



ACCÈS-ALIMENTATION

2008/2009



Répertoire des programmes et des services communautaires
favorisant l'accès à la nourriture à Ottawa



Alimentation juste

Table des matières

Introduction	1
Programmes d'alimentation communautaires	
La boîte verte d'Ottawa	2
Popote roulante	5
Réseau des jardins communautaires d'Ottawa	6
Cuisines collectives et communautaires	8
Ça mijote	9
Programmes d'aide alimentaire et services de nutrition des collèges et universités	10
Programmes d'aide alimentaire	
Programmes d'épicerie ou de paniers de provisions	11
Soupes populaires	14
Programme des petits-déjeuners dans les écoles	15
Coopératives alimentaires et approvisionnement	16
Centres de santé et de ressources communautaires	
Centres de santé communautaires	18
Centres de ressources communautaires	19
Nutrition en santé publique	
Conseillers communautaires en alimentation	20
Ligne d'information sur la nutrition	20
Diététistes communautaires	20
Panier à provisions nutritif	20
Site Web sur la nutrition de Santé publique Ottawa	20
Projets d'Alimentation juste	
<i>Guide d'achat local d'Ottawa</i>	21
Réseau d'Agriculture soutenue par la communauté (ASC)	21
Students for Farming	21
Ateliers et formation	21
Bulletin d'Alimentation juste	21

Répertoire *Accès-Alimentation* de Santé publique Ottawa et d'Alimentation juste

Bienvenue!

Santé publique Ottawa, en collaboration avec Alimentation juste, produit le présent répertoire annuel des programmes et services alimentaires et de nutrition à Ottawa afin de favoriser l'accès à des aliments sains, surtout pour les personnes qui vivent dans l'insécurité alimentaire. On trouve *Accès-Alimentation* sur le site d'Alimentation juste, à www.alimentationjuste.ca. Pour recevoir une copie papier d'*Accès-Alimentation*, veuillez téléphoner à la Ligne d'information sur la nutrition de Santé publique Ottawa, au 613-580-6744, poste 23403. *Accès-Alimentation* est constamment mis à jour. N'hésitez pas à nous faire part de vos observations et suggestions.

Alimentation juste

Alimentation juste (Just Food) est un organisme communautaire non gouvernemental sans but lucratif qui s'intéresse aux enjeux alimentaires en milieu urbain et rural afin d'assurer la sécurité alimentaire à Ottawa. En outre, il y a sécurité alimentaire quand tout le monde bénéficie d'un accès physique et économique permanent à suffisamment d'aliments sains et nutritifs pour répondre aux besoins alimentaires de chacun, ainsi qu'à des préférences culturelles en matière d'alimentation qui favorisent un mode de vie sain et actif. De plus, les aliments doivent autant que possible être produits localement, et leur production comme leur distribution doivent être justes sur les plans environnemental, social et économique.

Alimentation juste

280, rue Metcalfe, bureau 501
Ottawa (Ontario) K2P 1R7

Téléphone : 613-236-9300, poste 301

Télécopieur : 613-236-7060

Courriel : info@justfood.ca

Web : www.alimentationjuste.ca

Santé publique Ottawa

Selon sa vision, la Division de la santé des familles et de la communauté de Santé publique Ottawa doit fournir aux familles et aux communautés le leadership, le savoir-faire et les services novateurs nécessaires à leur croissance et à leur développement, à la prévention des maladies chroniques et des blessures ainsi qu'à la promotion de milieux sains. Elle a en outre comme mission d'offrir des services qui améliorent la santé, le développement et la qualité de vie des enfants, des jeunes, des adultes, des aînés et des familles, en font la promotion et réduisent l'incidence des maladies chroniques et des blessures évitables.

Pour de plus amples renseignements ou pour accéder à ces programmes et services, veuillez communiquer avec :

Info-santé publique Ottawa

Téléphone : 613-580-6744

ATS : 613-580-9656

Sans frais : 1 866 426-8885

Web : ottawa.ca/sante

La boîte verte d'Ottawa

À propos du Programme de la boîte verte d'Ottawa

Le Programme de la boîte verte d'Ottawa, une initiative communautaire sans but lucratif, regroupe les gens d'un quartier pour l'achat de fruits et légumes frais et de qualité. Chaque client peut acheter une boîte de 10 \$, 15 \$ ou 20 \$, selon ses besoins. En règle générale, les boîtes de 10 \$ conviennent bien aux personnes seules, tandis que les boîtes de 15 \$ et 20 \$ sont idéales pour les familles nombreuses. En saison, on peut aussi obtenir une boîte de 25 \$ comportant des légumes biologiques de culture locale. On réalise donc des économies, puisque les produits sont achetés en grande quantité chez des grossistes de confiance et sont, autant que possible, de source locale.

Que contient la boîte?

Chaque mois, le contenu des boîtes est un peu différent. En général, elles contiennent les fruits et les légumes les plus populaires comme de la laitue, des pommes de terre, des pommes, des carottes, des oignons, ainsi que des aubaines de saison comme des oranges, des fraises, des courges et des concombres. Le tout est aussi accompagné d'un bulletin fournissant de l'information nutritionnelle, des recettes et des conseils.

Comment ça marche?

Les clients payent leur boîte la première semaine du mois au centre de distribution de leur quartier. Le troisième mercredi du mois, les denrées sont livrées au centre de distribution du quartier pour que les clients viennent les ramasser.

Qui peut participer?

Le Programme est ouvert à tous. Il y a des centres de distribution un peu partout à Ottawa; le Programme est d'ailleurs constamment à la recherche de bénévoles pour créer de nouveaux centres de distribution dans d'autres quartiers.

Ça vous intéresse? Vous voulez de plus amples renseignements?

Si vous souhaitez créer un centre de distribution ou simplement obtenir de plus amples renseignements sur le Programme de la boîte verte d'Ottawa, veuillez communiquer avec nous au **613-860-6767**. Nous avons toujours besoin de bénévoles pour ce programme. Veuillez communiquer avec Natasha Beaudin, au **613-233-4443, poste 2203**.

www.ottawagoodfoodbox.ca

goodfoodbox@centretownchc.org



Emplacements de La boîte verte d'Ottawa

* Pour les emplacements sans numéro de téléphone ou inactifs, veuillez communiquer avec Natasha Beaudin, au 613-233-4443, poste 2203, si vous voulez passer une commande.

