

Alimentation

Tous les êtres humains ont besoin de nourriture – et ce, tous les jours. Sans une bonne alimentation, l'esprit n'est pas libre pour d'autres tâches. À Bienne aussi, il existe des possibilités d'acheter de la bonne nourriture pour peu d'argent.

Nom	Brève description	Contact
Cuisine populaire	Repas complet avec salade et boisson pour 5.-. Midi: du lundi au vendredi et le dimanche de 12h00 à 13h00 Soir: Tous les jours de 19h00 à 21h00	Cuisine populaire Quai du haut 52 2503 Bienne 032 322 84 85 gassenkueche@gmx.ch www.gassenkueche-biel.ch
Épicerie Caritas	Supermarché proposant des denrées alimentaires et des articles d'hygiène à bas prix. Les personnes qui possèdent une CarteCulture peuvent y faire leurs achats. Cette carte s'adresse à toutes les personnes disposant d'un petit budget. Lundi de 14h00 à 18h30 Mardi à vendredi de 10h00 à 12h00, et de 14h00 à 18h30 Samedi de 10h00 à 14h00	Épicerie Caritas Bienne Rue Général-Dufour 28 2502 Bienne
Cartons du cœur	Cartons contenant des denrées alimentaires, des articles ménagers ou d'hygiène pour les personnes dans le besoin. Les boîtes remplies sont livrées gratuitement et anonymement directement aux personnes. Elles sont destinées à pallier les situations d'urgence à court terme.	Les Cartons du Cœur de Bienne et des environs c/o Chantal Dutoit Chemin des Alouettes 11 2502 Bienne 032 342 21 11 www.cartonsducœur-bielbienne.ch
Äss-Bar Biel	Vente de pain, sandwiches et pâtisseries frais de la veille. Une seconde chance pour le pain et les pâtisseries. Unis contre le gaspillage alimentaire. Lundi de 9h00 à 14h00 Mardi à vendredi 9h00 à 18h00 Samedi de 9h00 à 16h00	ÄSS-BAR BIENNE Jean-Philippe Hayoz Rue du Marché 27 2502 Bienne 032 558 44 07 biel@aess-bar.ch www.aess-bar.ch/index.php?lang=fr
Too good to go	App contre le gaspillage de nourriture. Grâce au téléphone portable, les aliments invendus des boulangeries, hôtels, restaurants ou supermarchés peuvent être réservés à des prix bas. Les personnes intéressées doivent les récupérer elles-mêmes à une heure précise.	Application smartphone www.toogoodtogo.ch/fr-ch
Table couvre-toi	Une aide alimentaire est proposée. Une fois par semaine, il est possible de retirer un colis alimentaire auprès d'un point de distribution. Pour cela, il faut une carte clientèle « Table couvre-toi ». Celle-ci est disponible auprès des services sociaux. Mardi, de manière échelonnée à partir de 15h30 (centre de distribution 1) Vendredi, de manière échelonnée à partir de 16h00 (centre de distribution 2)	Point de distribution 1: Bureau social de l'Armée du Salut Rue Dufour 65 2502 Bienne Point de distribution 2: Salle de jeunesse de l'Église évangélique méthodiste Rue Karl Neuhaus 28 2501 Bienne 032 322 53 66 info@tischlein.ch
Perron bleu	Lieu de rencontre avec des repas bon marché, pour jouer, discuter, lire le journal. Particulièrement pour les personnes qui souhaitent rencontrer de nouvelles personnes ou qui ont des problèmes avec l'alcool. Lundi et jeudi de 12h00 à 13h00 (repas de midi pour 7 francs / 6 francs avec la CarteCulture) Lundi, mardi et jeudi de 14h00 à 17h30 (café & gâteaux)	Perron bleu Place de la Gare 2 2502 Bienne 032 322 61 60 perronbleu@blaueskreuzbern.ch www.besofr.blaueskreuz.ch/perron-bleu-biel
rueAcoeur	Distribution gratuite de repas chauds et équilibrés. Lundi à 19h00 Distribution gratuite de pain, croissants, sandwiches, etc. de Manor. Lundi à 20h00	rueAcoeur Salle Wesley de l'Église évangélique méthodiste Rue Karl-Neuhaus 28 2502 Bienne. president@rueacoeur.ch

Travail

Le travail est important et fait du bien. Peut-être que le chemin vers un emploi fixe passe d'abord par le bénévolat ou un emploi intermédiaire. Ces adresses et sites Internet vous aideront à trouver un emploi à Bienne et dans les environs.

