation au Québec, le RCCQ a décidé d'exercer son leadership et d'entreprendre une opération de mobilisation des citoyen.ne.s et des organisations et de représentation auprès des paliers de gouvernement ayant une incidence sur l'alimentation, pour l'adoption de politiques, de programmes et de lois capables de faire une réelle différence. Il nous semble donc logique et en continuité avec nos démarches passées que le RCCQ alimente l'Assemblée constituante citoyenne qui, dans le cadre du projet CONSTITUONS!, est invitée à rédiger tous les projets d'articles constitutionnels. Dans le cadre de cette démarche, le RCCQ se concentrera sur les travaux de la seconde commission responsable des droits et devoirs fondamentaux.

Le droit fondamental à l'alimentation est un droit à respecter et à protéger. Cela nous paraît être une nécessité pour tout projet de constitution dont le Québec voudrait se doter. L'alimentation est non seulement un geste quotidien, mais la réponse à un besoin essentiel et un droit fondamental, au même titre que le logement, l'accès à un système de santé ou l'eau potable. En ce sens, tout comme l'eau, par exemple, elle ne saurait en aucun cas être considérée uniquement, voire même principalement, comme un secteur économique parmi tant d'autres. Elle répond à un besoin essentiel pour l'ensemble de la population.

Selon M. Jean Ziegler, rapporteur spécial des Nations Unies sur le droit à l'alimentation, la définition du droit à l'alimentation est : «Le droit d'avoir un accès régulier, permanent et libre, soit directement, soit au moyen d'achats monétaires, à une nourriture quantitativement et qualitativement adéquate et suffisante, correspondant aux traditions culturelles du peuple dont est issu le consommateur, et qui assure une vie psychique et physique, individuelle et collective, libre d'angoisse, satisfaisante et digne<sup>1</sup>. »

---

<sup>1</sup> Haut-Commissariat des Nations Unies aux droits de l'homme,  
<https://www.ohchr.org/fr/issues/food/pages/foodindex.aspx> consulté le 1er février 2019



Faut-il rappeler que divers pactes, lois, et déclarations sur le plan international et national, confirment l'alimentation comme un droit inaliénable pour toutes et tous? Ils reconnaissent le droit à pouvoir se nourrir suffisamment et adéquatement, et aussi la nécessité et le droit d'avoir de réels moyens pour ce faire. Le Gouvernement québécois est signataire et porteur de plusieurs engagements en ce sens. Rappelons le Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels, ratifié par le Canada et le Québec en 1976 qui inscrit clairement ce droit et la Charte québécoise des droits et libertés de la personne qui intègre ces droits économiques et sociaux. L'essence même de la Charte s'inscrit dans le respect de la dignité humaine. Le besoin de se nourrir et le droit à l'alimentation sont inhérents à cette dignité

Ainsi, nos travaux nous ont permis de mettre en place une déclaration pour le droit à une saine alimentation au Québec qui stipule «qu'au cours de son histoire collective, le Québec s'est doté de nombreuses politiques publiques généreuses et progressistes. Aujourd'hui encore, les inégalités sociales et économiques sont moins criantes ici qu'ailleurs. Nous faisons appel à notre culture progressiste pour lancer le chantier du droit à une saine alimentation. Le gouvernement canadien a souscrit à plusieurs conventions internationales où le droit à l'alimentation est évoqué. Pourtant, l'alimentation est orpheline d'une véritable responsabilité d'État. De la ferme aux détaillants, les entreprises sont de moins en moins nombreuses. Celles qui restent ont un pouvoir accru sur notre alimentation. Les aliments ne sont considérés, sur le plan légal, que comme de banales marchandises.<sup>2</sup> D'ailleurs, nous invitons les membres de la commission à consulter la déclaration afin d'approfondir leurs connaissances en lien avec la nécessité de mettre en place des politiques alimentaires dans l'optique de la réalisation du droit à l'alimentation et l'adoption d'une loi-cadre sur le droit à l'alimentation.»

Par ailleurs, bien que nos travaux portant sur le droit à une saine alimentation soient probants quant à la nécessité de garantir constitutionnellement ce droit, il nous appert pertinent d'indiquer que plus d'une trentaine d'États ont déjà garanti explicitement le droit à une saine alimentation dans leur Constitution.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> [Déclaration pour une saine alimentation au Québec](#)

<sup>3</sup> Afrique du Sud, Bélarus, Bolivie, Brésil, Colombie, Costa Rica, Cuba, République démocratique du Congo, République dominicaine, Équateur, Égypte, Fidji, Guatemala, Guyana, Haïti, Honduras, Kenya, Malawi, Maldives, Mexique, Nicaragua, Niger, Népal, Panama, Paraguay, Philippines, République de Moldova, Suriname, Ukraine, Zimbabwe

Source : <http://www.fao.org/right-to-food-around-the-globe/countries/fr/>



REGROUPEMENT DES  
CUISINES COLLECTIVES  
DU QUÉBEC

**C'est pourquoi le RCCQ recommande que le droit universel à une saine alimentation soit protégé constitutionnellement et qu'il soit intégré au projet CONSTITUONS!**