Centre-ville

88, rue Main

Au coin de la rue Main et de l'avenue Lees
Responsable : Chris Osler – 613-565-3265

Centre de santé communautaire du Centre-ville

Près des rues Cooper et Bank
Responsable : Nicole Gravel-Blauer ou
Bryana Katz – 613-233-4443

Heartwood House

153, rue Chapel
Près de la rue Rideau
Responsable : Kim – 613-233-2237

Centre de ressources communautaires de la Basse-Ville

33, rue Patro
Près des rues Rideau et Cobourg
Responsable : Annie Mercier – 613-789-3930

Vieil Ottawa-Sud*

551, avenue Riverdale, pièce 5
Près de la rue Bank

Université d'Ottawa (centre Bon Appétit)

85, rue University
Près des avenues King Edward et Laurier
Responsable : Catherine – 613-562-5966,
poste 2752

Centre de santé communautaire Somerset Ouest

55, rue Eccles
Près des rues Booth et Somerset
Responsable : Anne-Marie – 613-238-8210

Sud

Université Carleton

1125, promenade du Colonel-By (centre alimentaire)
Près de la rue Bronson et de l'avenue Sunnyside
Responsable : Matt – 613-520-2600, poste 2265

Coopérative d'habitation Coady*

3099, promenade Uplands
Près de la rue Huntwood

Hunt Club et Riverside

3310, chemin McCarthy
Près du chemin Hunt Club
Responsable : Brenda – 613-247-1600

Est

Centre de ressources communautaires d'Ottawa Est

2339, chemin Ogilvie
Près du chemin Montréal
Responsable : Nadia – 613-741-6025

Maison Sainte-Marie

780, rue de l'Église
Près de l'avenue McArthur et du boul. St. Laurent
Responsable : Linda – 613-749-2491

Wabano Centre for Aboriginal Health*

299, chemin Montréal
Près de la rue Granville
Responsable : Cindy – 613-748-0657
Clients seulement

Ouest

Centre de santé et services communautaires Carlington

900, chemin Merivale
Près de l'avenue Carling
Responsable : Karen McQuarrie – 613-722-4000

Debra Dynes Family House

955, avenue Debra, pièce 85
Près des promenades Meadowlands et
Prince of Wales
Responsable : Barbara – 613-224-3824

Cour Draffin*

101, cour Draffin
Près du secteur Centrepointe

Elmira*

2159, promenade Elmira
Près de l'avenue Woodroffe et de la rue Iris

Centre communautaire Hintonberg

1064, rue Wellington
Près du secteur Hintonberg
Responsable : Fauza – 613-238-8210

Nepean – Parkwood Hills

10, promenade Chesterton
Près de la promenade Meadowlands et du
chemin Merivale
Responsable : Mary – 613-596-5626

Stronghold Community Home*

1465, avenue Caldwell, pièce 102
Près du chemin Merivale et de l'avenue Kirkwood

Taiga Non-Profit Housing Corp.*

2100, rue Scott, pièce 102
Près de l'avenue Churchill et du chemin Richmond

Popote roulante

À propos de la Popote roulante

La Popote roulante est un service de soutien bénévole qui fournit des repas nourrissants à des personnes qu'elle aide ainsi à demeurer en santé et à conserver leur autonomie à la maison. Les repas sont offerts à moindre coût et livrés à midi, du lundi au vendredi, de même que le samedi dans certains secteurs (voir ci-dessous). Les repas sont livrés par des bénévoles formés qui offrent un contact personnalisé, s'assurent que la personne est en sécurité et agissent à titre de visiteurs quotidiens. Les clients de la Popote roulante sont des adultes de 18 à 59 ans ayant une déficience physique ainsi que des aînés de 60 ans et plus. Ce soutien nutritionnel permet à ces personnes de conserver leur autonomie et leur bien-être tout en demeurant dans leur domicile. Certains centres offrent aussi des repas surgelés.

Emplacements de la Popote roulante

Popote roulante – Ottawa

La Popote roulante des King's Daughters
790, avenue Bronson
Ottawa (Ontario) K1S 4G4
Téléphone : 613-233-2424
Télécopieur : 613-232-3029
service@mealsonwheels-ottawa.org
www.mealsonwheels-ottawa.org (en anglais seulement)

Secteurs de livraison : Ancienne ville d'Ottawa, Vanier et Rockcliffe
Coût : 4,65 \$ pour une soupe, un plat principal, un dessert et un fruit.
* Livraison le samedi.

Popote roulante – Kanata

Centre de ressources communautaires
d'Ottawa-Ouest
2, croissant MacNeil
Kanata (Ontario) K2L 4H7
Téléphone : 613-591-3686

Secteurs de livraison : Goulbourn, Kanata et West Carleton
Coût : 5 \$ pour une soupe, un plat principal et un dessert.
On peut aussi obtenir des paquets de repas surgelés pour 28 \$.

Popote roulante – Gloucester

Centre des ressources de l'Est d'Ottawa
2339, chemin Ogilvie (Centre commercial
Beacon Hill)
Gloucester (Ontario) K1J 8M6
Téléphone : 613-741-6025
Responsable : Natasha Dasilva, poste 108

Coût : 5 \$ pour un jus, une soupe, un muffin, un plat principal et un dessert.
* Subventions offertes aux personnes qui n'ont pas les moyens de payer pour les repas.

Popote roulante – Nepean

Nepean Support Services
3865, chemin Richmond
Nepean (Ontario) K2H 5C1
Téléphone : 613-829-1133
www.nepeansupport.com (en anglais seulement)

Repas chauds servis du lundi au vendredi, à midi, et comprenant une soupe, un plat principal, une salade, un pain et un dessert. Repas surgelés aussi disponibles.

Réseau des jardins communautaires d'Ottawa

Le Réseau des jardins communautaires d'Ottawa est un groupe d'échange de renseignements et de ressources qui appuie le développement durable de jardins communautaires à Ottawa. Depuis le printemps 2007, Alimentation Juste est le nouvel emplacement du Réseau des jardins communautaires.

Les principales activités du Réseau sont les suivantes :

- Aider au démarrage d'au moins deux jardins communautaires tous les ans, entre autres en offrant des ateliers sur le démarrage d'un jardin communautaire et des ressources connexes.
- Travailler avec les propriétaires fonciers publics et privés pour accroître l'accès aux terres pour les jardins communautaires à Ottawa.
- Favoriser la communication de renseignements sur la nourriture et le jardinage entre Alimentation juste, les coordonnateurs des jardins et les jardiniers.
- Renforcer les compétences en jardinage dans la ville par l'offre d'ateliers pour les débutants.
- Favoriser la conservation des aliments cultivés durant l'été en offrant des ateliers sur la mise en conserve et la conservation des aliments.
- Sensibiliser la population au jardinage communautaire par l'intermédiaire de bulletins en ligne et d'activités spéciales, comme l'Urban Agri Bike Tour.
- Souligner la fin de la saison en organisant une petite fête.

