

# SOEP OP DE STOEP



**SAMEN  
TEGEN  
ARMOEDE**  
—

**Wil je graag mensen in armoedesituaties helpen?**  
**Wil je graag anderen bewust maken van wat**  
**armoede eigenlijk is en hoe we er iets aan kunnen**  
**doen? Organiseer een Soep op de stoep. Warme,**  
**lekkere, gezonde soep in ruil voor een informatieve**  
**babbel en een vrije bijdrage.**

**Hoe je je eigen soepactie het beste aanpakt, kom je**  
**te weten in deze handleiding.**



# 1. Soep op de stoep alleen, Met twee of met meer

Als je een Soep op de stoep organiseert, kun je kiezen voor een privé Soep op de stoep of een publieke Soep op de stoep.

## **Privé Soep op de stoep**

Organiseer je soepactie in besloten kring, bijvoorbeeld gezellig bij je thuis. Nodig vrienden, familie, burens ... uit voor een gezellige en solidaire soeplunch en vraag een vrije bijdrage.

Je kan meer vertellen over de Samen tegen armoede campagne of de Soep op de stoep -folder meegeven aan je gasten. Dan zijn ze meteen op de hoogte waar de campagne over gaat.

Nog een leuk idee is om er een homeparty over armoede van te maken. Vraag je regiomedewerker om een boeiende spreker uit één van de armoedeprojecten die Welzijnszorg steunt. Samen gaan jullie in gesprek over armoede in onze samenleving.

## **Publieke Soep op de stoep**

Organiseer je soepactie op straat, op de markt, op school, in een geloofsgemeenschap,...

Omdat er op publieke plaatsen veel voorbijgangers zijn, organiseer je je soepactie best met meerdere personen. Zeker om je soepstand te bemannen, is het handig en gezelliger om op zijn minst met twee te zijn.

## 2. Datum van je Soep op de stoep

Om onze actie extra te laten opvallen, roepen we op om tijdens de decembermaand Soep op de stoep te serveren. Maar als december niet lukt, mag je ook in een andere maand je Soep op de stoep-actie organiseren.

Soep op de stoep kan van september tot en met eind februari.

Jouw inzet is goud waard en het doel blijft hetzelfde: Samen tegen armoede!

## 3. Registreer je Soep op de stoep

Heel eenvoudig: registreer je soepactie, vul de gegevens in van je soepactie en ontvang je gratis promopakket. Ook als je geen promopakket wenst, is het leuk om je actie te registreren. Zo kunnen we opvolgen hoeveel mensen er een Soep op de stoep organiseren. We tellen de liters met onze soepteller, dat is leuk om te volgen!

Je soepactie registreren is meteen ook gratis promotie.

De bezoekers aan [welzijnszorg.be/actie-registraties](https://welzijnszorg.be/actie-registraties) kunnen namelijk nagaan waar en wanneer er een Soep op de stoep in hun buurt doorgaat en een bezoekje brengen aan je soepactie. En wie weet vindt de lokale pers zo ook de weg...





## 4. Maak je Soep op de stoep-actie bekend

Er zijn verschillende manieren om aan de slag te gaan. Alle informatie en extra tips vind je terug op [welzijnszorg.be/acties/soep-op-de-stoep](http://welzijnszorg.be/acties/soep-op-de-stoep)

## 5. Ready, steady, go!

Lekkere en gezonde soep maken.

Je Soep op de stoep -stand aankleden en daar ga je:

- bied voorbijgangers een heerlijke beker soep aan;
- vraag in ruil voor de soep een vrije bijdrage ten voordele van Welzijnszorg;
- geef hen onze campagne-folder mee.

## 6. Opbrengsten Soep op de stoep overmaken

De opbrengst van je Soep op de stoep stort je best zo snel mogelijk door na afloop van je actie op het rekeningnummer BE21 0000 0000 0303 met als mededeling +++201/1000/02805+++.

## Dankjewel!

Een welgemeend woord van dank in naam van onze armoedeprojecten en medestrijders tegen armoede.

