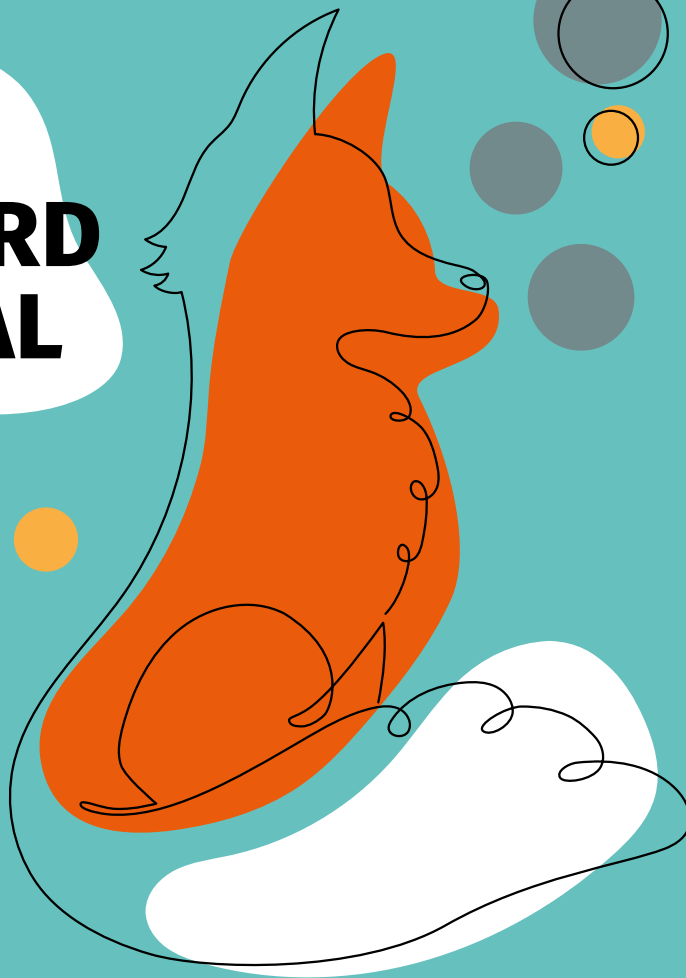


# LE RENARD SOCIAL



## Alimentation

### Trucs et astuces pour les petits budgets

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.



**Stadt Biel**  
**Ville de Bienne**

Soziales  
Affaires sociales

Nom	Brève description	Contact
<b>Cuisine populaire</b>	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
<b>Épicerie Caritas</b>	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
<b>Cartons du cœur</b>	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.cartonsducoeur-biel-bienne.ch
<b>Äss-Bar Biel</b>	Vente de pain, sandwiches et pâtisserie 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
<b>Too good to go</b>	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

<p><b>Table couvre-toi</b></p>	<p>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.</p> <p>Mardi, de manière échelonnée à partir de 15h30 (centre de distribution 1)</p> <p>Vendredi, de manière échelonnée à partir de 16h00 (centre de distribution 2)</p>	<p>Point de distribution 1: Bureau social de l'Armée du Salut Rue Dufour 65 2502 Bienne</p> <p>Point de distribution 2: Salle de jeunesse de l'Église évangélique méthodiste Rue Karl Neuhaus 28 2501 Bienne</p> <p>032 322 53 66 info@tischlein.ch</p>
<p><b>Perron bleu</b></p>	<p>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.</p> <p>Lundi et jeudi de 12h00 à 13h00 (repas de midi pour 7 francs / 6 francs avec la CarteCulture)</p> <p>Lundi, mardi et jeudi de 14h00 à 17h30 (café &amp; gâteaux)</p>	<p>Perron bleu Place de la Gare 2 2502 Bienne 032 322 61 60 perronbleu@blaueskreuzbern.ch www.besofr.blaueskreuz.ch/ perron-bleu-biel</p>
<p><b>rueAcoeur</b></p>	<p>Distribution gratuite de repas chauds et équilibrés. Lundi à 19h00</p> <p>Distribution gratuite de pain, croissants, sandwiches, etc. de Manor. Lundi à 20h00</p>	<p>rueAcoeur Salle Wesley de l'Église évangélique méthodiste Rue Karl-Neuhaus 28 2502 Bienne. president@rueacoer.ch</p>