Réseau des jardins communautaires d'Ottawa

Alimentation juste

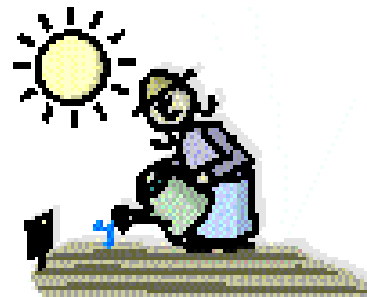
280, rue Metcalfe, # 501

Ottawa (Ontario) K2P 1R7

Téléphone : 613-236-9300, poste 301

Télécopieur : 613-236-7060

info@justfood.ca



Réseau des jardins communautaires d'Ottawa

Bethany Church Community Garden

382, promenade Centrepointe (à côté du chemin Baseline)

Responsable : Colette Cardinal – 613-721-5231

colette_cardinal@hotmail.com

25 parcelles

The Bytowne Urban Gardens (BUGS)

Parc commémoratif Glebe, 75, avenue Glendale

Personne-ressource : Loïc Olivier, 613-233-4443, poste 3000

bugscordinator@gmail.com

www.bugsottawa.ca

32 parcelles

The Carlington Community Garden

900, chemin Merivale (ancienne cour d'école)

Responsable : 613-722-4000

155 parcelles

Chateau Donald Community Garden

251, rue Donald (près de la promenade Vanier)

Responsable : Marsha King

mking101@rogers.com

12 parcelles

Debra Dynes Family House Community Garden

Avenue Debra (au coin d'Eiffel), dans la cour arrière de la Debra Dynes Family House

Responsable : Barbara Carroll – 613-224-3824

debradynes@on.aibn.com

1 parcelle commune

Friendship Community Garden

1240-1244, rue Donald

Responsable : Abdul 613-741-3843

Abdullahi.Arale@eorc-gloucester.ca

12 parcelles

Glebe Organic Vegetable Garden (GO-VEG)
185, 5^e Avenue (Glebe)
Responsable : Lynda Hall – 613-244-4000 poste 3

Gloucester Allotment Gardens
Près du chemin Anderson, derrière le centre de détention régional (extérieur) et à l'intérieur de la rocade de Blackburn Hamlet
Responsable : Irene Harrison
gaga@ncf.ca
225 parcelles

Jardin Communautaire Orléans Community Gardens
3350, boulevard St-Joseph
Responsable : Wade Suplat – 613-824-2266
wsuplat@gmail.com
www.jardincommunautaireorleanscommunitygarden.org/
80 parcelles

Kilborn Allotment Garden
Sur l'avenue Kilborn, entre le chemin Pleasant Park et la promenade Featherstone
Responsable : Kevan Shantz – 613-247-4941
kevan.shantz@ottawa.ca
355 parcelles

Legget Park Community Garden
(jardin pour enfants)
Ottawa est
Responsable: Rebecca Aird 613-233-6286

Lindsay Street Community Garden
Au coin des rues Lindsay et Acton, près de l'église de La Nativité de Notre-Seigneur Jésus-Christ
Responsable : Michelle Walter
m.walter@rogers.com

Lowertown/Basseville Community Garden
40, rue Cobourg
Au coin de Cobourg et St-Patrick
Responsable : Anne-Marie Deneault 613-789-3930
mcgauthier@rcrbv.ca
6 parcelles

Michele Heights Community Garden
2955, promenade Michele
Michele Place, à l'ouest de l'avenue Carling et du chemin Richmond
Responsable : Russell Borden 613-829-4353
r.borden@pqchs.com
19 parcelles

Nanny Goat Hill Community Garden
Coin nord-est des avenues Bronson et Laurier
Responsable : Rosemary Taylor – 613-237-4777
80 parcelles

Nepean Allotment Gardens
Viewmount, entre le chemin Merivale et l'avenue Fisher
Responsable : Mike Chebbo 613-226-6164
mikechebbo@gmail.com
250 parcelles

Ottawa East Community Garden
Université Saint-Paul
Responsable : Keith Shackleton – 613-233-8650
kshackleton@ncf.ca

Rochester Heights Children's Garden
Près de l'intersection des rues Gladstone et Rochester, au sein du Rochester Heights Housing Community
Responsable : Fauza Mohamed 613-238-8210
fmohamed@swchc.on.ca
1 parcelle commune pour les enfants

Sandy Hill Community Garden
Au sein du parc Dutchie's Hole dans le secteur Sandy Hill.
Responsable : Trevor Haché 613-789-0604
trevhache@gmail.com
15 parcelles

Somali Garden (dans le Kilborn Allotment Garden
Entre Pleasant Park et Featherstone)
Responsable : Ahmed Nor – 613-240-2988
arladun@hotmail.com

Strathcona Heights Community Garden
Côte-de-Sable, près du Queensway et de l'avenue Lees, près de la rue privée Wiggins
Responsable : Mark Kepkay – 613-421-7791
mdkepkay@rogers.com
40 parcelles

Sweet Willow Community Garden
31, rue Rochester, près de l'avenue Primrose
Responsable : Hilary McGregor
Hilarious57@hotmail.com
12 parcelles



Cuisines collectives et communautaires

À propos des cuisines collectives et communautaires

Les cuisines collectives suivent différents modèles, bien qu'elles soient normalement composées de personnes ou familles qui, tous les mois, planifient des repas ensemble, achètent les aliments nécessaires, les préparent et se les divisent. Les cuisines collectives permettent de découvrir de nouveaux aliments, d'apprendre des recettes et de réduire les frais d'épicerie tout en favorisant la socialisation. Veuillez communiquer avec l'un des programmes ci-dessous si vous êtes intéressé à vous joindre à une cuisine collective ou à en démarrer une dans votre quartier

Alimentation juste offre des ateliers de formation sur la façon de démarrer une cuisine collective. Si vous désirez en mettre une sure pied dans votre voisinage, composez le 613-236-9300, poste 301.

Emplacements des cuisines collectives et communautaires

Centre de santé communautaire du Centre-ville

420, rue Cooper
Ottawa (Ontario) K2P 2N6
Responsable : Nicole Gravell – 613-233-4443, poste 2198

Propose un cours de six semaines sur les bases de l'alimentation pendant lequel les participants préparent trois repas végétariens et trois autres à la viande.

Propose aussi des ateliers saisonniers et sur les célébrations multiculturelles.