## 7. Soeptips

### Je soepstand en soep verkopen

- Sta op een locatie waar veel mensen langskomen: de markt, een kerstmarkt, een drukke winkelstraat, het station, een bushalte, een tramhalte, het zwembad, een sporthal ...
  - Hang affiches en vlaggen van de Samen tegen armoede campagne aan de stand.
  - Voor de handige harry's: maak de stand opvallend.
  - Zet en dek een tafel voor de stand, zodat mensen rustig kunnen neerzitten om hun soep op te eten. Voorzie dekens zodat mensen zich warm kunnen houden als ze buiten zitten. Steek een vuurkorf aan voor de gezelligheid.
  - Bied peper en zout, kaas, broodkorstjes, peterselie en room aan zodat iedereen zijn soep naar eigen smaak kan eten. Stop deze ingrediënten in potjes met een sticker van Samen tegen armoede erop.
  - Plaats een kom groenten om de versheid van de ingrediënten te benadrukken.
- Pak uit met je persoonlijk soep-recept of dat van een bekend dorpsfiguur. Dit is ook de ideale gelegenheid om streekgebonden groenten te gebruiken en te promoten.
  - Probeer zo goedkoop mogelijk aan ingrediënten te geraken. Ga naar de groenteboer en vermeld diens naam op je stand. Doe hetzelfde met de bakker.
  - Geef een take away-service: geef mensen de mogelijkheid om soep mee naar huis te nemen in een potje dat ze zelf meebrengen, dan zijn ze niet verplicht om ze aan de stand op te eten.
  - Soep per liter verkopen kan ook, werk dan best op bestelling.
  - Gebruik vegetarische bouillon, zo kan iedereen van je soep genieten
  - Hang een lijst met ingrediënten uit, zodat mensen kunnen checken op allergenen

## 8. Hoe maak je je Soep op de stoep-actie bekend?

Enkele eenvoudige tips. Dit zijn eigenlijk de communicatiemiddelen die elk merk inzet om reclame te maken voor zichzelf. Maak hiervoor maximaal gebruik van je gratis promopakket.

### AFFICHES

In het Soep op de stoep-pakket vind je een aankondigingsaffiche waar je datum, plaats en uur zelf op kan invullen. Hang deze enkele weken op voorhand uit om je actie aan te kondigen: voor je eigen raam, op je auto, in het gemeentehuis, in de bibliotheek, in het zwembad, in de kantine van de voetbalclub, in het parochiehuis, in de supermarkt, op school, ...

### FLYERS

Ga naar openbare plaatsen, zoals hierboven vermeld, en deel flyers uit.

### PERS

Je kan je soepactie ook bekend maken via de lokale en regionale pers. Kondig je Soep op de stoep aan in het parochieblad, in het gemeentelijke infoblad, de Streekkrant, de regionale radio ... We helpen je alvast op weg met een voorbeeldpersbericht.

Meer tips en materiaal vind je op  
**[welzijnszorg.be/6-tips-voor-goede-soepreclame](http://welzijnszorg.be/6-tips-voor-goede-soepreclame)**



## 9. Soeprecepten

### POMPOENSOEP MET PIT

**1 pompoen | 3 grote pastinaken | 3 ajuinen | 1,5 tot 2 liter bouillon | 1 chili | 1 teentje look | paprikapoeder | salie | peper**

**Bereiding:** Schil de pompoen en de pastinaken. Snijd ze daarna in stukjes. Snijd de ajuinen in fijne stukjes en stoof even aan in een pot met olijfolie, voeg al een beetje water toe. Voeg er de pompoen, look en de pastinaak aan toe en giet er nog wat water/bouillon bij. Voeg er tot slot salie, chili, paprikapoeder en een beetje peper aan toe. Laat 30 tot 45 minuten goed sudderen. Mix de soep en serveer eventueel met een beetje (kokos)room, koriander of peterselie en geroosterde pompoenpitjes.

### POSTELEINSOEP

**roomboter | 2 dunne preistengels | 2 teentjes knoflook | 500 gr postelein | 1 liter water | 2 bouillonblokjes | 200 ml haverroom (alternatief: soja-/spelt- of rijstroom)**

**Bereiding:** Was de postelein goed schoon. Snijd het wit van de prei in kleine ringetjes en snijd de knoflook fijn. Verwarm het vet in de soeppan en voeg de prei en knoflook toe. Roerbak dit even. Voeg de postelein toe en roer dit tot het geslonken is. Voeg daarna water en bouillonblokjes toe. Breng dit aan de kook en laat het 10 minuten rustig doorkoken. Daarna de soep mixen en room toevoegen. Serveer met croutons.

### RAPENSOEP

**scheutje zonnebloemolie | 1 ui - fijnggehakt | rapen (ongeveer 375 gr) | aardappelen (ongeveer 500 gr) | 1 liter groentebouillon | verse peper uit de molen**

**Bereiding:** Schil de aardappelen en verhit een grote soeppan en verwarm hierin een scheutje olie. Fruit de ui aan in de olie. Voeg aardappelen en raap toe en roerbak voor enkele minuten zonder dat het bruin wordt. Breng op smaak met verse peper. Schenk de bouillon erbij en breng aan de kook. Plaats het deksel op de pan en laat ongeveer 20 minuutjes zachtjes pruttelen. Pureer de raapsoep en schenk ze in kommen.