



# **PÔLE DES ÉPICERIES SOLIDAIRES** *DE TOULOUSE ET SA RÉGION*

*Ensemble, car le personne a de la valeur !*



Conception : MEHDIA - Agence de communication toulousaine  
contact@mehdia.fr - www.mehdia.fr

Crédits Photographiques :  
Intérieur : Vinci © 2011 - ENTR'ACT





**L**ES ÉPICERIES sociales et solidaires s'inscrivent dans une démarche d'économie sociale et solidaire, en ce qu'elles répondent à un besoin sur un territoire donné, à une demande sociale, et qu'elles s'organisent selon un modèle collégial (structures associatives).

Les principes de ce dispositif se fondent sur une volonté de sortir de l'assistanat, et d'accompagner plus globalement les personnes dans leurs projets de vie, dans une démarche d'insertion.

Il existe différentes formes d'épicerie :

- L'épicerie sociale relève généralement d'une municipalité ou d'une communauté de communes, elle est donc essentiellement financée par un CCAS (Centre Commune d'Action Sociale) ou CIAS (Centre Intercommunal d'Action Sociale). Elle s'adresse à un public bénéficiaire des minima sociaux et orienté vers les épicerie par des travailleurs sociaux.

- L'épicerie solidaire naît d'initiatives citoyennes ou associatives : elle fait appel à des financements croisés. Le public accueilli est le même que pour les épicerie sociales.
- L'épicerie communautaire est ouverte à toute la population d'un quartier et répond à un besoin du territoire. Les personnes payent en fonction de leur revenu. Le public bénéficiaire des minima sociaux paye le même prix que dans une épicerie sociale ou solidaire (soit 10 à 30 % du prix du marché). Les autres personnes achètent les produits au prix classique.

Les épicerie solidaires servent de tremplin à un moment où la personne a besoin d'un coup de pouce dans son parcours. En effet, acheter des produits à moindre coût leur permet de réaliser des économies substantielles, qui seront réinvesties en fonction du projet, défini au préalable avec un(e) assistant(e) social(e).

De plus, la liberté de choix des produits, ainsi que la participation financière demandée (10 à 30% du prix du marché) contribuent au maintien de la dignité des personnes.





Les salariés et bénévoles des épiceries sont attentifs à instaurer une relation avec chaque bénéficiaire, dans un climat chaleureux et convivial. L'autre point fort des épiceries est de proposer un accompagnement au plus proche de la personne. Ainsi, certaines se dotent d'une CESF, et toutes mettent en place des ateliers pédagogiques. Ces activités, autour de la cuisine, de la diététique et de la gestion du budget, visent à créer des liens entre les bénéficiaires, à revaloriser les personnes par le partage de leurs compétences.

Elles innovent par la multiplicité de leurs objectifs. Implantées sur un territoire, les épiceries contribuent à dynamiser le tissu social. Elles se proposent aussi d'être des supports de l'insertion par l'activité économique (mise en place de chantiers d'insertion), et de favoriser les circuits courts de consommation. Elles fonctionnent actuellement grâce à la participation active de leurs bénévoles, mais cherchent à poursuivre la démarche de professionnalisation.

Voici le fonctionnement général d'une épicerie :

- Orientation des bénéficiaires par les UTAMS principalement, ou associations.
- Public : personnes bénéficiaires des minima sociaux (RSA, chômage, handicap,...) ; travailleurs à temps partiels, étudiants, retraités ; public spécifique à un territoire (proximité d'un CADA par exemple)
- Entretien d'accueil par la CESF : définition du projet et de la durée d'accès à l'épicerie (6 mois en moyenne)
- Fréquentation de l'épicerie sur ses jours d'ouverture et sur rendez-vous
- Bilan des économies réalisées et renouvellement de l'accompagnement en fonction de l'évolution de la situation de la personne
- Entretiens individuels avec la CESF à la demande
- Propositions de divers ateliers
- 

Actuellement sur Toulouse, sept épiceries sont en activité : Cap'Centre, Entr'Act, le CASIT, CABAS, et tout récemment L'Epi du CAAL, la Main Tendue 31 et la Main à la Pâte. Cinq autres associations ont pour projet d'implanter une épicerie dans leur quartier. Globalement,



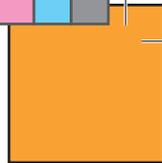


ces structures sont réparties sur l'ensemble du territoire toulousain.

