



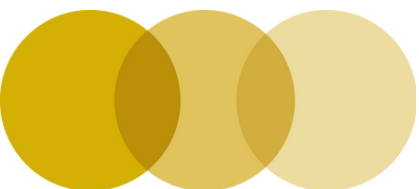
Etre bénévole à VRAC Rennes



06 67 66 77 84

contact.rennes@vrac-asso.org

<https://rennes.vrac-asso.org/>



Sommaire

VRAC :

- Ce que c'est en général
- Les valeurs de l'association
- Ce que c'est à Rennes

LES MISSIONS :

- Distributions
- Livraisons
- Animations
- Vie associative

L'ORGANISATION :

- L'équipe et les rôles de chacun.e
- Organisation mensuelle "type"
- Les missions services civiques

LES QUARTIERS ET CARNET D'ADRESSES

- Bréquigny
- Le Blosne
- Maurepas
- Villejean
- Université Rennes 2



VRAC

Qu'est ce que c'est ?

L'association VRAC (Vers un Réseau d'Achat en Commun) favorise le développement de groupements d'achats de produits de qualité (biologiques, éthiques, locaux) dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville et autres quartiers populaires. Sa mission est de permettre aux habitant.es de ces quartiers, ayant des revenus limités, d'accéder à une alimentation choisie et non contrainte, grâce à la vente des produits à prix coûtant.

VRAC permet ainsi aux habitant.es des quartiers populaires qui le souhaitent de s'inscrire dans un mode de consommation durable et engagé, reposant sur le collectif et les dynamiques locales.

L'association a été créée en 2013 à Lyon et s'étend désormais sur de nombreux territoires français et en Belgique (Bruxelles et Charleroi).

VRAC FRANCE

VRAC est porté par une association tête de réseau, VRAC France, ainsi qu'un fonds de dotation qui collecte des financements privés pour l'ensemble du réseau. VRAC France est chargée de l'essaimage du projet, en développant de nouvelles antennes avec les acteurs territoriaux qui sollicitent l'association, en accompagnant les associations déjà créées (communication, ressources humaines, approvisionnement...) et en facilitant les échanges inter-associations (séminaire national, temps de travail partagés).

Chaque association locale est autonome dans son fonctionnement tout en s'engageant à respecter la charte des valeurs du projet VRAC.



Carte du réseau VRAC (fin 2024)

VRAC, EN QUELQUES CHIFFRES :

124 groupements d'achat
10 300 foyers adhérents et environ 31 000
personnes touchées
1 600 bénévoles
90 salarié.es

(Chiffres fin 2024)



Nos missions

L'association VRAC défend l'accès à une **alimentation durable et de qualité pour toutes et tous**, quels que soient les moyens financiers ou la localisation géographique des personnes.

L'alimentation revêt des dimensions culturelles, identitaires et symboliques propres à chacun.e, VRAC s'engage donc son action dans le respect du choix et de la dignité des personnes.

VRAC défend également un mode d'action basé sur le « **faire ensemble** » et la mixité sociale, à travers la mise en place de groupements d'achat reposant sur l'engagement des habitant.es et leur implication dans la gouvernance. Ainsi, les personnes sont actrices de leurs choix de consommation alimentaire et, au-delà, actrices des choix de l'association.

Enfin, VRAC défend la mise en place de **systèmes agricoles soutenables et équitables**, viables pour les producteurs et sains pour les mangeurs.

Nos valeurs

Solidarité et justice sociale

En garantissant l'accès à des produits à différents tarifs selon les ressources des personnes, VRAC Rennes souhaite **réduire les injustices** (sociales et géographiques) et permettre au plus grand nombre de **choisir son alimentation** tout en luttant contre l'isolement social. VRAC Rennes développe des circuits de distribution durables et locaux en **solidarité** avec un monde agricole vertueux.

Coopération et émancipation

Le projet VRAC Rennes fonctionne grâce à **l'implication** des adhérent.es dans le fonctionnement de leur groupement d'achat. VRAC Rennes s'inscrit dans une visée **émancipatrice** et se reconnaît dans les valeurs d'éducation populaire en proposant aux personnes de se réapproprier des **choix** de consommation.

