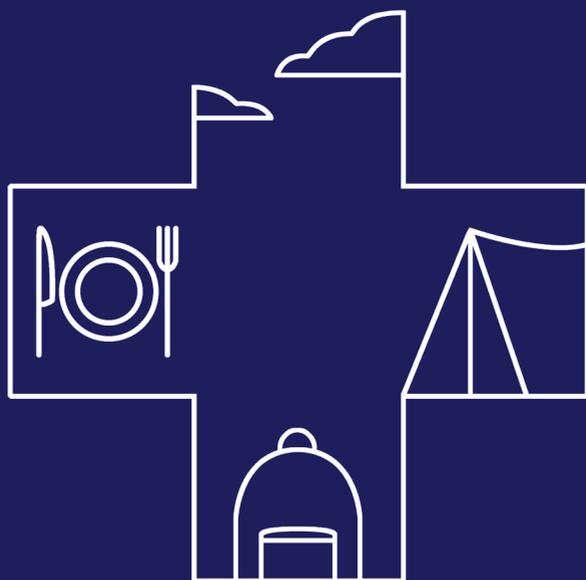


CAEN

CARTOGRAPHIE DE SURVIE PRÉCAIRE



édition 2020

RÉCUPÉRATION ALIMENTAIRE

Il existe quatre principales méthodes de récupération alimentaire gratuite ou quasi gratuite :

- Les fins de marchés (produit frais)

C'est l'alternative la moins contraignante. Rends-toi sur le marché aux horaires de fin et demandes aux commerçants qui remballent leur stand s'ils sont d'accord de te donner les denrées qu'ils pensaient jeter. Tu peux aussi faire le tour du marché au moment du remballage et ramasser les denrées laissées.

Attention, lors du marché du dimanche sur le port, les restes sont donnés à la tente des glaneurs qui les distribuent gratuitement à partir de 14h rue de Bernières.

Liste des marchés Caennais

Mardi	Rue de Bayeux ①	Grâce de Dieu ②
Mercredi	Calvaire St Pierre ③	Venoix ④
Jeudi	Guérinière ⑤	Chemin Vert ⑥
Vendredi	Place Saint Sauveur ⑦	
Samedi	Boulevard Leroy ⑧	Pierre Heuzé ⑨
Dimanche	Saint Pierre (port) ⑩	

Ce livret a pour objectif de te transmettre les outils nécessaires à la récupération de ressources, matériaux, meubles, livres, alimentation...

Les informations qui suivent ont pour objectif de te rendre autonome. Il s'agit d'un guide de lieux, de sites Internet ainsi que de contacts avec des collectifs et associations.

- Les épiceries solidaires

Les épiceries solidaires te permettent d'avoir accès à des produits plus variés (boîtes de conserve, féculents, produits frais, laitiers...). Leur accès est généralement sous conditions de ressources. L'épicerie de référence pour les étudiant-e-s est l'Agoraé située sur le campus I, mais il est possible de contacter d'autres épiceries, ainsi que des organismes tels que la croix rouge ou les restos du cœur qui délivrent des colis alimentaires.

- Les applications de récupération

Une autre solution peut être les applications anti gaspillage sur lesquelles les commerces vendent leur invendus en lot à prix réduit, type TooGoodToGo, ou Phenix. Il y aussi l'application Geev pour les meubles.

Attention cependant aux commerces qui veulent simplement redorer leur image en proposant de maigres paniers quand leurs poubelles sont pleines.

- La récupération des denrées jetées par les supermarchés et boulangeries

Cette dernière solution est d'apparence la moins ragoûtante car il s'agit de faire les poubelles de grands magasins. Pourtant, la quantité de produits jetés encore consommables est énorme.