Au regard de ces initiatives isolées, la Délégation Economie Sociale et Solidaire de la Mairie de Toulouse, représentée par Jean-Paul Pla, a créé, depuis le 25 novembre 2009, un pôle « épiceries solidaires » afin d'impulser une synergie commune à l'ensemble de ces projets. Ainsi, ces associations ont décidé de travailler autour de quatre problématiques : la mutualisation des moyens humains et financiers (recherche de locaux et subventions), la mutualisation des commandes, la mutualisation des ateliers, et enfin celle des compétences.

Dans les pages suivantes sont présentés les projets spécifiques de chaque association suscitée.





**PUBLIC ET SECTEUR GÉOGRAPHIQUE CONCERNÉ :**  
Secteur du grand Mirail (31100), situations financières fragiles, orientées par les assistants sociaux des UTAMS, des CADAS et de l'Université du Mirail.

**OBJECTIFS :**

Aide alimentaire sous forme d'épicerie sociale et solidaire, permettant un accompagnement plus concret dans les difficultés des familles. L'intérêt de cette formule est de valoriser et de responsabiliser les personnes en les encourageant à réinvestir les économies réalisées dans leurs difficultés quotidiennes.

Pour compléter l'aide alimentaire et l'accompagnement proposé, des ateliers sont organisés autour de thèmes comme la gestion du budget, la diététique, la cuisine.





## PROJETS / ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES A LA STRUCTURE :

La structure est ouverte 4 jours par semaine (mardi, mercredi, jeudi\* et vendredi), accueille 170 familles par semaine. Le matin étant consacré à la collecte et à la présentation des produits, l'après-midi est consacré à l'accueil du public et à la distribution. L'équipe est composée de 4 salariés (un directeur, une conseillère en économie sociale familiale, un responsable logistique et une responsable de rayon) et de 25 bénévoles participants aux différentes tâches.

Des ateliers sur la gestion du budget ont lieu 2 fois par mois. Les ateliers sur la diététique et la cuisine, l'estime de soi et la couture sont également organisés.

Hélène CABY  
Conseillère ESF  
05 61 43 70 63  
entractsolidarite@gmail.com

\*Jeudi spécial étudiant





**PUBLIC ET SECTEUR GÉOGRAPHIQUE CONCERNÉ :**  
Toute personne ou famille habitant à Toulouse, quartiers du centre (31000) et Empalot, orientée par l'assistante sociale référente ou les associations fondatrices, après évaluation de la situation et du projet personnel.

**OBJECTIFS :**  
CAP Centre a, en effet, pour objectif de prévenir l'exclusion et de maintenir le lien social, en accompagnant les personnes dans leur projet d'insertion ou de réinsertion sociale. Dans ce cadre, Cap Centre apporte à la fois un soutien budgétaire au travers d'une aide alimentaire et un soutien éducatif à la gestion du budget, à l'équilibre alimentaire, à la vie quotidienne....

**05 61 32 64 11**  
**cap-centre@orange.fr**



PROJETS / ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES A LA STRUCTURE :  
CAP Centre organise, notamment, régulièrement des ateliers de cuisine et de diététique et apporte, en liaison avec « Cultures du Cœur » des facilités d'accès aux loisirs culturels (spectacles pour enfants et adultes, cinéma, musique, théâtre...).

APPEL À BÉNÉVOLAT :  
Afin de renforcer sa capacité d'accueil et d'en améliorer ainsi la qualité, CAP Centre recherche des bénévoles pour assurer l'accueil et l'accompagnement des bénéficiaires.  
Toute personne intéressée peut prendre contact avec CAP Centre (cf coordonnées ci-dessus).

95, Grande Rue Saint Michel  
31400 TOULOUSE





410 Chemin de Vignes,  
Sayrac, 31340 Villemur Tarn  
06 66 27 96 74

**PUBLIC ET SECTEUR GÉOGRAPHIQUE CONCERNÉ :**  
Familles ou personnes en situation de précarité et/ou d'exclusion sociale sur le quartier des Minimes et le nord toulousain.