Ecologie et santé

En donnant la possibilité de consommer des produits sains, à travers une approche positive de la diversification alimentaire et prenant en compte les déterminants de santé VRAC Rennes encourage **la promotion de la santé**. VRAC Rennes permet aux adhérent.es de s'inscrire dans une démarche écologique : en consommant des produits en vrac et issus des circuits bio, courts et locaux.

L'association VRAC Rennes (Vers un Réseau d'Achat en Commun) repose sur 3 axes d'actions :

- Favoriser le développement de groupements d'achats de produits de qualité (biologiques, locaux et écologiques) dans les Quartiers prioritaires de la Politique de la Ville (QPV) de Rennes. L'objectif est de permettre aux habitant.es de ces quartiers, ayant des revenus limités, d'accéder à une alimentation choisie et non contrainte.
- Mettre en place une programmation d'animations pour :
 - Sensibiliser aux enjeux de l'alimentation, faire connaître l'association
 - Cultiver la convivialité
 - Partager et développer nos savoirs
 - Créer du lien et de la solidarité entre adhérent.es et producteur.ices
- Défendre le droit à l'alimentation et la démocratie alimentaire

VRAC permet aux habitant.es des QPV de s'inscrire ainsi dans un mode de consommation digne et durable, reposant sur le collectif, la capacité à agir et les dynamiques locales.

L'association coordonne le fonctionnement de 5 groupements d'achats sur le territoire de la ville de Rennes :

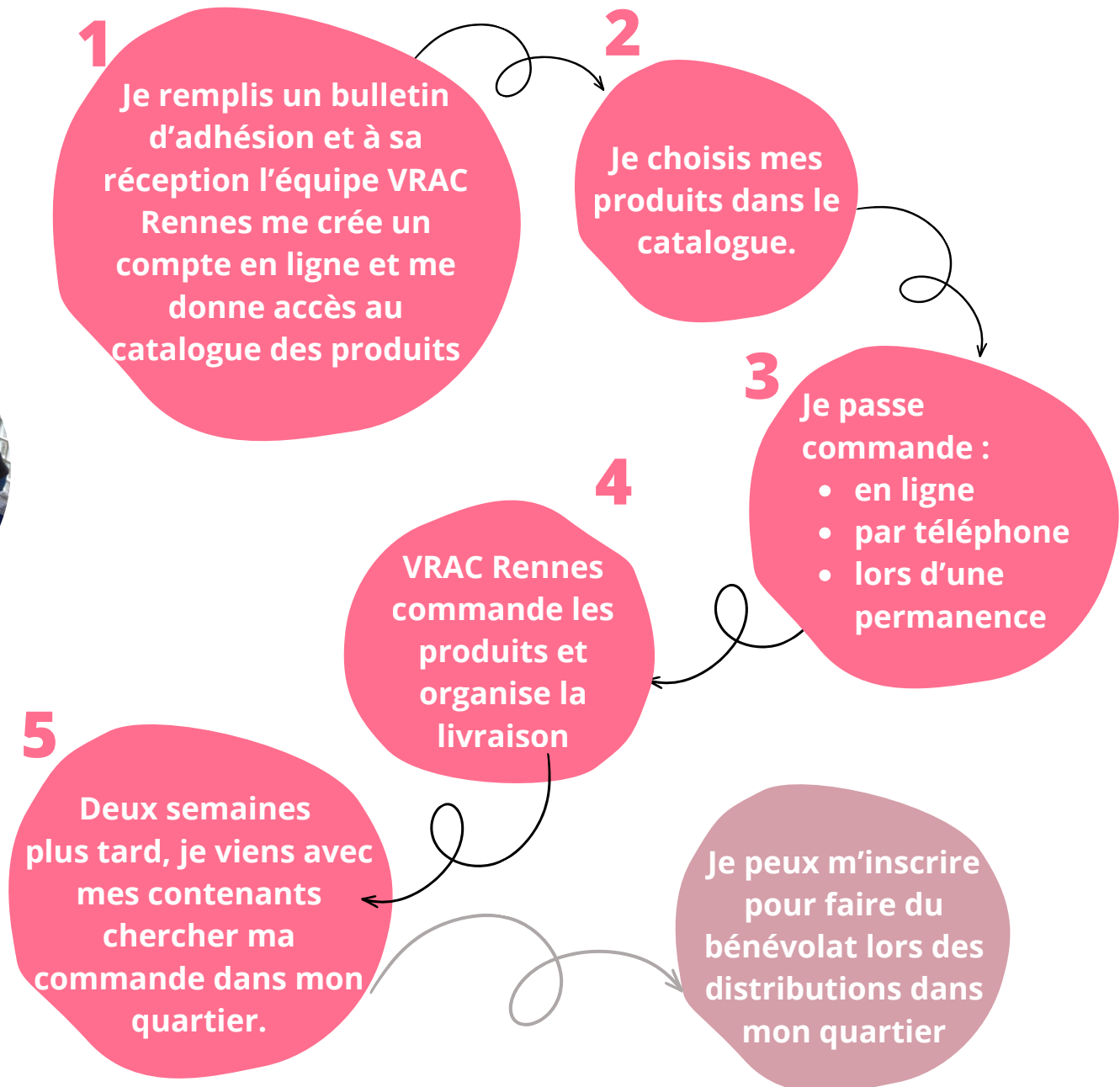
- à **Villejean** :
 - au centre social Ker Yann, groupement créé en décembre 2020
 - à ESS CARGO & CIE à l'université de Rennes 2, groupement créé en décembre 2021 ;
- à **Maurepas** :
 - au pôle associatif de la Marbaudais, groupement créé en décembre 2020 ;
- à **Bréquigny** :
 - à la MJC Bréquigny, groupement créé en octobre 2021 ;
- au **Blosne** :
 - au Polyblosne de la Maison de Squares, groupement créé en avril 2023.