La plupart des supermarchés jettent quotidiennement des fruits et légumes abîmés ainsi que des denrées alimentaires dont la DLUD (date limite d'utilisation optimale) est passée, ou dont les emballages sont abîmés. Pourtant, ces produits sont souvent encore consommables. Généralement si ton yaourt oublié au frigo est périmé depuis quelques jours, tu peux le manger. C'est la même chose avec ce qui se trouve dans les poubelles des supermarchés. Les magasins font régulièrement de la place dans les rayons pour de nouveaux produits, parfois des denrées non périssables sont alors jetées (vêtements, shampoing, accessoires, etc). Les boulangeries jettent aussi beaucoup de viennoiseries, pains, salades, sandwichs du jour.

Légalement, il est autorisé de récupérer les denrées alimentaires dans les poubelles des supermarchés si celles-ci se situent dans l'espace public. Depuis 2015, les supermarchés ont l'interdiction de détruire volontairement les denrées sorties des rayons.

Pour ne pas patienter trop longtemps, on te conseille de relever les horaires de passage des camions poubelles et d'y aller 15 à 30 minutes avant. Les commerces sortent souvent leur poubelles peu de temps avant les tournées de ramassage, et le plus souvent dans les rues à l'arrière du magasins ou adjacentes.

MISE EN GARDE : Sois très vigilant lors des récupérations, en particulier avec les produits frais type laitier, viande, sandwich, poissons etc. Ces produits ont parfois subi une rupture de la chaîne du froid. Veilles à ce que ces produits soient encore frais et fais attention à leur état (emballages détériorés, percés...).

RÉCUPÉRATION MATÉRIAUX / MEUBLES...

- **Encombrants**, les encombrants désigne la journée allouée à chaque quartier permettant aux habitant-e-s de ce dernier de déposer dans la rue tous les objets et meubles dont elles et ils souhaitent se séparer. C'est l'occasion de récupérer de quoi meubler son logement ou alors des matériaux divers.

Les encombrants se déroulent généralement à l'automne et au printemps.
Planning par quartier : caenlamer.fr/documents-telecharger

- **Emmaüs**, association de solidarité, réception de dons et mise en vente de vêtements, meubles, matériels de cuisine, bibelots, livres... 102 Avenue de Rouen. ⑪

- **La Chiffo**, association de récupération de dons textiles, vend d'occasion vêtements et meubles. 7 route de Trouville. ⑫

- **Coop 5 pour 100**, ressourcerie, café/cantine et épicerie bio et locale. 33 route de Trouville. ⑬

- **Secours populaire français**, 6bis Impasse B du Mont Coco, à Caen ⑭ / 9 Place des Drakkars à Cormelles-le-Royal. ⑮

- **Librairie à prix libre**, (roman / polars / politique / classique / bd), maison des communistes, 1 bis rue Montaigu, permanence les mardis de 17 à 19h, contact mail jeunescommunistescalvados@gmail.com. Accepte les dons de livres en tous genres. 16

- **La maison du Vélo**, association de promotion de la pratique du vélo, achat de pièces et de vélos, réparation de vélos, 54 Quai Amiral Hamelin. 17

- **Freeshop à LABA**, prenez / donnez ce que vous souhaitez, 83 rue de Geôle. 18

CONTACTS UTILES

- **SL Caen - solidaire étudiant-e-s** : Syndicat étudiant, peut être contacté, pour diverses informations et en cas de problème de logement, d'inscription, validation d'ECTS, question de réorientation... slcaensolidaires@gmail.com. 19

- **Centre LGBTI** : Point d'accueil et d'écoute lors des diverses permanences, dépistage flash test VIH tous les mardis de 17h à 19h et samedi de 14h30 à 16h30. L'antenne de Caen est située au 41 rue du 11 Novembre, centrelgbt-normandie.fr. 20

- **SUMPPS** : Service universitaire de la médecine préventive et de promotion de la santé, possibilité d'être en contact avec une assistante sociale, 23 avenue de bruxelles, sumpps@unicaen.fr. 21

- **BAPU** : Bureau d'aide universitaire psychologique, service gratuit pour les étudiant-e-s, 4 Rue Jean de la Varenne, 02 31 26 49 00. 22

- **AG de luttes contre toute les expulsions** : collectif de défense du droit au logement, 07 83 86 17 66, accepte les dons en vêtements, ustensiles de cuisine, produits ménagers, petits mobiliers, fournitures scolaires...