**OBJECTIFS :**  
Permettre l'accès à une alimentation équilibrée, lutter contre la pauvreté sans assistantat, optimiser les aides alimentaires aux familles. Redonner leur dignité aux personnes en difficulté en leur permettant d'intégrer la notion du choix des produits et en leur demandant une participation financière adaptée à leur situation.

**PROJET / ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES A LA STRUCTURE :**  
L'épicerie solidaire est de l'association Main Tendue 31 est en cours de création et va faire suite à l'aide apportée actuellement par la fourniture de colis alimentaires.

**APPEL A BENEVOLAT :**  
poste recherché : 1 manutentionnaire

**CONTACT :**  
**Christian SOULIÉ** Président  
[www.maintendue31.org](http://www.maintendue31.org)



# La Main à la Pâte

« Le premier des droits de l'homme est celui de pouvoir manger à sa faim. »

Franklin Roosevelt

## PUBLIC ET SECTEUR GÉOGRAPHIQUE CONCERNÉ :

- Bénéficiaires de Minima Sociaux,
- Travailleurs précaires,
- Retraités,
- Intérimaires,
- Etudiants sans ressource,
- Toutes personnes ayant de faibles revenus dans d'autres situations.

Secteur concerné : Territoire 31400

(notamment le quartier de Rangueil).

## OBJECTIFS :

Il s'agit d'une structure d'accueil pour accompagner les personnes à s'alimenter de manière plus équilibrée et de façon économique. L'épicerie est un lieu de distribution de produits à moindre coût (à hauteur de 10% des prix du marché).

## PROJETS / ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES A LA STRUCTURE :

La Main à la Pâte est un point de rendez-vous convivial où chacun viendra rompre avec l'isolement devant une boisson chaude, ainsi qu'un lieu de participation à des ateliers consacrés aux relations parents - enfants, la cuisine, l'alphabétisation, l'informatique, des gestes simples pour réduire les consommations d'énergie et la gestion du budget familial.

62, Rue de Nîmes

31400 Toulouse

06 68 81 86 98

asso.lamap@gmail.com





**PUBLIC ET SECTEUR GÉOGRAPHIQUE CONCERNÉ :**  
Familles en situation de précarité suite à un « accident de la vie », mais n'ayant pas accès à l'aide alimentaire d'urgence, dans les Cantons de Carbonne, Cazères sur Garonne, Le Fousseret, Montesquieu Volvestre et Rieux Volvestre. Ul-  
térieurement extension de l'action au Pays Sud Toulousain.

**OBJECTIFS :**  
Aider des familles en situation de précarité à surmonter un accident de la vie en ayant accès aux achats alimentaires et d'entretien dans des conditions de prix très bas sur une durée limitée et leur permettre ainsi de mener à bien un projet financier pour sortir de cet « accident » et ne pas basculer dans la spirale de l'exclusion.

**CONTACT :**  
**Bernard AUBERT**  
**Président**  
**05 61 87 64 22**



Accompagner ces familles dans leur démarche grâce à un suivi personnalisé et par leur participation à des « ateliers » tels que cuisine, gestion du budget, re-socialisation...

PROJETS / ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES A LA STRUCTURE :  
Ouverture d'une épicerie sociale et solidaire dans un délai de trois à quatre mois, en partenariat avec plusieurs fondations (Vinci, Mac Do,...), banques (Caisse d'Épargne, Crédit Agricole,...) et organismes spécialisés (Lions Club, Croix Rouge, Emmaüs, Agence du Don en Nature, Association Nationale pour le Développement des Epiceries Solidaires, Banque Alimentaire,...), collectivités territoriales et supermarchés du secteur géographique concerné

ESCALE SUD TOULOUSAIN  
LE TUQUET  
31310 MONTESQUIEU VOLVESTRE





# ASSOCIATION VIVRE MIEUX

## PUBLIC ET SECTEUR GÉOGRAPHIQUE CONCERNÉ :

Personnes et familles en situation de précarité ou d'exclusion sociale/économique du secteur de Bagatelle (orientés par les partenaires sociaux, notamment l'UTAMS de Bagatelle) ainsi que le public suivi par les travailleurs sociaux de l'association Vivre Mieux en difficulté d'accès ou de maintien au logement.