Si possible, les participants sont invités à verser 1 \$.

Ottawa Peace Kitchen

Bethel Field House, dans le parc St. Luke's
166, rue Frank

Cuisine communautaire végétarienne et végétalienne.

Dimanche seulement!

La cuisine ouvre à 11 h.

Passez nous voir. Vous êtes tous les bienvenus!

La participation est encouragée.

La cuisine demande un don informel de 1 \$.

Responsable : Centre communautaire Jack-Purcell – 613-564-1050

Centre de ressources communautaires Overbrook-Forbes

225, rue Donald, pièce 120
Ottawa (Ontario) K1K 1N1
Responsable : Micheline Sabourin – 613-745-0073, poste 112

micheline.sabourin@ottawa.ca

On ira de l'avant avec le projet dès qu'il y aura suffisamment de personnes intéressées.

Centre du sud-est d'Ottawa pour une communauté en santé

1355, rue Bank, bureau 600
Ottawa (Ontario) K1H 8K7
Responsable : Lynn Dubroy – 613-737-7195, poste 2559

Ça mijote

À propos du programme Ça mijote

Le programme Ça mijote offre des services confidentiels, de l'aide à l'allaitement maternel, des renseignements sur le rôle de parent, ainsi que du soutien aux femmes enceintes et aux nouvelles mères, le tout dans une ambiance détendue.

À la majorité des emplacements, on trouve des cours sur la cuisine santé, des coupons pour le lait, des aliments, un service de garde et des billets d'autobus. Les mères ont aussi accès à des professionnels de la santé qui peuvent répondre à leurs questions.

Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec Cathryn Fortier, au 613-749-4584, poste 736.



Emplacements du programme Ça mijote

Centre de santé et services communautaires Carlington

Emplacement 1 : Ça mijote

Centre communautaire Bellview

1475, avenue Caldwell

Ottawa (Ontario) K1Z 5L6

Responsable : Wendy O'Connell-Smith –

613-722-4000

woconnell-smith@carlington.ochc.org

Emplacement 2 : My Bundle of Joy

Debra Dynes Family House

955, avenue Debra, pièce 85

Ottawa (Ontario) K2C 0J5

Responsable : Rana Arfeh – 613-722-4000

rarfeh@carlington.ochc.org

Centre de santé communautaire du Centre-ville

420, rue Cooper, Ottawa (Ontario) K2P 2N6

Responsable : Jennifer Thériault – 613-233-4443,

poste 2202

jtheriault@centretownchc.org

Centre de santé communautaire

Pinecrest-Queensway

1365, chemin Richmond, 2^e étage

Ottawa (Ontario) K2B 6R7

Responsable : Anne Lim – 613-820-4922,

poste 602

a.lim@pqhcs.com

Centre d'espoir Bethany de l'Armée du Salut

1140, rue Wellington, Ottawa (Ontario) K1Y 2Z3

Responsable : Kim Ledoux – 613-725-5152

kledoux@ottawayoungparents.com

Centre de santé communautaire Côte-de-Sable

221, rue Nelson

Ottawa (Ontario) K1N 1C7

Responsable : Louise Besner – 613-789-8458, ou

Kim Ledoux – 613-725-5152

kledoux@ottawayoungparents.com

Centre de santé communautaire de Somerset Ouest

First Steps

55, rue Eccles, Ottawa (Ontario) K1R 6S3

Responsable : Bonnie Baxter – 613-238-8210,

poste 2352

bbaxter@swchc.on.ca

Centre du sud-est d'Ottawa

pour une communauté en santé

1355, rue Bank, bureau 600

Ottawa (Ontario) K1H 8K7

Responsable : Sandy McIntyre – 613-737-5115

office@seochc.on.ca

Maison Sainte-Marie

780, rue de L'Église, Ottawa (Ontario) K1K 3K7

Responsable : Kim Ledoux – 613-725-5152

kledoux@ottawayoungparents.com

Centre des services communautaires Vanier

Programme en français : Ça mijote

290, rue Dupuis, Ottawa (Ontario) K1L 1A2

Responsable : Myriam Roy-Lévesque –

613-744-2892, poste 1084

myriam.roy-levesque@ottawa.ca

Programmes d'aide alimentaire et services de nutrition des collèges et universités

Centre alimentaire de l'association des étudiants de l'Université Carleton

4261, édifice UniCentre, Université Carleton
1125, promenade Colonel-By
Ottawa (Ontario) K1S 5B6
613-520-2600, poste 2265

foodcentre@cusaonline.com

www.cusaonline.com/foodcentre/index.html (en anglais seulement)

Banque alimentaire du campus exploitée par les étudiants. On y organise des collectes d'aliments et fournit du soutien aux initiatives étudiantes en matière de sécurité alimentaire. Centre de distribution du Programme de la boîte verte d'Ottawa.

La Cité collégiale

Édifice C1030

801, promenade de l'Aviation

Ottawa (Ontario) K1K 4R3

613-742-2483, poste 2059

Bons d'épicerie pour les urgences.

Seuls les étudiants inscrits à temps plein ou partiel sont admissibles.

Collège Algonquin

Aucun service d'aide alimentaire pour l'instant.

Groupes de recherche d'intérêt public de l'Ontario (GRIPO)

En plus des programmes de secours alimentaire, l'Université d'Ottawa et l'Université Carleton offrent toutes deux une expérience unique chapeautée par leur GRIPO.

GRIPO Université Carleton – The Garden Spot

326, édifice UniCentre, Université Carleton
www.opirg-carleton.org/content/?q=blog/8 (en anglais seulement). The Garden Spot est un service de soupe populaire payé sur la base de dons volontaires et servant des repas végétariens abordables et sains à tous les membres de la communauté universitaire. Il est exploité par le Carleton Food Collective, un organisme sans but lucratif de nature consensuelle qui œuvre en marge de l'industrie alimentaire traditionnelle en mettant en œuvre une méthode de collecte et de distribution révolutionnaire. Pour obtenir des détails et connaître les heures d'ouverture, composez le 613-520-2757.

Banque alimentaire Bon Appétit!

Fédération étudiante de l'Université d'Ottawa

85, rue Université, pièce 0015

Ottawa (Ontario) K1N 8Z4

Responsable : Catherine Séguin – 613-562-5800, poste 2752

bonappetit@sfuo.ca

www.bonappetit.sfuoc.ca

Collectes d'aliments et de fonds; aliments périssables et non périssables; paniers de 28 articles de nourriture; et Programme de la boîte verte d'Ottawa.

Les heures d'ouverture fluctuent. Téléphoner au préalable.