Nom	Brève description	Contact
www.job-room.ch	Plate-forme en ligne avec des offres d'emploi dans toute la Suisse de travail.swiss (portail de l'assurance-chômage et du service public de l'emploi).	www.job-room.ch
Centre d'orientation professionnelle	Conseil et accompagnement sur place autour de la formation, du travail et de la carrière.	BIZ Rue Centrale 64 2503 Bienne biz-biel@be.ch 031 635 38 38 www.biz.bkd.be.ch
Benevol	Aide par exemple à la rédaction de dossiers de candidature et de correspondance générale (pour 5 à 10 francs).	benevol Bienne et environs Rue de la Gare 30 2502 Bienne 032 322 36 16 info@benevol-bielbienne.ch www.benevol.ch
ORP	Service régional de l'emploi. Conseil et accès aux emplois non encore publiés.	ORP région Seeland et Jura Rue Centrale 63 · 2502 Bienne · 031 635 35 60
Bourses aux emplois Ville de Bienne	Site Internet avec des emplois de la Ville de Bienne et de nombreux liens vers des portails Internet dans le domaine du travail.	www.biel-bienne.ch/fr/bourses-aux-emplois.html/98

Aides et conseils juridiques

Déclaration d'impôts, contrats, factures: il peut être compliqué de comprendre et de remplir tous les documents. C'est pourquoi il existe différentes offres de soutien pour les questions juridiques et administratives.

Nom	Brève description	Contact
Centre social protestant Berne-Jura	Consultations dans le domaine social, juridique et familial. Lundi à vendredi de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00 (le vendredi jusqu'à 16h30).	CSP Berne-Jura Quai du Haut 12 2503 Bienne 032 493 32 21 info@csp-beju.ch www.csp.ch/berne-jura
Benevol	Offre de nombreux services différents: par exemple un service d'écriture qui aide à surmonter les obstacles quotidiens à la lecture ou à l'écriture.	benevol Bienne et environs Rue de la Gare 30 2502 Bienne 032 322 36 16 info@benevol-bielbienne.ch www.benevol.ch/fr/bienne-et-environs/benevol-bienne.html
Berner Rechtsberatungsstelle für Menschen in Not	Service de consultation qui conseille ou représente juridiquement de manière indépendante, gratuite et compétente les personnes touchées par la pauvreté ainsi que les demandeurs d'asile. Ceci surtout dans les domaines du droit d'asile, du droit de l'aide sociale et de la protection contre la discrimination ethnoculturelle.	Berner Rechtsberatungsstelle für Menschen in Not Eigerplatz 5 3007 Berne 031 385 18 20 info@rechtsberatungsstelle.ch www.rechtsberatungsstelle.ch/fr/
Centre social catholique Bienne	Service social et de consultation de la paroisse catholique romaine de Bienne et environs en quatre langues.	Centre social catholique Service social Rue Alfred-Aebi 86 2503 Bienne 032 329 50 85 www.cathberne.ch
Centre social protestant Berne-Jura à Bienne	Conseil et aumônerie de la paroisse réformée de Bienne. Pour des questions concernant le quotidien personnel, le couple et les enfants, le travail et l'argent ou les relations avec les autorités, les institutions et les assurances sociales.	Centre social protestant Conseil, soutien et mise en réseau Chemin du Long-Champ 135 2504 Bienne 032 493 32 21 consultation@csp-beju.ch www.csp.ch/berne-jura www.ref-bienne.ch

Langue et formation

Apprendre une nouvelle langue ou transmettre sa langue maternelle est un plaisir. Surtout si l'on est bien soutenu et que l'on rencontre en même temps de nouvelles personnes. À Bienne, il y a de nombreuses possibilités de cours de langues et d'autres formations.

