

ÊTRE BÉNÉVOLE

à VRAC Plaine Commune!

VRAC c’est quoi ?

L’association VRAC Plaine Commune favorise le développement de groupements d’achats dans les quartiers prioritaires du territoire de Plaine Commune.

La création de ces groupements vise à favoriser l’accès du plus grand nombre à des produits de qualité issus de l’agriculture paysanne/biologique/équitable à des prix bas, grâce à la réduction des coûts intermédiaires (circuits-courts) et superflus (limitation des emballages).

Des prix bas

Des produits de qualité

Des produits issus de l’agriculture paysanne/biologique/équitable

Comment ça marche ?

Les épiceries ont lieu une fois par mois dans une maison de quartier ou un centre socio culturel grâce à l’engagement des bénévoles qui accompagnent l’équipe salariée dans l’installation des stands sur les différents lieux de vente.

Ce livret existe dans ce but : favoriser le bon déroulement des épiceries et le bien être des adhérent.e.s qui prêtent main forte tous les mois ! Un grand merci à vous !

1. J'adhère à l'association
2. Je choisis mes produits dans le catalogue.
3. VRAC commande les produits et organise la livraison.
4. 2 semaines plus tard, je récupère et paie ma commande
5. Je donne un coup de main, je profite de la convivialité lors des épiceries, des sorties, des ateliers

La charte bénévole

Avant de commencer, nous souhaitons rappeler que les épiceries VRAC sont des espaces où chacun et chacune doit se sentir accueilli et respecté. **L'alimentation revêt des dimensions culturelles, identitaires et symboliques qui sont propres à chaque personne.** Partant de ce constat, VRAC inscrit son action dans le respect des choix, des habitudes et de la dignité de chacun·e. Ainsi nous ne tolérerons pas de comportements et propos violents sur l'orientation sexuelle, les convictions religieuses, l'origine d'une personne etc.

Si vous ou une autre personne êtes témoins ou victimes d'un comportement ou d'une situation ne respectant pas ces principes, nous vous invitons à venir en parler à l'une des salariées de VRAC PLAINE COMMUNE. Nous accueillerons votre parole et agirons en conséquence pour trouver une solution.



Olfa Kechiche
Coordinatrice



Matie Haroutian
Coordinatrice



Cassandre Palies
Chargée de groupement d'achats



Louna Magniez - Chargée de démocratie alimentaire



Nadia Lakhneche - Animatrice en alimentation durable

Les créneaux de bénévolat

Les épiceries sont divisées en trois créneaux de bénévolat. Pour chacun d'entre eux, les missions peuvent être réparties entre plusieurs personnes. Regardons ça de plus près ensemble !



1. L'installation de l'épicerie
2. La tenue de l'épicerie
3. Le rangement de l'épicerie

L’installation



- [ ] Lorsque j’arrive, je dispose les chaises et les tables en U avec les salariées ;
- [ ] Puis j’aide à décharger le camion selon mes capacités ;
- [ ] Attention à son dos ! On n’hésite pas à demander à une autre personne de nous aider !
- [ ] Ensuite, je dispose sur les tables les produits en les rangeant par catégorie (féculents, frais etc) ;
- [ ] Je place également les pelles, les balances et les pinces ;
- [ ] Si on a le temps, je recharge les balances ;

- [ ] Maintenant que tout est installé, on peut procéder à l’inventaire ! On compte les fruits, les légumes etc. Cela permet d’identifier les manques ou surplus !
- [ ] J’indique sur le tableau de RAB ce qui est en moindre quantité et ce qui est en plus !
- [ ] Je remue le beurre de cacahuètes pour qu’il soit bien liquide !
- [ ] Je découpe les listes de course des adhérent.e.s que je range par ordre alphabétique dans un portefeuille ;
- [ ] Je suis prête à faire mes courses avant que les adhérent.e.s n’arrivent !



LA TENUE DES EPICERIES



- [ ] Je me lave les mains puis je me positionne derrière un stand pour servir les personnes qui vont arriver ;
- [ ] Lorsqu'un.e adhérent.e se présente, je lui demander sa feuille de course et je lui donne les quantités affichées ;
- [ ] Je sers le produit en veillant à ne pas le confondre avec un autre. Exemple : ne pas mélanger les pates blanches et les semi-complètes ;
- [ ] J'ai également taré le contenant de l'adhérent.e. Si iel n'en a pas, je peux en trouver en caisse ;
- [ ] Je sers au gramme près ou bien légèrement plus en veillant à l'indiquer sur la feuille ;
- [ ] Si il n'y a pas grand monde, je prépare des paniers en avance ;

LE RANGEMENT



- [ ] Trente minutes avant la fin de l'épicerie, ou bien dès qu'une grande partie des adhérent.e.s ont récupéré leurs paniers, je commence à ranger !
- [ ] Je rassemble les produits qu'il reste sur une même table pour libérer de la place ;
- [ ] J'amène à la poubelle tout ce qui doit être jeté ;
- [ ] Je désinfecte les ustensiles, les tables et je passe le balai ;
- [ ] La journée est terminée ! Un grand merci pour ton aide !

REGLES D'HYGIENE

Se laver les mains régulièrement

- Au début de chaque distribution et dès que je touche quelque chose

- Il n'est pas forcément plus hygiénique de mettre des gants ! Mais si je préfère en porter, il est important de les changer régulièrement. Notamment pour éviter le mélange de produits.

Ne pas mélanger les pelles

- Pour éviter la contamination par allergènes

merci

