

Corbeille de Pain

La mission de la Corbeille de Pain est d'offrir une palette d'activités pour promouvoir l'accessibilité, la disponibilité et l'abordabilité d'une nourriture saine pour la population de l'Ouest de l'île de Montréal.

PROGRAMMES

Cuisines communautaires

- Apprendre à cuisiner sainement avec un petit budget
- Des sessions de 3 heures consacrées à la préparation et à la cuisson d'un repas 3 services à partager sur place avec d'autres personnes dans un environnement convivial. Et il y a toujours des portions supplémentaires à rapporter à la maison !

Ateliers

- Sur des sujets qui vous aident à comprendre et à faire des choix alimentaires sains (pour les individus et les groupes organisés)
- Les sujets abordés varient par exemple: le diabète, la cuisine pour 1 ou 2 personnes, les boîtes à lunch santé, les pousses et les graines germées, les régimes tendances etc.

Jardins communautaires

- Accompagnement et aide au développement de potagers collectifs
- Activités agroalimentaires pour tous : familles, camps, écoles ou groupes communautaires

- Faciliter l'accès à une nourriture saine toute l'année en utilisant des fruits et légumes déclassés ou invendus et en proposant des ateliers qui enseignent diverses techniques de cuisson et de conservation. Les participants rentrent chez eux avec les produits cuisinés ou partagent un repas à la fin de l'atelier.

Paniers Seconde Vie

- Point de collecte toute l'année de paniers de fruits et légumes de l'organisation Seconde Vie. Un moyen économique pour les familles de manger sainement. Commandez en ligne et venez les chercher dans nos bureaux.

Marché solidaire À-Ma-Baie

- Payez selon vos moyens : marché saisonnier de fruits et de légumes majoritairement locaux. Une initiative issue de la mobilisation de la communauté afin d'améliorer l'accès aux fruits et légumes frais dans le quartier.

11 Av. Rodney, Pointe-Claire, QC H9R 4L8
514-894-5850 | corbeilledepain@gmail.com | corbeilledepain.com

Pour obtenir de l'information sur les autres ressources, communiquez avec le Centre de Ressources Communautaires de l'Ouest-de-l'Île (CRC) au 514-694-6404.

Bread Basket

Bread basket's mission is to offer a variety of activities that promote the accessibility, availability and affordability of healthy foods, in collaboration with other community players for the population of Montreal's West Island.

PROGRAMS

Community kitchens

- Learn to cook healthy meals on a small budget.
- A cooking session of 3hrs preparing and cooking a 3-course meal in a relaxed atmosphere with others to share on-site with extra portions to bring home!

Workshops

- Various topics that help participants learn about healthy food choices (individuals & organized groups).
- Topics can include diabetes, cooking for 1 or for 2, healthy lunch-box, micro-green and sprouts, diet trends, etc.

Community Gardens

- Guidance and help on the development of collective gardens.
- Agro-food activities for all: families, camps, schools or community groups.

Ugly but Loved

- Helping people access healthy food all year by using second-grade or unsold fruits and vegetables in workshops that offer a variety of cooking & preservation techniques. Participants will go home with their productions or share a meal at the end of the workshop.

Second life baskets

- Second life baskets of ugly fruits and vegetables are an inexpensive way for families to eat healthy food on a budget. Order online and pick-up at our offices year round.

À-Ma-Baie Solidarity Market

- Offering fresh local fruits and vegetables at an affordable price through the "pay what you can" program, the solidarity market is an innovative model resulting from community and citizen mobilization to improve access to fresh fruits and vegetables at a fair price to the people of the neighborhood.

11 Av. Rodney, Pointe-Claire, QC H9R 4L8
514-894-5850 | corbeilledepain@gmail.com | corbeilledepain.com