

### Nous contacter :

Magali Aresu - 07 62 26 22 37, cca44@vrac-asso.org  
Auréli Auguin - 07 64 10 06 76, participation-cca44@vrac-asso.org  
En cas de problème technique : assistance@cca44.fr

[www.cca44.fr](http://www.cca44.fr)



Ne pas jeter sur la voie publique

Ce livret a été conçu par l'équipe de VRAC Nantes, en novembre 2025.

La CCA est soutenue par



Caisse de l'**A**imentation  
Commune  
Nantes métropole / Pays de Retz

# COMMENT ÇA MARCHE ?



## Guide pratique

Chantenay – Bellevue – Sainte-Anne –  
Saint-Herblain Est



# BIENVENUE !

L'objectif de ce guide pratique est de vous donner toutes les informations dont vous aurez besoin pour participer à l'aventure CCA.

Ce livret ne remplace pas les temps d'échanges que nous aurons ensemble tout au long de l'expérimentation !

## PETIT LEXIQUE

**CCA** - ce sont les initiales de Caisse Commune de l'Alimentation et c'est souvent ainsi qu'on nomme le projet auquel vous participez.

**EXPERIMENTATEURS ET EXPERIMENTATRICES** - ce sont les habitants et habitantes (donc vous!) qui participent au projet. Un projet qui est une expérience locale pour imaginer, demain, une Sécurité Sociale de l'Alimentation.

## SOMMAIRE

- p. 4 Faire vivre la CCA
- p. 6 Cotisations et Allocations
- p. 8 Utiliser l'application Moneko
- p. 10 Où faire ses courses?
- p. 14 Questions fréquentes
- p. 16 Comment est choisi un point de vente ?
- p. 18 Charte du projet
- p. 20 Contacts

Maintenant vous savez tout !

C'est parti !

## A NOTER



Le livret de bienvenue "*Mais qu'est-ce que vous mijotez*" vous raconte l'histoire et les objectifs de la caisse.



# FAIRE VIVRE LA CCA

## PROPOSER. DISCUTER. ECHANGER...

Proposer des nouveaux commerces, producteurs, assos.... Parler du projet autour de vous, réfléchir à des pistes d'amélioration.... C'est super important. Vous pouvez partager vos idées au comité habitant, ou même y participer.

## S'INVESTIR SUR DES ACTIONS PONCTUELLES

Vous souhaitez donner un coup de main sur des missions spécifiques ? Vous avez un talent ou une passion ? N'hésitez pas à nous le dire ! Ca peut être dans la cuisine, la communication, ...

## REJOINDRE LE COMITÉ HABITANT

Envie de réfléchir plus en détail au fonctionnement de la caisse ? Le comité habitant accueille de nouveaux membres. Contactez l'équipe de VRAC pour vous inscrire.

## CRÉER DU COMMUN AUTOUR DE L'ALIMENTATION

Nous vous proposerons un programme tout au long de l'année pour discuter, apprendre, partager les enjeux de l'alimentation, de l'agriculture, de la démocratie alimentaire et imaginer ce que serait une alimentation de qualité garantie à tou.te.s.

Au programme : visites de fermes, ateliers cuisines, ciné-débat, conférence gesticulée, visite du MIN... N'hésitez pas à nous proposer des idées !



## PARTICIPER À LA RECHERCHE ACTION PARTICIPATIVE

Ce projet est une expérimentation, que l'on souhaite pouvoir observer et évaluer afin de voir ce qui a fonctionné ou pas, et pourquoi.

La Recherche action participative c'est une forme de recherche dans laquelle le chercheur est intégré aux actions du projet. Inversement tous les participant-e-s au projet sont invité.e.s à participer à cette recherche.

Concrètement, on vous demandera de participer à des enquêtes (remplir des questionnaires, peut être faire un entretien...). En retour, on vous partagera aussi les premiers résultats au fil de l'expérimentation afin d'échanger avec vous dessus.

# COTISATION ET ALLOCATION

Vous avez choisi de cotiser chaque mois une somme d'argent. Il faut que ce choix vous semble **juste selon votre situation**. Ce montant est modifiable en cas de changement de revenu ou de situation familiale. Dans ce cas il faut nous prévenir au plus tard le 25 du mois.