Adhérer à l'association



Pour bénéficier des produits VRAC il faut adhérer à l'association. Le paiement de l'adhésion est effectué lors de la première commande puis renouvelé chaque année à date anniversaire.



Il n'y a **aucun minimum d'achat requis** et les adhérent.es ne s'engagent pas à commander mensuellement, ils sont donc libres de commander quand ils.elles le souhaitent. Comme nos produits sont en grande partie en vrac, les adhérent.es peuvent commander la quantité qu'ils.elles souhaitent et le prix est directement ajusté selon la quantité choisie.

Les différentes adhésions

Grâce au Fond Mieux Manger Pour Tous de l'État, VRAC Rennes a pu mettre en place une triple tarification.

Coup de pouce

L'adhésion **coup de pouce** est ouverte aux :

- personnes seules avec quotient familial inférieur ou égal à 450,
- foyer à partir de 2 personnes avec un quotient familial inférieur 600
- étudiant.es boursier.es échelon 2 à 7
- bénéficiaires de l'allocation pour demandeur d'asile

Ces personnes payent 1€ leur adhésion et -50% du prix coûtant sur les produits alimentaires.

Prioritaire

L'adhésion prioritaire est réservée aux habitant.es des 5 quartiers rennais de la Politique de la Ville, aux ménages avec des petits revenus et aux locataires du parc social qui paient une cotisation annuelle d'1€ et -10% du prix coûtant sur les produits alimentaires.

Solidaire

Les adhérent.es solidaires s'acquittent d'une cotisation à partir de 20€ et payent +10% du prix coûtant sur les produits alimentaires.

Association

Les associations qui portent des valeurs similaires aux nôtres peuvent également adhérer. Elles payent une cotisation à partir de 20€ et payent +10% du prix coûtant sur les produits alimentaires;

Cette ouverture permet une **rencontre** entre des personnes d'un quartier. Les distributions sont de vrais lieux de **socialisation** et de **cohésion sociale**.



Les produits

VRAC propose à ses adhérent.es des produits biologiques et/ou locaux afin de favoriser les démarches durables sur le plan environnemental et social.

VRAC Rennes a proposé en 2024 **145 produits** en fonction de la saison.

Le choix des produits se réalise en trouvant un équilibre entre :

- les besoins des adhérent.es recueillis grâce à des sondages, aux échanges informels et au groupe produits
- le prix,
- la réponse à une éthique sociale et environnementale de production
- la proposition des producteur.ices.