Nom	Brève description	Contact
Tandem	Plate-forme en ligne permettant de trouver des personnes pour un « tandem ». Deux personnes de langues différentes forment un « tandem » et s'apprennent mutuellement leur langue.	Forum du bilinguisme Place Robert-Walser 7, CP 439 2501 Biel/Bienne support@e-tandem.ch 032 323 22 80 www.e-tandem.ch www.bilinguisme.ch
Duolingo	Application gratuite pour (mieux) apprendre une langue. L'application est conçue comme un jeu et est très amusante.	Application smartphone www.fr.duolingo.com
Haus pour Bienne	Lieu de rencontre pour toutes et tous. Des cours, des formations et des événements culturels y sont organisés.	Haus pour Bienne Rue du Contrôle 22 2503 Bienne www.hauspourbienne.ch/fr
Multimondo	Des cours de langue allemande, française, des cours sur le nettoyage, la naturalisation, les médias numériques (avec garde d'enfants). Une bibliothèque avec des livres en 35 langues et de nombreuses informations pour les personnes migrantes.	Multimondo Rue du Marché-Neuf 64 2503 Bienne info@multimondo.ch 032 322 50 20 www.multimondo.ch/?lang=fr
École autonome Bienne	Cours de langue gratuits en allemand et français. Également des cours sur d'autres thèmes comme le projet de jardinage.	École autonome Bienne Villa Fantasie Rue Alexander-Schöni 26 2503 Bienne contact@autonome-schule-biel.ch

Français parents-enfants (Elki-Sprachtreff)	Des cours de langues. Parents et enfants peuvent apprendre ensemble gratuitement l'allemand ou le français.	Encouragement précoce Rue Centrale 60 2501 Bienne 032 326 14 37 encouragement.precoce@biel-bienne.ch www.biel-bienne.ch/fr/francais-parents-enfants.html/1140
Formation des parents	Plate-forme en ligne avec de nombreux liens vers des possibilités de formation continue gratuites ou avantageuses dans la région de Bienne. Pages web spéciales pour les parents.	Rue Centrale 60 2501 Bienne 032 326 14 37 encouragement.precoce@biel-bienne.ch www.biel-bienne.ch/fr/formation-parents.html/414
CarteCulture Caritas	La CarteCulture est destinée aux personnes ayant un budget modeste. Elle donne droit à des réductions pour assister à des événements culturels ou profiter d'offres dans les domaines du sport, de la formation et de la santé.	CarteCulture du canton de Berne 031 378 60 36 berne@carteculture.ch www.carteculture.ch/canton-de-berne/offres/trouver-une-offre
biceps.ch	Cours de soutien en ligne pour les enfants à l'école obligatoire (uniquement en français).	www.biceps.ch

i Ces conseils ont été élaborés dans le cadre de l'atelier « Ensemble – Gemeinsam ». Des bénéficiaires de l'aide sociale ainsi que des collaboratrices et collaborateurs du Département des affaires sociales de la Ville de Bienne y ont participé.

Logement

Toutes les personnes n'ont pas de logement. À Bienne, il existe des offres à bas seuil pour éviter de passer la nuit dans la rue. Il y a aussi des personnes qui peuvent vous aider à trouver un nouveau logement.

Nom	Brève description	Contact
Cuisine populaire VAGOS Bienne	Offre pour les personnes sans abri ou qui ont besoin d'une place au chaud. Il y a une douche chaude, des vêtements propres, de la soupe et du pain gratuits, du WIFI gratuit et un salon chaud pour se réchauffer. Midi: du lundi au vendredi et le dimanche de 12h00 à 13h00 Soir: Tous les jours de 19h00 à 21h00	Cuisine populaire Quai du haut 52 2503 Bienne 032 322 84 85 gassenkueche@gmx.ch www.gassenkueche-biel.ch
Sleep-In Bienne	Centre d'hébergement d'urgence. Le Sleep-In Bienne met à disposition des personnes en détresse une possibilité d'hébergement pour une durée limitée. Ouvert de 20h00 à 00h30 et de 9h00 à 10h30.	Sleep-In Rue des Prés 13 2503 Bienne 032 322 02 03 sleep-in@bluewin.ch www.sleep-in-biel.ch
Foyer de passage Bienne (Armée du Salut)	Foyer de l'Armée du Salut. Offre aux personnes à la recherche d'un toit et n'ayant pas besoin de soins le soutien de professionnels pour réorganiser rapidement et durablement leurs conditions de vie et de logement.	Passantenheim Biel Rue Jakob 58 2504 Bienne 032 322 68 38 www.foyerdepassage-bienne.armeedusalut.ch
Casanostra	Association d'aide au logement. Aide les personnes qui n'ont aucune chance de trouver un logement sur le marché régulier du logement. Pour une courte période, Casanostra met également elle-même des appartements à disposition.	Casanostra, Association pour l'habitation assistée Rue Haller 11, Case postale 383 2501 Bienne 032 323 13 13 www.biel-bienne.ch/fr/aides-logement.html/727