Horaire d'été : Les lundi, mardi et jeudi de 9 h à 17 h; le mercredi, de 11 h à 19 h; et le vendredi, de 8 h à 16 h.



GRIPO Université d'Ottawa – République populaire du délice

631, avenue King Edward, 3^e étage

Université d'Ottawa

http://aix1.uottawa.ca/~opirg/FRENCH/french_pages/delicious.html

La République populaire du délice est un projet de Students with a Collective Conscience, un collectif qui s'est engagé à offrir à la population étudiante des repas végétaliens et nutritifs payés sur la base de dons volontaires. La nourriture est donnée par des membres de la collectivité et préparée par des bénévoles. Pour obtenir des détails et connaître les heures d'ouverture, veuillez envoyer un courriel à prdottawa@gmail.com.



Quand on n'a pas suffisamment d'argent pour manger

À propos des programmes d'aide alimentaire

À Ottawa, il y a plus de 127 programmes d'aide alimentaire soutenus par la Banque d'alimentation d'Ottawa, dont des programmes d'épicerie ou de paniers de provisions, le Programme des petits-déjeuners dans les écoles, des haltes-accueil, des soupes populaires, des refuges pour femmes et des centres de réadaptation. Pour de plus amples renseignements ou pour trouver le programme le plus proche, veuillez communiquer avec la Banque d'alimentation d'Ottawa par téléphone, au 613-745-7001, ou par courriel, à foodbank@theottawafoodbank.ca. Vous pouvez aussi consulter son site Web, à www.theottawafoodbank.ca (en anglais seulement).

Banque d'alimentation d'Ottawa

1317B, rue Michael
Ottawa (Ontario) K1B 3M9
www.theottawafoodbank.ca

Programmes d'épicerie ou de paniers de provisions

Veuillez téléphoner au préalable pour connaître les emplacements, les services et les heures d'ouverture.

Aboriginal Women's Support Centre

Minwaashin Lodge
424, rue Catherine, bureau 3
Emergency Baby Food Cupboard
613-741-5590, poste 234

Barrhaven Food Cupboard

Église unie de Barrhaven
3013, chemin Jockvale
613-825-4505
Résidents de Barrhaven seulement.

Food Centre (Britannia Woods)

115, rue Ritchie, pièce 9
613-829-3696
Fermé la première semaine du mois.

Centre familial Caldwell

1100, rue Medford, pièces 20-22
613-728-5597

Centre de dépannage alimentaire du centre-ville

Église unie McLeod-Stewarton
507, rue Bank
613-232-3059

Confederation Court Community House

2483A, chemin Walkley
613-521-6807

Centre d'alimentation Dalhousie

Église presbytérienne Erskine
18, rue Louisa
613-230-3982

Centre de secours alimentaire de Debra Dynes

955, avenue Debra, pièce 85
613-224-3824

Dundas County Food Bank

596, rue St-Lawrence
Winchester (Ontario)
613-774-0188

FAMSAC, Nepean Family Service Association (Secours alimentaire)

Nepean-Ouest
613-820-5428
Fermé la première semaine du mois.

Foster Farm Family House

1085, croissant Ramsey, pièce 334
613-596-4866
Fermé la première semaine du mois.

Centre de secours alimentaire de Gloucester

2040, promenade Arrowsmith
613-749-4728

Banque Alimentaire Bon Voisin

Embrun-Russell
613-443-2793

House of Lazarus Food Bank

2245, rue Simms
Mountain (Ontario)
613-989-3830

Joseph's Store House

2336, promenade Orient Park, pièce 100
613-834-9945

Kanata Food Cupboard

Église anglicane St-Paul
20, chemin Young
613-836-7847

Lanark County Food Bank

5, rue Allan
Carleton Place (Ontario)
613-257-8546

Maison communautaire du bon voisinage de la Basse-Ville

145, promenade Beausoleil
613-562-2925

Manotick Outreach Emergency Food Party

Paroisse de St-Leonard
5332, chemin Long Island
613-692-4254

Centre Miriam

2742, boulevard St-Joseph
613-830-8623
Fermé l'été.

Maison communautaire Morrison Gardens

985A, promenade Morrison
613-596-6229
Fait partie du West End Community Lunch Program.
Repas servis aux enfants et aux adultes le vendredi,
à midi. Fermé la première semaine du mois.

Nativity Parish Food Cupboard

355, rue Acton (sous-sol de l'église)
613-521-2416

North Gower and District Outreach Food Bank

Église unie de North Gower
2332, rue Church
613-489-4218

Odawa Native Friendship Centre

12, avenue Stirling
613-722-3811

**Centre de ressources communautaires
Orléans-Cumberland**

860, promenade Taylor Creek, pièce 4
613-837-6492

**Centre de ressources communautaires
Overbrook-Forbes**

225, rue Donald, pièce 120
613-745-0073

Centre d'alimentation Parkdale

Queensway Social Action Group
29, avenue Bayswater
613-722-8019

Partage Vanier

Centre des services communautaires Vanier
161, avenue Marier
613-744-2892, poste 1073

Pavillion Food Bank

14, croissant Tapiola
613-247-7772

Maison communautaire Pinecrest Terrace

2483B, rue Iris
613-596-6703
Fermé le premier lundi du mois.

Resurrection Church Social Action Committee

1940, promenade Saunderson
613-733-4661

Richmond Food Bank

3452, rue McBean (sous-sol de l'église unie St. Paul)
613-838-5397

Rockland Help Centre

687, avenue Laurier
613-446-7594

Samaritan House

1820, avenue Carling
613-729-3172

Russell Heights Community House

1799E, chemin Russell
613-736-9855

Les Bergers de l'espoir

233, rue Murray
613-789-8210

Programme quotidien de soupe populaire.
Programme d'épicerie, les lundi, mercredi et
vendredi, de 10 h à 13 h. Participation limitée à une
fois par mois, pièce d'identité exigée.

St. Basil's Social Action Group

940, avenue Rex
613-729-5149

Stittsville Food Bank

1643, rue Stittsville Main
613-831-0451

www.stittsvillefoodbank.ca

Westboro Region Food Service

354, avenue Madison
613-722-3851

West Carleton Emergency Food Aid

Route rurale 1, C.P. 130 (Carp)
613-839-5685

Soupes populaires

Veillez téléphoner au préalable pour connaître les services et les heures d'ouverture.

Foster Farm Community Centre

1065, croissant Ramsey

613-828-2004

Responsable : Margaret Knight

Repas servis aux enfants et aux adultes, les lundi, mercredi et vendredi, de 11 h 15 à midi.

