

# L'ASSOCIATION TOTEM EN QUELQUES MOTS...

## UNE ÉPICERIE LOCALE ET SOLIDAIRE ENGAGÉE DANS LA LUTTE CONTRE LES INÉGALITÉS ALIMENTAIRES.

*L'épicerie Totem permet de favoriser l'accès à une alimentation de qualité, au juste prix, tout en créant un lien de proximité.*



### L'ÉPICERIE SOLIDAIRE

- Ouverte à tous, l'épicerie propose des produits éthiques, majoritairement locaux, biologiques ou issus d'une agriculture raisonnée.
- L'épicerie propose la carte TOTEM qui offre une réduction de -10% à chaque passage en caisse, à partir de 20€ d'achat.

### UN FRIGO ZÉRO-GÂCHIS

- L'épicerie Totem propose un frigo zéro-gâchis avec des denrées alimentaires gratuites mises à disposition tous les jours.
- Ce frigo est accessible à tous les clients souhaitant lutter contre le zéro-gâchis.



L'épicerie Totem assure des livraisons gratuites à domicile (à partir de 20€) sur les communes de Saint-Nazaire, Trignac, Montoir et Saint-André-des-Eaux.

# SOLIDARITÉ - ÉQUITÉ - ENGAGEMENT - MIXITÉ

## UN LIEU D'ÉCHANGE QUI FAVORISE L'INTÉGRATION, L'INTERACTION SOCIALE ET LA LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT



### DES ANIMATIONS RÉGULIÈRES

- Ateliers thématiques portés par les participants (ex : ateliers cuisine, zéro déchet, etc.)
- Mutualisation de compétences : mise à disposition du lieu aux associations partenaires pour des permanences favorisant la mixité de publics.
- Point d'Information, de Conseil et d'Orientation (portée par deux bénévoles diplômées CESF).

### DES VISITES DE CONVIVIALITÉ

- Chaque semaine, des bénévoles de l'association TOTEM effectuent des visites de convivialité à domicile auprès des personnes isolées.
- Cette action est en partenariat avec le bailleur social SILENE, le CCAS et le service CLIC PILOT'AGE, de la ville de Saint-Nazaire.



Association Totem  
110-112 Avenue de la République 44600 Saint-Nazaire  
02 40 24 37 33 | [totem.lieudechange@gmail.com](mailto:totem.lieudechange@gmail.com)