Famille et enfants

Avoir des enfants et les élever, c'est magnifique mais cela peut aussi être très difficile. C'est pourquoi il existe de nombreuses offres d'aide pour les mères et pères et des occasions de rencontrer d'autres parents et enfants.

Nom	Brève description	Contact
Ludo Biel/ Bienne	Magasin où l'on peut emprunter des jouets pour les enfants. Ainsi, il n'est pas nécessaire de les acheter.	Ludothèque Bienne Rue Dufour 26 2502 Bienne www.ludo-bielbienne.ch/fr
Solidarité femmes	Aide aux femmes qui subissent des violences à la maison. Propose des consultations et la possibilité d'habiter un certain temps dans la maison d'accueil pour femmes.	Solidarité femmes Rue du Contrôle 12 2503 Bienne 032 322 03 44 www.solfemmes.ch
Centre de puériculture	Consultations et cours gratuits pour les parents et les personnes de référence des enfants de 0 à 5 ans. Possibilité de rencontrer d'autres familles.	Centre de puériculture Pont-du-Moulin 2 2502 Bienne www.mvb-be.ch/fr/consultation/lieu-de-rencontre/bienne
Femmes-Tische et Hommes-Tische	Lieu de rencontre pour des entretiens gratuits sur place ou en ligne dans des groupes d'hommes ou de femmes. Thèmes abordés: vie quotidienne, santé et éducation, etc. Pour les personnes avec une expérience de migration, à Bienne et Nidau.	Manuela Hee Rue Jean-Sessler 7 2502 Bienne 032 322 66 02 Manuela.Hee@effe.ch www.effe.ch
PerspectivPLUS Family CARE	Conseil familial, conseil parental, intervention de crise et coaching en cas de difficultés au sein de la famille.	PerspectivPLUS Family CARE Rue de l'Argent 6 2502 Bienne 032 325 22 11 www.perspectivplus.ch
Petits-pas	Offre de conseil. Des spécialistes rendent visite aux enfants de 1 à 5 ans et à leurs parents à la maison. Ils donnent de nombreux conseils précieux sur la manière de préparer l'enfant à l'école par le jeu et de faire connaissance avec d'autres personnes.	Petits-pas Bienne sabine.schnell@effe.ch www.a-primo.ch/fr/offres/petits-pas/general

Réparations et emprunts

Livres, outils, robots de cuisine, appareils de sport ou instruments – il n'est souvent pas nécessaire d'acheter des choses neuves. On peut aussi les emprunter. Et s'elles sont cassées, il est possible de les faire réparer.

Nom	Brève description	Contact
Repair Café – Haus pour Bienne	Occasions où l'on peut faire réparer toutes sortes d'appareils cassés. Ainsi, on doit moins jeter ou acheter de nouveaux appareils. Le Repair Café de Bienne a lieu trois fois par an à la Maison pour Bienne.	Repair Café Haus pour Bienne Rue du Contrôle 22 2503 Bienne www.repair-cafe.ch/fr
Sharely	Plate-forme en ligne où l'on peut louer beaucoup de choses pour peu d'argent. Catégories: Sport, Électronique, Ménage et appareils, Habitat, Bébés et enfant, Loisirs, Mobilité, Musique, Mode et vêtements	www.sharely.ch
Bibliothèques ouvertes « Schronk »	Armoires publiques avec des livres à Bienne. On peut les emprunter gratuitement et les garder si on les remplace par un autre livre.	Schronk Bienne, dans le parc municipal (rue Bubenbergr), Quartier de Beaumont (place Tschäris), www.schronk.ch
Leihbar	Local où l'on peut emprunter toutes sortes d'objets. Attention: n'existe pour l'instant qu'à Berne et Wabern.	LeihBar Berne Anciens pompiers Viktoria Gothelfstrasse 29a 3013 Berne bern@leihbar.ch www.leihbar.ch
Bibliothèque de la Ville de Bienne	Bibliothèque où l'on peut emprunter des livres. Tout est gratuit pour les enfants jusqu'à 11 ans, une partie de l'assortiment est gratuite jusqu'à 17 ans. Un abonnement pour adultes coûte 70 francs par an.	Bibliothèque de la Ville de Bienne Rue Dufour 26 2501 Bienne 032 329 11 00 www.bibliobiel.ch/fr