Petit-déjeuner dans les écoles, du lundi au vendredi, de 7 h à 8 h, durant l'année scolaire.

** Les programmes alimentaires ne sont pas actifs quand il n'y a pas classe (p. ex. semaine de relâche ou congé des Fêtes).

The Mission

35, rue Waller

613-234-1144

Petit-déjeuner pour les non-résidents, sept jours sur sept, de 8 h à 8 h 30; et souper pour les non-résidents, sept jours sur sept, de 15 h à 15 h 30. Dîner à 11 h 30 – coupons remis aux personnes qui se présentent à la chapelle à 11 h.

Centre Booth de l'Armée du Salut

171, rue George

613-241-1573

Petit-déjeuner pour les non-résidents, sept jours sur sept, à 8 h; et souper pour les non-résidents, sept jours sur sept, à 15 h.

Les Bergers de l'espoir

233, rue Murray

613-789-8210

Repas chauds, de 11 h 30 à 12 h 30.

Sandwichs et soupe entre 17 h 30 et 21 h 30.

Ouvert toute l'année.

Centre St. Joe's pour les femmes

151, avenue Laurier Est

613-231-6722

Pour les femmes de 18 ans et plus et les enfants (garçons de moins de 16 ans) seulement.

Petit-déjeuner libre-service, du lundi au vendredi, de 9 h 30 à 11 h; et dîner, du lundi au vendredi, de midi à 13 h.

Épicerie d'urgence accessible.

Remarque : **St. Joe's Supper Table** sert les femmes et les hommes. Composez le

613-233-4095 pour plus de détails sur ce service.

St. Luke's Lunch Club and Drop-In

760, rue Somerset Ouest

613-238-4193

Coordination : Maxine Stata

Petit-déjeuner léger, du lundi au vendredi, de 8 h à 9 h; et dîner, du lundi au vendredi, de midi à 13 h.

Sans rendez-vous, du lundi au vendredi, de 8 h à 14 h.

La Source

154, rue Somerset Ouest

613-594-8861, poste 27

Femmes et enfants seulement.

Petit-déjeuner léger et libre-service, du lundi au vendredi, de 9 h 30 à midi; et repas chaud, du lundi au vendredi, de midi à 13 h.

Programme de secours alimentaire aussi offert sur place.

Programme des petits-déjeuners dans les écoles

Dans la ville d'Ottawa, 8 880 enfants de 131 écoles commencent chaque jour de classe avec un repas nutritif fourni par le Programme des petits déjeuners dans les écoles du Centre de recherche et d'innovation d'Ottawa (OCRI). Ce programme fournit du financement pour l'équipement, pour les superviseurs du programme et pour la nourriture (écoles primaires seulement).



Programme des petits-déjeuners dans les écoles

2625, promenade Queensview, pièce 200
Ottawa (Ontario) K2B 8K2
Directrice : Christine Lauzon-Foley
613-828-6274, poste 277
Clauzon-Foley@ocri.ca
www.ocri.ca

Conseils scolaires d'Ottawa

Ottawa Catholic School Board
Gerry Proulx – 613-224-4455, poste 2102
gerry.proulx@ottawacatholicschools.ca

Ottawa Carleton District School Board
Ann McCrimmon – 613-596-8211, poste 8821
ann_mccrimmon@ocdsb.edu.on.ca

Conseil des écoles publiques de l'est de l'Ontario
Daniel Proulx – 613-748-7636
daniel.proulx@cepeo.on.ca

Conseil des écoles catholiques de langue française du Centre-Est
Danielle Galipeau – 613-746-3677
galipd@ceclf.edu.on.ca

Coopératives alimentaires et approvisionnement

Initiatives locales de développement économique communautaire liées à l'alimentation

Qu'est-ce que le développement économique communautaire?

Selon le Réseau canadien de DÉC, le développement économique communautaire ou DÉC permet aux personnes d'agir localement pour créer des débouchés économiques et d'améliorer les conditions sociales, en particulier pour les personnes les plus démunies. C'est une approche qui reconnaît que les défis économiques, environnementaux et sociaux sont interdépendants, complexes et changeants. Toutes les initiatives citées ci-dessous offrent donc divers débouchés économiques, que ce soit par la vente de produits ou l'offre d'emplois, à un segment de la population habituellement exclu de l'économie traditionnelle.

Qu'est-ce qu'une coopérative?

Selon la Canadian Co-operative Association (CCA), une coopérative est une organisation qui appartient aux membres qui en utilisent les services. Les coopératives peuvent offrir presque n'importe quel produit ou service, qu'elles soient ou non à but lucratif. Ainsi, les coopératives et caisses populaires offrent aux consommateurs un choix associé à des valeurs précises qui appartient à la communauté et est exploité par elle. Contrairement aux secteurs privé, public et bénévole, toutes les coopératives du monde reposent sur sept principes fondamentaux, soit :

1. Adhésion volontaire et ouverte à tous
2. Pouvoir démocratique exercé par les membres
3. Participation économique des membres
4. Autonomie et indépendance
5. Éducation, formation et information
6. Coopération entre les coopératives
7. Engagement envers la communauté

Fitzroy Beef Farmers Co-operative

Ken et Cathy Stewart
1973, chemin Alywin
Fitzroy (Ontario) K0A 1X0
Téléphone : 613-623-3881
info@FitzroyBeefFarmers.com
www.FitzroyBeefFarmers.com (en anglais seulement)

Fondée en 2005 en réaction à la fermeture de la frontière américaine aux exportations canadiennes de bœuf, la Fitzroy Beef Farmers Co-operative (FBF) a pour mission d'offrir à ses membres un marché local pour leur bœuf. Les produits de première qualité de la FBF sont vendus directement à la population, partout dans la vallée de l'Outaouais. Grâce aux efforts de ses bénévoles dévoués et à l'engagement des églises et entreprises de la région, la FBF est aujourd'hui une source reconnue de bœuf de qualité produit localement et inspecté par le gouvernement.

Co-op Beldajia

a/s du Centre d'intégration et de formation en développement économique (CIFODE)
251, rue Bank, pièce 400
Ottawa (Ontario) K2P 2X3
Téléphone : 613-569-2456
Télécopieur : 613-569-3205
beldajia@yahoo.ca

La Co-op Beldajia est une entreprise pour les femmes des minorités visibles, établie au CIFODE. Elle propose une sauce piquante tropicale entièrement naturelle. La coopérative produit aussi des samosas surgelés pour les restaurants, les cafétérias et les particuliers d'Ottawa. À cela s'ajoute un service de traiteur. Voir le menu en ligne.