- **L'agoraé** : Épicerie sociale étudiante présente sur le campus | située à proximité du SUMPPS. 21

- **Soeurcière** : Collectif féministe Caennais soeurcierescaen@gmail.com.

- **CROC** : collectif de soutien matériel, juridique et financier, face à la répression policière, caenantirep@riseup.net, 06.17.09.49.35.

- **Aqueerium** : bar queer et féministe, situé au 41 rue du 11 Novembre. 20

- **LABA** : Maison collaborative, accueillant différentes associations et organisations (dont les éditions grévis, la Deumeurée, le Café sauvage...). 83 rue de Geole, Caen. contact@assolaba.fr. 18

- **La pétroleuse** : Espace de lutte pour l'autonomie, programmation mensuelle, causerie, cantine, concert, 163 cours caffarelli. 23

- **Maison des solidarités** : espace de parole, d'échange autour de la citoyenneté, salon de thé, centre de ressource. Une salle de projection est mise à disposition des groupes... 51 Quai de Juillet. 24

- **Le 1901** : Maison des associations, 8 rue Germaine Tillion. 25

- **Le Planning Familial** : Féministe et d'éducation populaire, l'association prend en compte toutes les sexualités, défend le droit à la contraception, à l'avortement et à une éducation à la sexualité dès le plus jeune âge. Il lutte contre le Sida et les IST, et dénonce et combat toutes formes de violences, de discriminations et d'inégalités sociales. 26

Si tu rencontres des problèmes liés à la pédagogie, tu peux en parler aux différent-e-s représentant-e-s étudiant-e-s. Elles et ils pourront remonter ces situations lors du conseil des études et la vie étudiante : cet espace permet aux corps enseignant, étudiant et administratif d'échanger sur le fonctionnement pédagogique de l'école, le bien être au sein de l'établissement; on y aborde également les dispositifs auxquels les étudiant-e-s ont accès. Il est important pour le travail des étudiant-e-s y siégeant d'avoir des retours réguliers de l'ensemble des étudiant-e-s sur les difficultés que nous pouvons rencontrer, mais également sur les choses mises en place qui satisfont les étudiant-e-s. Cela contribue à défendre les intérêts de l'ensemble des étudiant-e-s lors des conseils et pour les points abordant un changement pédagogique impactant le déroulé de notre formation.

Si tu rencontres des difficultés au sein de l'école, n'hésites pas à rentrer régulièrement en contact avec la scolarité, tu peux également passer voir la personne en service civique à l'école. Elle est là pour nous accueillir et échanger avec nous. Sa mission est également de nous informer sur nos droits et elle peut nous accompagner dans de potentielles démarches administratives : demandes de bourses, d'apl... Elle fait le lien avec les structures du CROUS ou de la fac. Elle peut également nous accompagner pour les demandes d'aide financière ponctuelle attribuée par le CROUS ainsi que l'aide exceptionnelle du ministère de la culture à destination des étudiant-e-s.

Cette année les étudiant-e-s boursier-e-s ont accès à la restauration universitaire pour une facturation du repas à 1€, au lieu de 3€30 pour le reste de la communauté étudiante. Si tu souhaites profiter de cette tarification tu dois activer le compte izly associé à ta carte étudiante en y renseignant ton statut de boursier-e.

Pour suivre l'actualité locale on t'invite à consulter les médias Caennais sur :

rugir.fr

racailles.info

[Radio Bazarnaom](http://RadioBazarnaom)

sur le canal FM 92.3 ou encore sur radiobazarnaom.com

Imprimé à l'ésam Caen/Cherbourg
septembre 2020