Loisirs

Pour mener une vie heureuse, il est important de pouvoir entreprendre des choses qui nous plaisent pendant notre temps libre. Bienne a aussi beaucoup à offrir aux personnes qui ont peu de moyens.

Nom	Brève description	Contact
CarteCulture Caritas	La CarteCulture est destinée aux personnes ayant un budget modeste. Elle donne droit à des réductions pour assister à des événements culturels ou profiter d'offres dans les domaines du sport, de la formation et de la santé.	CarteCulture Canton de Berne 031 378 60 36 berne@carteculture.ch www.carteculture.ch/canton-de-berne/offres/trouver-une-offre
Haus pour Bienne	Lieu de rencontre pour toutes et tous. Des cours, des formations et des événements culturels y sont organisés.	Haus pour Bienne Rue du Contrôle 22 2503 Bienne www.hauspourbienne.ch/fr
Passeport vacances Bienne	Offre de vacances de la Ville pour les enfants et les jeunes. Ils peuvent ainsi entreprendre des choses passionnantes pendant leurs vacances avec d'autres enfants.	Passeport vacances Bienne 032 326 14 21 ferienpass@biel-bienne.ch www.ferienpass.biel-bienne.ch/fr-ch
Fondation Reka pour l'aide aux vacances	Soutien aux familles et aux familles monoparentales en situation difficile: vous pouvez passer une semaine de vacances avec toute votre famille dans un village Reka en Suisse pour 200 francs. La fondation soutient également les enfants et les jeunes handicapés afin qu'ils puissent participer à des camps de vacances.	www.reka-aide-vacances.ch
Le chantier des enfants	Espace de liberté pour les enfants et les jeunes. Sur ce chantier, ils peuvent jouer librement et construire eux-mêmes. Mercredi, vendredi et samedi de 14h00 à 18h00, entre les vacances de printemps et d'automne de Bienne (fermé pendant les vacances d'été).	Terrain Gurzelen Biel/Bienne Allée de la Champagne 2 2502 Bienne www.kinderbaustelle.ch/fr
InfoQuartier – Centre – Boujean – Madetsch – Mâche	Lieu d'accueil proposant des offres pour les jeunes, les habitants du quartier, les familles et les enfants, ainsi que pour les groupes et les associations. Les gens y trouvent des informations sur les activités dans le quartier.	InfoQuartier Centre Rue du Fer 6 2502 Bienne 032 326 14 53 infoquartier.centre@biel-bienne.ch www.biel-bienne.ch/fr/infoquartier-centre.html/341
Espace filles Artemiss	Lieu de rencontre pour les filles à partir de 10 ans: parler, écouter de la musique, surfer sur Internet, participer à des ateliers, cuisiner et manger ensemble, regarder des films, faire des excursions, découvrir ensemble et participer à la création. Mercredi de 15h00 à 18h00 Vendredi de 15h00 à 20h00	Espace filles Artemiss Rue du Fer 6 2502 Bienne 032 326 14 53 infoquartier.centre@biel-bienne.ch www.biel-bienne.ch/fr/espace-filles-artemiss.html/366
FamiPlus Espace famille	Lieu de rencontre multilingue et ouvert aux mères, pères ou autres personnes s'occupant d'enfants âgés de 0 à 5 ans. Avec salle de jeux surveillée, grand jardin et café-rencontre. Sans inscription. Lundi de 9h00 à 11h00 et de 15h00 à 17h00 Mardi à vendredi de 9h00 à 11h00	FamiPlus Quai du Bas 1B 2502 Bienne 032 322 23 21 info@famiplus.ch www.biel-bienne.ch/fr/famiplus.html/337
Villa Ritter	Centre pour les jeunes de 13 à 18 ans. Mardi et mercredi de 14h00 à 18h00 et de 19h30 à 23h00 Jeudi de 19h30 à 23h00 Vendredi de 14h00 à 18h00 et de 19h30 à 00h00 heures.	Villa Ritter Faubourg du Jura 36 2502 Bienne 032 323 89 55 villaritter@bluwin.ch www.villa-ritter.ch/?page_id=2
Passepartout	Lieu de rencontre pour les enfants, les jeunes et leurs familles. Soutien dans les domaines de l'éducation et des loisirs. Aide aux devoirs, soutien scolaire, bricolage, cuisine, jeux ou élaboration de plans pour les vacances.	Passepartout Rue du Marché-Neuf 26 2502 Bienne 032 325 46 40 treff@passepartout-biel.ch www.passepartout-biel.ch/fr/front-fr