Krackers Katering

a/s du Causeway Work Centre
22, rue O'Meara
Ottawa (Ontario) K1Y 4N6
Téléphone : 613-762-4954
Télécopieur : 613-792-4957
krackers@magma.ca

Krackers Katering est une entreprise subventionnée exploitée par le Causeway Work Centre. Son but premier est d'employer des personnes ayant une maladie mentale grave et permanente afin qu'elles puissent acquérir les compétences et la confiance nécessaires pour se sortir de l'isolement, de la pauvreté et du chômage. Krackers Katering leur offre des possibilités de formation, ainsi qu'un emploi rémunéré, soit à temps plein, à temps partiel ou occasionnel. L'entreprise propose en outre ses services de traiteur tant aux particuliers qu'aux entreprises.

Coopérative La Siembra

4, rue Florence, bureau 210
Ottawa (Ontario) K2P 0W7
Téléphone : 613-235-6122
Télécopieur : 613-235-6877
info@lasiembra.com
www.lasiembra.com

La Siembra vend du chocolat chaud, de la poudre de cacao, des tablettes de chocolat, des pépites de chocolat, du sucre de canne et des produits du chocolat pour usage professionnel, tous biologiques et équitables. La Siembra sensibilise également la population au commerce équitable et aux questions relatives au développement durable.

Savourez Ottawa

(Situé chez Alimentation juste)
280, rue Metcalfe, # 501
Ottawa (Ontario) K2P 1R7
Téléphone : 613-236-9300, poste 305
heather@justfood.ca
www.savourezottawa.ca

Savourez Ottawa est une initiative d'Alimentation juste, de la Ville d'Ottawa, de tourisme Ottawa ainsi que des agriculteurs, des chefs et des entreprises de services d'alimentation locaux, qui vise à appuyer, à mettre en valeur et à faire la promotion d'Ottawa et de la région comme destination culinaire privilégiant les produits locaux. C'est avant tout une initiative interentreprises qui relie les vendeurs et les acheteurs de produits alimentaires locaux.

Recherchez la marque « Savourez Ottawa » car elle est synonyme de produits locaux aux magasins des fermes, aux marchés fermiers et aux points de vente sur tout le territoire d'Ottawa, et aussi dans les zones voisines de l'Est de l'Ontario et de l'Outaouais (la région d'achat de produits locaux pour la ville d'Ottawa)



Centres de santé et de ressources communautaires

À propos des centres de santé et de ressources communautaires

Les centres de santé et de ressources communautaires favorisent la santé des collectivités au sein d'Ottawa en offrant des services sociaux et de santé, dont des programmes relatifs à la sécurité alimentaire et à la nutrition. Communiquez avec le centre le plus proche pour obtenir de plus amples renseignements sur les programmes offerts dans votre secteur.

Centres de santé communautaires

Centre de santé et services communautaires Carlington

900, chemin Merivale
Ottawa (Ontario) K1Z 5Z8
Diététiste-nutritionniste : Caroline Samson
613-722-4000
csamson@carlington.ochc.org
www.carlingtonchc.ca

Centre de santé communautaire du Centre-ville

420, rue Cooper
Ottawa (Ontario) K2P 2N6
Diététiste : Nicole Gravelle-Blauer
613-233-4443, poste 2198
info@centretownchc.org
www.centretownchc.org

Centre de santé communautaire Pinecrest-Queensway

1365, chemin Richmond, 2^e étage
Ottawa (Ontario) K2B 6R7
Diététiste : Anne Lim
613-820-4922, poste 602
a.lim@pqhcs.com
www.pqhcs.com

Centre de santé communautaire Côte-de-Sable

221, rue Nelson
Ottawa (Ontario) K1N 1C7
Diététiste communautaire : Olly Wodin
613-789-8458
info@sandyhillchc.on.ca
www.sandyhillchc.on.ca

Centre de santé communautaire de Somerset Ouest

55, rue Eccles
Ottawa (Ontario) K1R 6S3
613-238-1220
Diététiste : Bonnie Baxter, poste 2352
bbaxter@swchc.on.ca
www.swchc.on.ca (en anglais seulement)

Centre du sud-est d'Ottawa pour une communauté en santé

1355, rue Bank, bureau 600
Ottawa (Ontario) K1H 8K7
613-737-5115
Nutritionnistes : Sandy McIntyre et
Annette Charron, poste 2339
office@seochc.on.ca
www.seochc.on.ca

Centres de ressources communautaires

Centre de ressources de l'Est d'Ottawa

2339, chemin Ogilvie, au rez-de-chaussée
Ottawa (Ontario) K1J 8M6

Travailleuses à l'accueil : Nadia Blasutti et
Michelle Lemieux

613-741-6025

jennifer.rothney-zewdie@eorc-gloucester.ca,

michelle.lemieux@eorc-gloucester.ca

www.eorc-gloucester.ca

Centre de services communautaires

Hunt Club/Riverside

3310, chemin McCarthy

Ottawa (Ontario) K1V 9S1

613-247-1600

info@huntclubriverside.ca

www.huntclubriverside.ca (en anglais seulement)

Centre de ressources communautaires de la Basse-Ville

40, rue Cobourg

Ottawa (Ontario) K1N 8Z6

Infirmière en santé publique : Guylaine Gratton

613-789-3930, poste 316

info@crbv.ca

www.crbv.ca

Centre de ressources communautaires de Nepean, Rideau et Osgoode

1642, chemin Merivale, bureau 541

Ottawa (Ontario) K2G 4A1

Renseignements :

613-596-5626

info@ncrc.ca

www.ncrc.ca (en anglais seulement)

Centre de ressources communautaires Orléans-Cumberland

210, boulevard Centrum, bureau 211

Ottawa (Ontario) K1E 3V7

613-830-4357

Développement communautaire : Claude Crustin

www.crcorleans-cumberland.ca

ccrustin@crcorleans-cumberland.ca,

carolle@crcorleans-cumberland.ca

Centre de ressources communautaires

Overbrook-Forbes

225, rue Donald, pièce 120

Ottawa (Ontario) K1K 1N1

613-745-0073

Infirmière en santé publique :

Sylvie-Diane Alletson

Secours alimentaire : Hélène LaCroix, poste 108

Développement communautaire :

Armand Kayolo, poste 119

info@ofcrc.org

www.ofcrc.org

Centre des services communautaires Vanier

290, rue Dupuis

Ottawa (Ontario) K1L 1A2

Responsable : Andrew Rhéaume

613-744-2892

arheume@cscvanier.com

www.cscvanier.com

Centre de ressources communautaires d'Ottawa Ouest

2, cour MacNeil

Kanata (Ontario) K2L 4H7

613-591-3686

Conseillère : Annie Muldoon, poste 284

Développement communautaire :

