

Toutes les activités de la Loaded Ladle se déroulent sur le territoire mi'kmaq non cédé et non restitué. Nous nous efforçons dans nos activités de respecter les traités de ce territoire, et d'aligner nos pratiques sur celles des protecteurs actuels des Mi'kmaki

La philosophie qui sous-tend un service alimentaire géré par des étudiants et la programmation éducative que le Loaded Ladle fournis sont ancrés dans les perspectives suivantes :

**LA SOUVERAINÉTÉ ALIMENTAIRE** est née de *La Via Campesina*, un mouvement paysan mondial, comme le droit des peuples à une alimentation saine et culturellement appropriée, produite par des méthodes écologiquement saines et durables, ainsi que le droit de définir leurs propres systèmes alimentaires et agricoles.

**LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE**, c'est lorsque tout le monde peut, à tout moment, obtenir la nourriture dont il a besoin pour être en bonne santé et actif. Cela inclut la possibilité de se procurer des aliments sains à portée de main.

La JUSTICE ALIMENTAIRE reconnaît que notre système alimentaire n'est pas neutre ; nous ne sommes pas sur un pied d'égalité. Les règles, qui établit les règles, et le fonctionnement de nos systèmes alimentaires contiennent des éléments oppressifs et colonisateurs.

## OÙ NOUS TROUVER

### DANS LA CUISINE

Les lundis, soirées de préparation, de 16h00 à 18h00

Mardi à vendredi, 9h30-15h30 Étage principal, Dal SUB

### NOS RÉUNIONS OUVERTES


Les mercredis à 15h30  
Salle B24, Dal SUB

### DANS NOTRE CENTRE DE BÉNÉVOLES

Salle B24, Dal SUB

#### ONLINE

 /theloadedladle

 @TheLoadedLadle

 /theloadedladle

[loadedladle.com](http://loadedladle.com)

### COURRIEL

[volunteer@loadedladle.com](mailto:volunteer@loadedladle.com)

(si vous souhaitez faire du bénévolat)

[info@loadedladle.com](mailto:info@loadedladle.com) (avec des questions, des commentaires et des préoccupations)

[workshops.solidarity@gmail.com](mailto:workshops.solidarity@gmail.com)

(pour demander un service de solidarité)



The Loaded Ladle fournit des aliments gratuits accessibles, durables et d'origine locale sur le campus. Notre collectif d'étudiants et de travailleurs gère ce service alimentaire alternatif. Nous proposons également des événements et des activités qui examinent de manière critique les obstacles à la souveraineté alimentaire, à la sécurité alimentaire et à la justice alimentaire.

### THE LOADED LADLE

Salle B24, Student Union Building 6136  
University Avenue  
K'jipuktuk ("Halifax, Nova Scotia")  
B3H 4R2

902-494-6662

[loadedladle.com](http://loadedladle.com)

REJOIGNEZ-  
NOUS À  
13h00  
DU MARDI AU  
VENDREDI

Repas  
gratuit dans  
le Dal SUB  
OUVERT À  
TOUS

## CE QUE NOUS FAISONS

- Planification et service de plus de 150 repas quatre jours par semaine au Dal SUB.
- Préparation, service et nettoyage quotidiens de la cuisine
- Service de nourriture solidaire offert à d'autres groupes communautaires
- Ateliers sur la culture, la préparation et la conservation des aliments cultivés et sauvages.
- Autres programmes liés à la sécurité alimentaire, à la justice alimentaire et à la souveraineté alimentaire.

## PARTICIPEZ À LA LOADED LADLE



### RESTEZ DANS LE COUP

- Inscrivez-vous à notre newsletter et suivez-nous sur les médias sociaux pour nos événements

### PARTICIPEZ À NOS ÉVÉNEMENTS

- Participez à notre **série d'ateliers annuels** à l'automne : À La Racine
- Participez à d'autres **événements liés à l'alimentation** : apprenez à cultiver, à préparer et à conserver les aliments.
- Venez à nos programmes éducatifs : apprenez à examiner ensemble de manière critique notre système alimentaire

### VENEZ À NOS SERVICES

- Commence à 13h (du mardi au vendredi) et se poursuit jusqu'à épuisement des stocks.
- Gratuit et ouvert à tous
- Menu d'origine locale, sans noix et à base de plantes. Les portions comprennent des options sans gluten.

## FAITES DU BÉNÉVOLAT AVEC NOUS

Aidez-nous à mettre de la nourriture sur la table, partagez ou améliorez vos compétences et connaissances en matière d'alimentation.

Courriel: [volunteer@loadedladle.com](mailto:volunteer@loadedladle.com) ou visitez-nous dans notre cuisine (étage principale, Dal SUB)

Les lundis : Fête de préparation de 16h à 18h  
Du mardi au vendredi : Jours de service  
9h00 à 12h45 Préparation des repas  
12h45 à 13h45 Service quotidien  
13h45 à 15h30 Nettoyage après le service

---

### AIDEZ-NOUS À FAIRE POUSSER DES ALIMENTS

Nous cultivons des aliments pour nos services et nos événements sur les parcelles de la Ladle dans la Ferme Urbaine Common Roots. Si vous souhaitez venir jardiner avec nous, contactez-nous.

---

### DEMANDER UNE PORTION GRATUITE DE NOURRITURE SOLIDAIRE

Si vous organisez des événements en rapport avec notre vision, envoyez un courriel à : [workshops.solidarity@gmail.com](mailto:workshops.solidarity@gmail.com). Nous mettons en relation les ressources et les bénévoles étudiants avec les mouvements et les actions progressistes en matière d'alimentation dans la grande communauté d'Halifax.

---

### RÉUNIONS OUVERTES

Assistez à une réunion ouverte pour la coordination en coulisses.

Les mercredis à 15h30 au bureau de Loaded Ladle, salle B24, Dal SUB.