## OBJECTIFS :

Permettre à des personnes en difficulté économique de payer avec ses moyens des produits alimentaires, d'hygiène et d'entretien, vendus en épicerie solidaire. Ce dispositif permet une grande économie, mais surtout une économie financière qui a du sens. Justement grâce à un accompagnement par un travailleur social sur le lieu d'accueil, le bénéficiaire reçu élabore son projet de vie. Autrement dit, l'économie réalisée sur l'achat en épicerie solidaire doit être tout ou partie reversée à la réalisation d'un projet personnel. Ainsi la professionnelle CESF s'applique à mettre en place des ateliers pédagogiques.

Souvent par des activités autour de la cuisine, la diététique, la gestion du budget, qui visent à créer des liens entre les bénéficiaires et à revaloriser les personnes par le partage de leurs compétences. Il s'agit de bénéficier de l'aide alimentaire tout en ayant la dignité

## Contact :

M<sup>lle</sup> Linda HAOUES

Conseillère ESF

05 34 41 47 80

06 67 53 11 41



d'être aussi consommateur au même titre que tout le monde.

**PROJETS / ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES A LA STRUCTURE :**  
Concernant notre mission principale, basée sur l'aide à l'accès et au maintien dans le logement, nous avons observé un nombre grandissant de locataires ne parvenant plus à régler leur loyer et contractant des dettes locatives importantes ou des dettes liées à des crédits à la consommation. Ainsi, nous pensons intéressant également pour ce public, de bénéficier de l'accès à une épicerie sociale & solidaire avec pour projet d'économiser sur le budget alimentaire afin d'honorer ses dettes locatives ou diverses, ou encore de se reloger dans un habitat ayant un loyer moins onéreux.

#### **APPEL A BENEVOLAT :**

Logistique : gestion des stocks, de l'approvisionnement et des commandes

Manutention : tri des produits, conditionnement, mise en rayon, étiquetage et entretien.

Accueil et Conseils : accompagnement des familles durant les achats (conseils économiques, diététiques, culinaires...), création de lien social et animations diverses.

« Les épiceries solidaires servent de tremplin au moment où la personne a besoin d'un soutien dans son parcours. »

ASSOCIATION VIVRE MIEUX

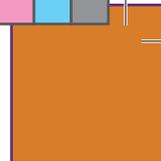
75, rue Matabiau – 31000 Toulouse

EPICERIE SOLICIALE

6, rue de la Gironde – 31100 Toulouse

Ouverture de l'épicerie Soliciale prévue dès 2012





Nous travaillons avec tous les publics en difficultés sur tous les quartiers de la ville de Toulouse.

Nos objectifs sont l'autonomisation des personnes en situation de handicap, de maladies chroniques, de précarité. EMET cultive les champs de l'économie sociale et solidaire et propose un dispositif de prévention basé sur l'accès à un jardin qui permet de disposer d'un accompagnement par la santé.

Franck : 06 27 75 78 20  
[association.entremainsetterres@gmail.com](mailto:association.entremainsetterres@gmail.com)



Un concept de solidarité active : les personnes qui acceptent de cultiver leur autonomie (fruits et légumes) et/ou de donner une partie de leur production au milieu caritatif, dont dépend EMET sur le territoire, bénéficient des services de l'Épicerie Sociale et Solidaire itinérante.

La camionnette permet d'adapter l'offre alimentaire en fonction des problématiques exprimées par les bénéficiaires : Régimes sans sel, sans gluten, sans sucre,...tout en privilégiant la consommation de fruits et légumes associée à de l'activité physique (jardinage).

Appel à bénévolat (nous recherchons des compétences très variées) :  
Jardiniers, Animateurs, Chauffeurs, Diététiciennes, Infirmières, ergothérapeutes, informatique,...

Association Entre Mains Et Terres  
12 Boulevard Bonrepos  
31000 Toulouse  
Maison du vélo (face à la gare Matabiau)





# Comité d'Action Sociale Israélite Toulouse : CASIT

Heures d'ouverture au public :

Lundi : 9h-12h30

Mardi, Mercredi, jeudi : 9h-12h30 et de 13h30-17h

Vendredi : 9h-12h

PROJET / ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES A LA STRUCTURE :  
Toutes personnes en difficultés financière, sociale, familiale...notamment les personnes de la communauté israélite résidant en Haute Garonne.