Maria Christina Serge, poste 278

info@communityresourcecentre.ca

www.communityresourcecentre.ca

Nutrition en santé publique

Conseillers communautaires en alimentation

Les conseillers communautaires en alimentation sont des bénévoles qui ont suivi une formation et transmettent leurs connaissances en matière de sécurité alimentaire et de saine alimentation. Ils offrent GRATUITEMENT des démonstrations alimentaires, des exposés, des présentations et d'autres services aux groupes de tous âges et de tous genres. Parmi les sujets traités, mentionnons les collations santé, le *Guide alimentaire canadien*, une saine alimentation selon son budget, la cuisine pour une ou deux personnes et la sécurité alimentaire. Pour de plus amples renseignements ou pour faire appel à un conseiller communautaire en alimentation, veuillez composer le 613-580-6744, poste 23574.

Ligne d'information sur la nutrition

Les diététistes professionnels de Santé publique Ottawa sont au bout du fil tous les jours de la semaine pour répondre à vos questions sur l'alimentation et la nutrition. Un large éventail de ressources sont disponibles, par exemple sur l'alimentation saine, l'établissement d'un budget, le poids santé et la nutrition de l'enfant. Les diététistes peuvent aussi faire des présentations communautaires de temps à autre. Composez le 613-580-6744, poste 23403.

Diététistes communautaires

Santé publique Ottawa dispose d'une liste de diététistes œuvrant dans d'autres cadres communautaires, dont les centres de santé, les cliniques externes des hôpitaux et les programmes de la santé du cœur et de prévention du diabète, en plus d'une liste de diététistes en pratique privée. Si quelqu'un a besoin des conseils d'un diététiste, on l'aiguillera

vers un diététiste communautaire ou un autre programme communautaire. Composez le 613-580-6744, poste 23403 (Ligne d'information sur la nutrition de Santé publique Ottawa).

Panier à provisions nutritif

Le coût du Panier à provisions nutritif à Ottawa est établi tous les printemps et annoncé à la fin juillet. On connaît alors le coût mensuel des aliments sains pour les adultes et les enfants de différents âges et représentant divers modèles familiaux. Les aliments inclus dans le Panier font partie des quatre groupes alimentaires précisés dans le *Guide alimentaire canadien*, en plus d'être facilement accessibles et populaires auprès des Canadiens. Pour plus de renseignements, veuillez composer le 613-580-6744, poste 23403.

Site Web sur la nutrition de Santé publique Ottawa

Ce nouveau site Web comprend des renseignements relatifs à l'alimentation des nourrissons et des tout-petits, à une saine alimentation selon son budget, aux services nutritionnels offerts à Ottawa, au poids santé chez les adultes et les enfants, et aux démonstrations de cuisine santé, entre autres. Ces démonstrations vous aident à acquérir des connaissances de base en cuisine et vous donnent des conseils pour manger plus sainement. Les sujets comprennent la préparation d'aliments pour bébés, les notions de base pour vous aider à utiliser les principaux outils de cuisine, des renseignements sur les gras et les fibres, la préparation d'aliments prêts à servir plus santé et ainsi de suite. Voir www.ottawa.ca/sante/nutrition.

Projets d'Alimentation juste

Guide d'achat local d'Ottawa

Il s'agit de la liste complète des fermes qui vendent des aliments sur place et des marchés publics dans la région.

Le *Guide* comprend les heures d'ouverture, la liste des produits vendus et les coordonnées des fournisseurs, de même que l'adresse de leur site Web.

Le *Guide* comprend aussi un tableau des récoltes qui permet de savoir quels aliments sont en saison et une carte pour se repérer. La liste des fermes et marchés à l'extérieur des limites d'Ottawa, mais qui servent ses résidents, seront mis en ligne. La version électronique du *Guide* est aussi accessible en ligne.

La version papier du *Guide* est disponible dans les bibliothèques et à beaucoup d'autres endroits à Ottawa.

Réseau d'Agriculture soutenue par la communauté (ASC)

Le réseau d'ASC est une approche relative à la culture et à l'achat d'aliments en vertu de laquelle l'agriculteur et le consommateur s'associent. L'agriculteur cultive les aliments pour un groupe préétabli de consommateurs. Le consommateur conclut une entente d'achat avant le début de la saison. L'agriculteur a ainsi accès à un marché garanti, alors que le consommateur obtient des aliments frais de grande qualité au fil de la saison, selon leur disponibilité. Les fermes en ASC offrent habituellement des livraisons ou collectes hebdomadaires de légumes. Des fruits, des fines herbes et de la viande sont aussi disponibles à l'occasion. La liste des fermes en ASC de la région est fournie sur le site Web d'Alimentation juste.

Students For Farming

Dans le cadre du programme Students for Farming, des classes sont jumelées à des fermes locales afin de favoriser la sensibilisation des jeunes à l'agriculture et à son importance au sein du système alimentaire. Les jeunes

prennent part à un projet de service sur la ferme, par exemple la cueillette de légumes laissés dans les champs afin de les remettre à la Banque d'alimentation d'Ottawa, ou encore un autre projet pratique pour aider l'agriculteur.

Ateliers et formation

Alimentation juste organise des ateliers et des séances de formation tout au long de l'année. Parmi les sujets abordés, mentionnons le jardinage biologique (notamment la conservation des semences), la préservation des aliments, les raisons pour acheter des produits locaux et la et les façons de démarrer une cuisine collective ou un jardin communautaire. De plus, en collaboration avec les agriculteurs de la région, Alimentation juste organise et anime des séances de formation sur l'exploitation agricole.

Bulletin d'Alimentation juste

Tout le monde est invité à devenir membre d'Alimentation juste (c'est gratuit!) et à recevoir une copie électronique de notre bulletin d'information mensuel, qui fait la promotion des événements liés à l'alimentation et des ateliers organisés à Ottawa, et qui traite de questions d'actualité en matière d'alimentation.

Veillez communiquer avec nous si vous désirez :

- savoir où trouver une copie papier du *Guide d'achat local d'Ottawa*
- devenir membre d'une ferme en ASC
- prendre part à un projet de Students for Farming
- participer à des ateliers et des séances de formation, ou être formé pour les animer
- recevoir le bulletin électronique mensuel
- savoir sur quoi l'organisme travaille en ce moment

Alimentation juste

613-236-9300, poste 301

info@justfood.ca

www.alimentationjuste.ca