Centre de jeunesse Bunker, Mâche	Lieu de rencontre pour les jeunes de 12 à 18 ans: rencontrer des collègues, faire la connaissance d'autres jeunes, jouer au ping-pong ou au baby-foot. Mercredi de 14h00 à 18h00 Vendredi de 15h00 à 19h00	Centre de jeunes Bunker Rue de la Poste 41 2501 Bienne 078 723 06 44 www.biel-bienne.ch/fr/centre-jeunesse-bunker.html/364
Centre de jeunesse Mix'd, Madretsch	Espace pour les jeunes de 12 à 18 ans – pour la créativité, l'expérimentation et la participation. Mercredi de 14h00 à 19h00	Centre de rencontre pour jeunes Mix'd Rue Alfred-Aebi 85 2501 Bienne 032 326 14 60 www.biel-bienne.ch/fr/centre-jeunesse-m-ixd.html/365

Sport et santé

On ne se rend parfois compte de l'importance de la santé que lorsque l'on est malade. À Bienne, il existe de nombreuses possibilités de faire du sport à moindre coût et de contribuer ainsi activement à une vie saine.

Nom	Brève description	Contact
Parcours vita	Parcours de jogging balisé à travers la forêt avec 15 stations et 43 exercices au total pour s'entraîner. Les parcours: Bienne – Chante-Merle, Bienne – Längholz, Orpond, Perles, Büren an der Aare	www.zurichvitaparcours.ch/fr/finder
FamiSport	Gymnase ouvert aux familles avec des enfants de 1 à 6 ans. À l'école primaire de la rue des Prés et au Collège du Châtelet. Dimanche (env. d'octobre à mars) de 14h00 à 17h00	École primaire de la rue des Prés Rue des Prés 90 2503 Bienne Collège du Châtelet Rue du Châtelet 37 2504 Bienne 032 326 14 55 infoquartier.boujean@biel-bienne.ch www.biel-bienne.ch/fr/famisport.html/355
Camps de sport	Camps de sport et de danse pour enfants, adolescents et adolescentes pendant les vacances scolaires de février, de printemps, d'été et d'automne.	Service des sports Rue Centrale 60 2501 Bienne 032 326 14 48 sport@biel-bienne.ch www.sport.biel-bienne.ch/enfants-ados/sport-camp
Camps J+S	Camps de sport de vacances dans toute la Suisse pour les enfants, les adolescents et les adolescentes, avec au total 85 disciplines sportives différentes.	www.jugendundsport.ch/fr/home.html
Sports at night	Salle de sport ouverte aux jeunes de 12 à 16 ans. Une dizaine de fois par an, le samedi de 16h30 à 20h30.	InfoQuartier Mâche Rue de la Poste 41 2504 Bienne 032 326 14 57 078 723 06 44 infoquartier.mache@biel-bienne.ch www.biel-bienne.ch/fr/sports-at-night.html/356
Elki – Eltern-Kind-Turnen	Les enfants à partir de 3 ans peuvent faire de la gymnastique avec leur mère ou leur père. De mi-octobre à début juillet, tous les mercredis de 9h10 à 9h55 à la salle de gymnastique de l'Esplanade à Bienne.	Salle de sport de l'Esplanade Rue de l'Argent 44, 2502 Bienne 079 471 67 55 evelyne.gehri@gmx.net www.tvmadretsch.ch/riegen/elki
Psy.ch	Site Internet contenant des informations sur le thème de la santé et de la maladie psychiques. Descriptions et adresses des offres de conseil, d'entraide et de thérapie dans le canton de Berne.	www.psy.ch