Une partie des produits provient de fournisseurs communs au réseau des associations VRAC comme les féculents, les fruits secs, le café ou encore l'huile d'olive. Pour les produits disponibles en circuits courts, l'équipe travaille en direct avec des producteur.ices locaux.ales comme pour les farines, les œufs, le miel, le fromage, les légumes ou le pain.

AGRICULTURE BIOLOGIQUE

Le label Agriculture Biologique, ou "AB", c'est quoi ?

C'est un système de production agricole qui allie des **meilleures pratiques environnementales**, le **respect de la biodiversité**, la **préservation des ressources naturelles** et l'application de **normes élevées en matière de bien-être animal**.

L'agriculture biologique est encadrée par une **réglementation européenne**.

Quels sont les critères pour obtenir le label ?

Parmi les exigences de la législation européenne, on peut retrouver :

- **aucune utilisation de produits chimiques de synthèse**
- **respect du bien-être animal** (transport, conditions d'élevage, abattage...),
- pour les produits transformés, plus de **95 %** des ingrédients doivent être **issus de l'agriculture biologique**.

Ses logos :

Le logo du ministère de l'agriculture :



Le logo européen, ou « Eurofeuille » :



TERRES DE SOURCES

Le label "Terres de sources", c'est quoi ?

C'est un label local initié par la **Collectivité Eau du Bassin Rennais**. Il a pour but la **préservation de l'environnement**, l'amélioration de la **qualité de l'eau et de l'air** et il œuvre en faveur de la **transition des modèles agricoles**.

Son logo :



Quels sont les critères pour obtenir le label ?

En ce qui concerne les producteur-ice-s :

Pour intégrer le label, les producteur-ice-s doivent respecter des **exigences d'entrées** et engager leur exploitation agricole dans une **démarche de progrès**. Cette démarche de progrès permettra au producteur de faire progresser son système par cycles de 3 ans jusqu'à avoir un faible impact sur l'eau et l'environnement.

Les produits

LE COMMERCE ÉQUITABLE

Qu'est-ce que le commerce équitable ?

Il n'y a pas un unique label "commerce équitable". Il s'agit de **labels privés**, dont certains sont créés par des marques qui font peu de contrôles.

Quand un produit s'affiche comme «commerce équitable», il peut faire face à des enquêtes et des contrôles, puisqu'en France, la réglementation du commerce équitable est définie par la loi.

Les engagements qui doivent être respectés sont :

- des **prix rémunérateurs pour les producteurs**, basés sur les coûts de production et une négociation équilibrée,
- un partenariat commercial pluriannuel entre les producteurs et les acheteurs, donc **garantir une relation commerciale qui s'inscrit dans la durée**
- le versement d'un montant supplémentaire pour **financer des projets et dynamiques collectives**,
- une autonomie des producteurs grâce au **renforcement des organisations de producteurs** avec une gouvernance démocratique,
- la **transparence** et la **traçabilité** des filières,
- la sensibilisation des consommateurs à des **modes de production socialement et écologiquement durables**,
- la **valorisation des modes de production respectueux de l'environnement et de la biodiversité**, tels que l'agroécologie.

Quelques labels de commerce équitable :



Qu'en est-il chez VRAC Rennes ?

Tous nos produits sont issus de l'agriculture biologique, hormis :

- le miel
- le sel de Noirmoutier;
- la farine T65 et la farine de sarrasin, qui ont le label "Terres de sources".

L'équipe salariée



Anaïs MAINFRAY fondatrice et co-coordinatrice de l'association, elle porte les questions de stratégie, de plaidoyer ainsi que les aspects administratifs, financiers et de ressources humaines. Anaïs est également référente du groupement de Villejean et de Rennes 2.

Ses coordonnées : anaïs.rennes@vrac-asso.org



Nolwen ALZAS, co-coordinatrice de l'association, elle porte les questions de stratégie, de plaidoyer ainsi que les aspects administratifs, financiers et de ressources humaines. Nolwen est également référente du groupement du Blosne.

Ses coordonnées : nolwen.rennes@vrac-asso.org



Claire VIGNAUD est chargée de mission logistique. Son poste porte sur l'approvisionnement, les relations fournisseurs. Claire est également référente du groupement de Bréquigny et de Maurepas.