OBJECTIFS :

Service social polyvalent, il répond dans la mesure de ses moyens aux besoins des plus défavorisés et s'inscrit dans un partenariat affirmé avec les pouvoirs publics et les associations communautaires.



35 rue d'Orléans  
31 000 Toulouse  
Tel : 05-61-62-88-89  
Fax : 05-61-62-07-85  
casitoulouse@yahoo.fr

- \* accueil et orientation vers les services adaptés ;
- \* suivi social polyvalent sur Toulouse et la Haute-Garonne ;
- \* concertation et collaboration en réseau avec les partenaires tels que: UTAMS, CCAS, CAF, CPAM... ;
- \* renforcement du lien identitaire ;
- \* rupture de l'isolement ;
- \* lutte contre la précarité ;

#### PROJET / ACTIVITES SPECIFIQUES A LA STRUCTURE :

- \* aide alimentaire : Boutique Sociale
- \* entretien par les professionnels  
soit sur rendez-vous, soit à domicile ;
- \* aides financières et/ou budgétaires ;
- \* aides à la scolarité ;
- \* aides aux vacances pour les jeunes et les enfants ;
- \* actions en faveur des personnes âgées ;
- \* conception et animation d'ateliers.

#### APPEL A BENEVOLAT :

Transport de denrées / Dockers /  
Caisse/caissière/  
Mise en rayon /manutentionnaire /





L'Epicerie Solidaire des Pradettes

## PUBLIC ET SECTEUR GEOGRAPHIQUE CONCERNE :

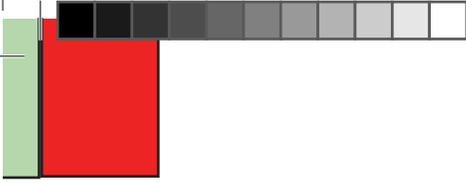
L'Epi est une épicerie solidaire qui accueille des personnes en difficultés financières, orientées par des travailleurs sociaux dans le cadre d'un accompagnement global des besoins du foyer.

Nous intervenons sur les secteurs des Pradettes et de Mirail Université.

## OBJECTIFS :

Notre objectif est de donner à nos bénéficiaires la possibilité d'accéder aux produits du quotidien tout en respectant leur autonomie. Permettre aux personnes accompagnées de retrouver une gestion de leur budget saine et équilibrée.

**42 Chemin des Pradettes  
31100 Toulouse  
Catherine SOLA  
06 77 34 41 90**



La plateforme REVIVRE PAYS D'OC est le fruit du travail du Pôle des épiceries solidaires en réponse à une problématique de logistique et d'approvisionnement de ces dernières. Elle permet de mutualiser les ressources et les moyens logistiques nécessaires au développement et au bon fonctionnement des épiceries.

S'inspirant d'autres plateformes (Revivre Ile-de-France, Revivre Lyon) faisant elles-mêmes partie d'une fédération : Revivre dans le monde, les objectifs sont de lutter contre le gaspillage et de favoriser le développement des emplois. Cette fédération entretient d'étroites relations avec des acteurs de l'agro-alimentaire français, particulièrement avec Danone depuis 1993. En plus de sa volonté d'établir des partenariats avec les producteurs locaux, la plateforme REVIVRE EN PAYS D'OC s'inscrit dans le paysage de l'aide alimentaire régionale. Sa volonté étant de travailler en complémentarité d'autres acteurs de la solidarité, tels que la Banque Alimentaire et l'A.N.D.E.S.

Depuis octobre 2011 REVIVRE EN PAYS D'OC propose des services logistiques (stockage, transport, livraison) et d'approvisionnements.

8 impasse Marestan  
31100 Toulouse  
06 75 68 77 63

Jean-Louis CLÉMENT - DIRECTEUR  
[revivre.paysdoc@gmail.com](mailto:revivre.paysdoc@gmail.com)





PARTENAIRE DES EPICERIES SOLIDAIRES



ÉLECTRICITÉ RÉSEAU DISTRIBUTION FRANCE

DIRECTION TERRITORIALE GRAND TOULOUSE

**MAIRIE DE**



**TOULOUSE**

[www.toulouse.fr](http://www.toulouse.fr)



**WWW.EPICERIE-SOLIDAIRE.FR**