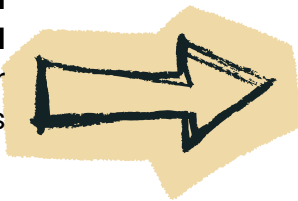
*Pour des questions juridiques, il n'est pas possible de défiscaliser les cotisations pour le moment.*

Au cas par cas, il est possible de mettre en pause la cotisation et l'allocation. Contactez-nous pour en discuter! !

La cotisation doit être payée **avant le 6 du mois**, et l'allocation sera versée le **10 ou le 11 du mois**. Vous trouverez un calendrier prévisionnel des prélèvements automatiques et des versements en moneko.

La cotisation peut être payée par :

- prélèvement bancaire
  - virement bancaire
  - chèque
  - liquide
- A déposer lors des épicerie vrac en début de mois, dates à retrouver sur : <https://nantes.vrac-asso.org/>



**La cotisation sociale** est la part du salaire qui va pour le "bien commun", pour financer des droits sociaux (santé, retraite). Pour la sécurité sociale, elle est payée par les salarié-e-s et les employeurs.

Pour la caisse, il s'agit plutôt d'une **contribution volontaire**, car elle n'est pas obligatoire et ne concerne que les particuliers (on ne peut pas encore faire participer les employeurs, mais on y travaille

Tous les mois, vous recevrez votre allocation en Moneko (Mk). Vous serez informé par mail. **1€ = 1Mk**.

Si vous n'avez pas dépensé toute votre allocation, pas d'inquiétude, elle peut être reportée au mois suivant. Il n'est possible de cumuler que deux fois le montant de votre allocation. Par exemple, je reçois 100 mk par mois, je ne peux pas cumuler plus de 200mk.

Il n'est pas possible d'avoir un découvert avec des Monekos.

## Calendrier prévisionnel

Mois	Prélèvement ou paiement	Versement des Mk
déc. 2024	Samedi 6	Mercredi 10
janv. 2025	Mardi 6	Lundi 12
févr. 2025	Vendredi 6	Mercredi 11
mars 2025	Vendredi 6	Mercredi 11
avr. 2025	Lundi 6	Vendredi 10
mai 2025	Mardi 5	Lundi 11
juin 2025	Samedi 6	Mercredi 10
juil. 2025	Lundi 6	Vendredi 10
août 2025	Mercredi 5	Lundi 10

# UTILISER L'APPLICATION

## Installer l'application

1. Connectez votre smartphone à internet
2. Ouvrez votre "store"
3. Recherchez l'application Moneko et téléchargez-la.
4. Suivez les étapes pour installer l'application



## Me connecter

1. Ouvrez l'application Moneko
2. Retrouvez votre identifiant Moneko CCA et le mot de passe qui vous ont été transmis par mail
3. Connectez vous!



## Payer mes courses

1. Sélectionnez l'onglet paiement et choisissez "scanner le QR code" ou "rechercher le lieu de vente grâce à son nom"
2. Entrez le montant à payer, validez le paiement et montrez au vendeur



## Consulter mon solde

1. Sélectionnez l'onglet "compte"
2. Vous pouvez voir le récapitulatif de l'ensemble des opérations réalisées sur votre compte (entrées et sorties) et votre solde Moneko en temps réel.

# MONEKO



1€ = 1 Moneko.

Moneko est la monnaie locale complémentaire de Loire-Atlantique. C'est la 2ème monnaie locale française.

## Partager mon compte

Tous les membres de votre famille peuvent utiliser l'application. Il suffit qu'ils et elles téléchargent l'application et se connectent à votre compte, avec l'identifiant et le mot de passe.

## Changer mon mot de passe

1. Allez sur <https://moneko.org/>
2. Cliquez sur se connecter et entrez identifiant et mot de passe
3. Cliquez sur "profil" et changez votre mot de passe à droite

## Et si j'ai déjà un compte Moneko ?

Aucun problème, vous aurez deux comptes :

- votre compte moneko "classique"
- votre compte moneko CCA

Pour passer d'un compte à l'autre, au moment de la connexion, cliquez sur  à droite de votre email.



## ALTERNATIVE PAPIER

Vous n'avez pas envie ou pas la possibilité d'utiliser l'application Moneko, pas de soucis !

Il suffit de présenter votre carte adhérent au moment de payer. Les lieux de vente inscrivent vos dépenses dans un document. Les monekos sont ensuite prélevés sur votre compte et versés aux points de vente. Les pages à la fin du carnet vous permettent de noter vos dépenses pour suivre votre crédit restant.