L'équipe est souvent accompagnée de **2 volontaires en service civique**

Le conseil d'administration

Le conseil d'administration est composé de 20 **membres maximum, répartis en trois collèges** ; « **membres des groupements d'achats et bénévoles ressources** », **d'adhérent(e)s « partenaires » et d'adhérent.es « producteur.trices et fournisseurs »**. Il a pour fonction d'assurer les orientations globales de l'association et la mise en œuvre concrète du projet. Il est **responsable** d'appliquer les statuts, de défendre l'intérêt de l'association et de veiller à son bon fonctionnement. Il **décide** des orientations stratégiques, d'adhérer aux réseaux, asso..., de changer le siège Social et de radier un membres. Enfin ses membres sont des représentants de l'association.

Le bureau

Le bureau, quant à lui, composé de 6 membres maximum dont trois co-président.e.s (Marion Sarrazin et Paul Gourdel) et d'un trésorier (Gérard Bricet), assure les prises de décisions sur les sujets politiques et de ressources humaines.

Un tableau explicatif explique les différents rôles de ces groupes

	L'AG	Le CA	Le bureau	Les salarié.es
COMMUNIQUER REPRÉSENTER	Echanges avec Laurent le maraichers	Carte alimentation durable Ecoute des groupements	Participer à des rdv financeurs	Communiquer au nom de l'association Représenter l'asso devant les partenaires et adhérent.es
DÉCIDER	Valider les rapports et les orientations de l'association Modifier les status Dissoudre l'association Valider un changement de siège social Décider d'une fusion ou d'une affiliation	Décider des orientations stratégiques Adhérer aux réseaux, asso... Changer le siège social Radier un membres	Prendre les décisions collectives urgentes Trancher en cas de désaccord dans le CA	Prises de décisions de terrain définies dans les fiches de postes
ÊTRE RESPONSABLE		Appliquer les statuts Défendre l'intérêt de l'association Veiller à son bon fonctionnement	De la représentation légale de l'association Veillez à l'application des décisions du CA	Assurer le fonctionnement au quotidien de l'association
AGIR METTRE EN ŒUVRE		Participer à des événements / groupes de travail	Etre dans une relation de proximité avec les salariés Participer à la présentation de l'AG ou des réunions a enjeux	Mettre en place les actions définies dans la fiche de poste

Les missions bénévoles

Les missions en tant que bénévole sont variées à VRAC. Elles peuvent être plus ou moins longues, sur différents créneaux horaires, et s'adaptent ainsi à vos contraintes. Il y a 4 types de missions principales:

Les distributions
Les livraisons
Les animations
La vie associative



Les distributions

Les distributions ont lieu 1 fois par mois et par groupement, elles ont lieu les 2 premières semaines du mois. Chaque distribution est organisée en deux créneaux de bénévolat.

Pour le premier créneau de bénévolat, les missions sont :

- installer la salle (placer les tables selon le plan papier)
- Désinfecter les tables
- Aider à **décharger le camion** selon ses capacités
 - pour les cartons/sacs trop lourd, utiliser le chariot
- Participer au **brief bénévole** (répartition des rôles, informations du jour)
- Faire le service (cf page suivante)

Pour le deuxième créneau, à la fin :

- **enlever les pelles des seaux**
 - aider à charger le camion selon ses capacités
- pour les cartons/sacs trop lourd, utiliser le chariot
- nettoyer et remettre la salle en place



Le service des produits

Comment faire :

1. Accueillir l'adhérent.e
2. Lui demander son bon de commande (photo ci-dessous)
3. Regarder les produits que l'adhérent à commandé et qui sont devant vous
4. Demander le contenant adapté au produit et le poser sur la balance
5. Tarer la balance (cf photo)
6. Servir la quantité demandée au plus proche du poids écrit (marge de 5g)
7. Faire une croix sur le bon à côté du produit servi (cf photo)
8. Quand vous n'avez plus de produits à servir, redonnez le bon, vous pouvez ensuite accueillir l'adhérent.e suivant.e



