



# Épicerie Solidaire Brévinoise

Novembre—Décembre 2025



## *l'Épi'news*

L'Épicerie solidaire a fêté ses 15 ans le 16 octobre dernier en rassemblant les adhérents bénévoles anciens et nouveaux ainsi que nos partenaires dans la salle des Dunes.



Discours de Mme la Présidente



Remise d'un bouquet de fleurs à Julie en remerciement de son action.



La célèbre chorale « Les Colibris » interprète avec brio 2 chants.



Les charades de



Épicerie Solidaire Brévinoise 31 Avenue Jules Verne 44250 Saint-Brevin-Les-Pins

02 40 27 61 64 [episol44@gmail.com](mailto:episol44@gmail.com)

Rendez-vous sur notre site : [www.episolidaire44.com](http://www.episolidaire44.com)



# *l'Épi'news*

Journée  
Bien être

**15 octobre**



Organisée par le groupe Vie Sociale, cette journée a réuni 120 personnes, accueillies par diverses associations.



Elles ont pu profiter de divers soins, notamment avec Reine et David en coiffure, avec Nathalie qui proposait des massages assis.  
Très bon retour, de plus en plus de personnes satisfaites.

**Atelier  
Parents Enfants**

**23 octobre**

Les ateliers culinaires parents/enfants allient éveil sensoriel et apprentissage de techniques culinaires de base.

Ils permettent d'apprendre comment cuisiner en famille et initier les enfants à la préparation de plats simples.

Un moment de convivialité à reproduire à la maison.



Quelques photos des réalisations des enfants en collaboration avec la Banque Alimentaire. Quelle imagination !

**Vente  
d'affiches**  
**8 novembre**

Une nouvelle vente d'affiches de cinéma s'est déroulée le **8 novembre** au

**CinéJade**



Elle a permis de récolter 61 places de cinéma.  
Merci aux volontaires ayant permis de réaliser cette vente.



# *l'Épi'news*

## Repas de Fêtes

Un repas de Fêtes est proposé aux adhérents bénéficiaires.

Les différents plats et desserts sont affichés sur l'écran mis à disposition à l'accueil « café » vous permettant ainsi d'effectuer votre choix.



Mission Locale  
du Pays de Retz



## Repas partagé 24 novembre

Du 16 au 24 novembre, la Semaine européenne de la réduction des déchets (SERD) revient et met l'accent sur l'alimentation durable, encourageant des pratiques plus sobres et responsables.  
Le repas partagé du 24 novembre sera organisé en collaboration avec les jeunes de la Mission locale du Pays de Retz.

## Collecte Banque Alimentaire 28 & 29 nov.

Nous organiserons une collecte au profit de la Banque Alimentaire les **28 & 29 novembre 2025** au centre **Leclerc de Saint Brévin Les Pins**.  
Nous comptons sur la présence d'adhérents bénéficiaires et bénévoles pour assurer les permanences (2h). Les inscriptions se feront sur le planning semaine 48. Nous comptons sur vous car ces collectes sont très importantes.



## Atelier cuisine Campus fertile 15 décembre

Campus Fertile, association de citoyens du Pays de Retz motivés par la mise en œuvre d'actions concrètes en faveur d'une alimentation durable, organisera un atelier cuisine le **lundi 15 décembre**.



## Repas solidaire fin d'année 18 décembre

### Retenez cette date !

Le repas solidaire de fin d'année aura lieu le **jeudi 18 décembre**.

Cette année, le thème sera **“La magie”**.

Les bénévoles sont en pleine action afin de vous préparer une belle journée : décoration, animation, cuisine, service à table.

Des précisions vous seront apportées prochainement.



Épicerie Solidaire Brévinoise 31 Avenue Jules Verne 44250 Saint-Brevin-Les-Pins

02 40 27 61 64 [episol44@gmail.com](mailto:episol44@gmail.com)

Rendez-vous sur notre site : [www.episolidaire44.com](http://www.episolidaire44.com)



# *l'Épi'news*

## Les repas partagés



**Le gombo ou "daraba"** comme l'appellent affectueusement les Tchadiens est un légume tropical et subtropical venant d'Afrique et que l'on trouve aussi à présent en Afrique de l'ouest, les Caraïbes, en Amérique et en Asie. Il appartient à la famille des Malvacées. Ce légume aux gousses vertes et visqueuses est apprécié pour sa saveur unique, à partir du moment où la texture ne rebute pas.



C'est une source riche en nutriments essentiels et il a des bienfaits sur la peau, la digestion, le système cardio-vasculaire.

Lors du repas partagé du 20 octobre, les participants ont pu préparer et déguster le **gombo tchadien d'Annie**.



## Horaires



L'Épicerie est ouverte les

- ◆ **Lundi : de 17h00 à 18h30**
- ◆ **Mardi : de 14h30 à 16h00**
- ◆ **Vendredi : de 9h30 à 11h00**

**Important :** l'Épicerie sera ouverte les vendredis 26 décembre et 2 janvier aux horaires habituels.