Vêtements et ameublement

On peut dépenser beaucoup d'argent pour l'aménagement d'un appartement ou pour des vêtements. Mais si l'on connaît les bons endroits, on peut aussi acheter de belles choses pour peu d'argent.

Nom	Brève description	Contact
LOOP	Magasin de vêtements d'occasion de la Fondation Battenberg.	LOOP Rue du Gurnigel 36B Nidau 032 552 09 21 irene.dill@battenberg.ch www.battenberg.ch/fr/LOOP
Armée du salut	Vêtements et meubles de seconde main. Lundi à vendredi de 09h00 à 18h30 Samedi de 9h00 à 17h00	Chemin du Long-Champ 29 2504 Bienne 032 341 14 89 brocki.biel@heilsarmee.ch www.brocki.ch/fr/filiales-2/bienne
La trouvaille CRS	Boutique de seconde main de la Croix-Rouge suisse (CRS). Lundi à vendredi de 09h00 à 18h00 Samedi de 10h00 à 16h00	La trouvaille Rue de Soleure 136 2504 Bienne www.srk-bern.ch/fr/soutien-au-quotidien/soutien-en-cas-de-difficultes-financieres/magasins-de-seconde-main
Marchés aux puces de Bienne	Divers articles de seconde main. Esplanade et Vieille Ville, Maison St-Paul, Coupole, Maison Calvin, Gurzelen	www.biel-bienne.ch/fr/marches.html/518
EQUIPE VOLO	Déménagements, transports, travaux d'entretien et de rénovation, recyclage.	EQUIPE VOLO / LOGISTIQUE Chemin de Schachen 24 3250 Lyss 032 374 47 72 logistik@equipe-volo.ch www.equipe-volo.ch/fr/prestations-de-service-produits/prestations-de-service-produits/logistique
Syphon AG	Bourse d'éléments de construction avec des objets d'occasion et remis à neuf. Aménagements de cuisine ou de salle de bains, machines à laver, fours, lave-vaisselle, baignoires, lavabos, robinetterie, portes, fenêtres, parquets et plinthes, lampes, tuyaux, flexibles de douche, siphons, etc.	Römerstrasse 7, 2555 Brügg 032 365 42 20 info@syphon-biel.ch www.syphon.ch

Transports / Mobilité

Se déplacer d'un point A à un point B a un coût. Le vélo et les billets dégriffés permettent de se déplacer à moindre coût.

Nom	Brève description	Contact
Cartes journalières CFF -	La carte journalière dégriffée des CFF permet de voyager dans toute la Suisse pendant une journée. Elle est disponible en ligne auprès des CFF à partir de 29 francs avec le demi-tarif et à partir de 52 francs sans demi-tarif.	www.cff.ch/billets-offres/billets/cartes-journalieres/carte-journaliere-degriffee.html
Billets dégriffés CFF	Billets à prix réduit que l'on peut acheter dans l'app CFF. Ils sont surtout valables pour les périodes où il n'y a pas beaucoup de personnes en déplacement.	Application cff www.cff.ch
Bourse aux vélos: PRO VELO	Grand marché où l'on peut acheter des vélos à bas prix. Il y a chaque année une bourse de printemps et une bourse d'automne. Dans les bourses aux vélos, on trouve des vélos d'occasion et des accessoires.	PRO VELO Biel/Bienne – Seeland – Jura bernois Rue Alexander-Schöni 29 2503 Bienne 076 376 13 19 secretariat@pro-velo-bienne.ch www.pro-velo-bienne.ch/offre/bourses-aux-velos/