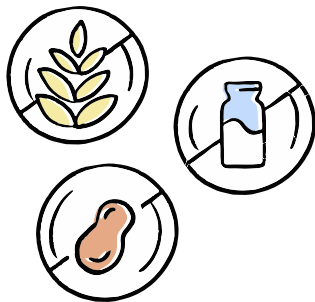
Appuyer ici
pour tarer

3	Café Breakfast Pur Arabica - Sachet 500g	4,81 €	14,43 €
3	Café Selection Pur Arabica - Sachet 500g	5,27 €	15,81 €
2 Kg.	Carottes - VRAC	2,38 €	4,76 €
1 Kg.	Chou Vert lisse	2,16 €	2,16 €
1 Kg.	Courge Bleue de Hongrie tranchée (1Kg)	2,30 €	2,30 €
1 Kg.	Haricots Blancs - VRAC	4,14 €	4,14 €
1	Lessive en capsule - VRAC 10 pièces	2,70 €	2,70 €
10	Oeuf Fermier - VRAC	0,32 €	3,20 €
1 Kg.	Oignon jaune - VRAC	2,66 €	2,66 €
1	Pain Méteil (dit pain de campagne) - 500g	1,89 €	1,89 €
1 Kg.	Poireaux - VRAC (1Kg = 5-6 poireaux)	2,38 €	2,38 €
2 Kg.	Pomme de terre - VRAC	1,80 €	3,60 €
0.5 Kg.	Radis Red Meat - Vrac	2,34 €	1,17 €
1L.	Shampooing - VRAC	4,81 €	4,81 €
0.1 Kg.	Thé Noir à l'Orange - VRAC	23,76 €	2,38 €
		14,40 €	7,20 €

Règles d'hygiène :

Se laver les mains régulièrement

- Au début de chaque distribution
- Si j'ai touché mon téléphone
- Si j'ai touché de la monnaie

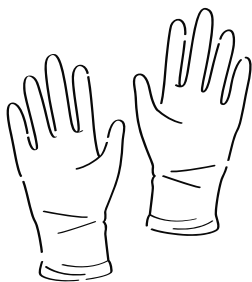
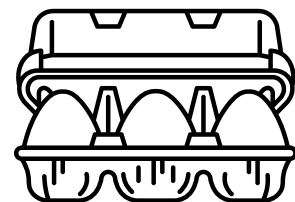


Ne pas mélanger les pelles

- Pour éviter la contamination par allergènes

Limiter le contact avec les oeufs et le pain

- Laisser les adhérent.es se servir car ces produits sont sensibles d'un point de vue hygiène



Changer régulièrement ses gants

- Par mesure d'hygiène
- Pour éviter le mélange des produits

Les livraisons

TOURNEE PAIN et FARINE

Départ

[Itinéraire google maps](#)



9h30



Local association VRAC Rennes
6 Rue de la Perrière,
35700 Rennes

Farine



Bureau



144 Champcors,
35170 Bruz



9h30 - 10h30



Se garer à la place du camion sur la photo.
S'il n'y a personne aller au bureau situé à l'arrière de la maison blanche

Se garer Ici

PAIN



Les Petits Chapelais,
35310 Chavagne



10h - 10h30



La porte se situe juste un peu avant l'entrée du magasin sur la droite

Contact FOURNISSEURS :

Minoterie des moulins de chancors 02 99 31 15 05

Compagnie fermentée : 06 13 76 65 10

VRAC : Nolwen 06 02 49 09 25 / Asso 06 67 66 77 84

Les animations

Être bénévole pour les animations peut prendre plusieurs formes:

- Organiser un atelier (atelier cuisine, visite de ferme...)
- Animer un atelier : venez partager vos connaissances (ex : atelier cuisine, atelier couture)
- Conduire : si vous disposez d'un véhicule vous pouvez nous aider en proposant du covoiturage. Vous serez défrayé.e de vos kilomètres

La vie associative

Être bénévole pour la vie associative peut prendre plusieurs formes :

- Proposer vos compétences
- S'occuper des réseaux sociaux ?
- Tenir des permanences
- Participer aux "groupes produits"
- Tenir des stands de présentation de l'association
- Participer à des réunions de partenaires dans les quartiers
- Faire partie du conseil d'administration ou du bureau





C'est quoi un groupement d'achat ?

Un groupement d'achat est un regroupement d'habitant.e.s permettant d'acheter des produits en commun pour bénéficier de conditions avantageuses (prix notamment) grâce au fait de commander en grande quantité.

Pourquoi les "épiceries" n'ont-elles lieu qu'une fois par mois ?

Déjà car c'est une grande logistique à gérer pour mettre en place chaque mois une « distribution » dans chaque quartier : réception des commandes des habitant.es, lien aux producteurs, stockage, manutention, préparation de la livraison, transports des marchandises...

mais aussi car le projet de Vrac est avant tout de permettre aux habitant.es des quartiers d'avoir le choix et de lever les freins à l'accès à des produits de qualité : économiques bien sûr, dans l'offre territoriale également. Le but de Vrac n'est donc pas de vendre toujours plus de quantité de produits ou de supplanter les acteurs économiques (commerçants, marchés, épiceries...), acteurs essentiels pour le dynamisme des quartiers.

C'est quoi un quartier prioritaire ?

Vous entendrez souvent parler de quartier prioritaire, ou de QPV (quartier politique de la ville). Ce sont des quartiers avec de fort taux de pauvreté, territoires d'intervention du ministère de la Ville, définis par la loi de programmation pour la ville et la cohésion urbaine du 21 février 2014.

Nous sommes donc présent.es sur 4 des 5 QPV de la ville de Rennes.

Comment payer ses commandes à Vrac ?

C'est en monnaie ou par chèque que l'on peut payer au moment où on récupère sa commande.

Quel est le prix de l'adhésion à Vrac ?

Le prix de l'adhésion à l'année est de 1€ pour les habitant.es du quartier, les locataires HLM et les "petits revenus".

Pour les habitant.es hors du quartier et assujetti-es à l'impôt sur le revenu, l'adhésion est à partir de 20€.

Comment passer commande via internet ?

Via <https://epicerie.vrac-asso.org>, la prise de commande est simplifiée ! c'est une plateforme pour faciliter la vente directe des produits: les habitant.es peuvent passer commande via internet.

LES QUARTIERS ET CARNET D'ADRESSE



VRAC RENNES



Le local : 6 rue de la Perrière 35000 Rennes

Arrêt de métro (le + proche) : Les Gayeulles

Contact : 06 67 66 77 84 - contact.rennes@vrac-asso.org

BREQUIGNY



132 adhérents actifs en 2024

Lieu d'épicerie et de permanence : La MJC Bréquigny,
15 Avenue Georges Graff, 35200 Rennes

Contact : Claire 06 67 66 77 84

LES QUARTIERS ET CARNET D'ADRESSE

LE BLOSNE



125 adhérent.es actifs en 2024

Lieu d'épicerie et de permanence : Le Polyblosne,
1 Boulevard de Yougoslavie, 35200 Rennes.

Contact : Nolwen 06 67 66 77 84

MAUREPAS



176 adhérent.es actifs en 2024

Lieu d'épicerie : Le Pôle Associatif de la Marbaudais (PAM),
32 rue de la Marbaudais 35700 Rennes.

Lieu de permanence :

- La Cohue, 1 Pl. du Gros Chêne, 35700 Rennes
- Centre Social Maurepas, 12, bis, Rue Guy Ropartz 35000 Rennes

Contact : Claire 06 67 66 77 84

VILLEJEAN



143 adhérent.es actifs en 2023

Lieu d'épicerie et de permanence : Le Centre Social Ker Yann,
42 Boulevard John Fitzgerald Kennedy, 35000 Rennes.

Contact : Anaïs 06 67 66 77 84

UNIV RENNES 2



68 adhérent.es actifs en 2023

Lieu d'épicerie : Le hall du bâtiment EREVE, Avenue du professeur Léon Bernard 35000 Rennes.

Contact : Anaïs 06 67 66 77 84



06 67 66 77 84

contact.rennes@vrac-asso.org

stagiaire.rennes@vrac-asso.org

servicecivique.rennes@vrac-asso.org

<https://rennes.vrac-asso.org>

[Facebook et Instagram : @vracassorennes](#)