# CARTE DES POINTS DE VENTE CONVENTIONNÉS

AU 1ER DECEMBRE 2025

## Marché de Saint-Herblain Bourg Vendredi matin

- La vallée de la lune
- Vrac facile

## Marché de la Crémeterie Mercredi matin

- Vrac facile

## Marché de Zola (Nantes) Jeudi matin

- La ferme du Hallay
- Ferme des 7 chemins
- Le pain d'Arsène
- Vrac facile

## Marché de la Petite Hollande (Nantes) Samedi matin

- Lait biques et délices
- GAEC aux petits oignons
- GAEC des Hauts Roseaux
- Les mains vertes de la Chevallerie



## Marché Jean Macé Mardi Matin

- Le pain d'Arsène

# CATALOGUE DES POINTS

AU 1ER DECEMBRE 2025



## SUR LES MARCHÉS – EN DIRECT

- **Marché de Saint Herblain Bourg**  
Vendredi matin  
*Vrac Facile et La Vallée de la lune*
- **Marché Jean Macé**  
Mardi matin  
*Le pain d'Arsène*



## ASSOCIATIONS

UNE ADHÉSION À LA STRUCTURE POURRA VOUS ÊTRE DEMANDÉE

- **Association Vrac**  
Groupement d'achat, une fois par mois
  - à la Maison des Habitants et du Citoyen (Nantes)
  - au Carré des Services (St Herblain)
- **Association Ocean**
  - Restaurant social du lundi au vendredi midi, au carré des services (St Herblain)
  - Vente de légumes à la commande ou sur place, place des Lauriers (Nantes) le lundi après midi
- **Le comptoir des Alouettes**  
Epicerie associative 19, rue des Alouettes (Nantes)  
mardi 16h30 – 19h, vendredi 16h30 – 19h – samedi 11h – 12h30

# DE VENTE CONVENTIONNÉS

## DES PRODUCTEURS ET PRODUCTRICES

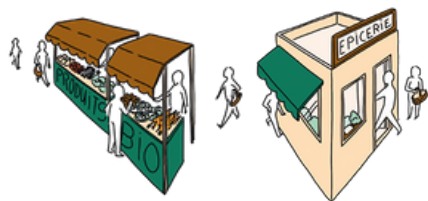
- **Marché de Zola**  
Jeudi matin  
*La ferme des 7 chemins, Le pain d'Arsène*
- **Marché de la petite Hollande**  
Samedi matin  
*Lait biques et délices, GAEC aux petits oignons, GAEC des hauts roseaux, Les mains vertes de la Chevalerie,*



## COMMERCE DE PROXIMITÉ

- **Biocoop Chantiers navals, Alimentation générale**  
1, rue Lamoricière (Nantes)  
lundi au samedi 9h30 – 19h30. Service de livraison
- **Les Ouiches Nantaises, Epicerie**  
40, place Jean Macé (Nantes)  
mardi, mercredi, vendredi, samedi 10h – 19h & jeudi 15h30 – 19h
- **Fromage à gogo, fromagerie**  
77, rue Gutenberg (Nantes)  
mardi au samedi 9h30 – 13h 15h30 – 19h
- **Vrac facile, épicerie ambulante**  
Mardi matin au marché de la Crémetterie (St Herblain),  
jeudi matin au marché de Zola (Nantes),  
Marché de St-Herblain Bourg le vendredi matin.  
Service de livraison

# QUESTIONS FREQUENTES



## QU'EST-CE QUE JE PEUX ACHETER AVEC LA CAISSE ?

Sauf indication contraire, vous pouvez acheter tout ce qui est alimentaire dans le point de vente. (donc pas de produits d'hygiène ou d'alcool)

## EST-CE QUE JE DOIS L'INDIQUER AU COMMERÇANT ?

Au moment de payer, vous indiquez juste que vous souhaitez payer en moneko, rien de plus facile !

## SI J'AI DÉJÀ UN TARIF PRÉFÉRENTIEL DANS UNE ASSO ?

Il n'est pas possible de payer un tarif préférentiel dans une association avec les monekos. Vous pouvez choisir : soit utiliser votre tarif préférentiel en euros, soit payer le tarif classique en moneko.

## EST-CE QUE LES POINTS DE VENTE SAVENT COMBIEN JE COTISE ?

Non, il n'y a que l'association VRAC qui a accès à votre cotisation. Payer en moneko veut juste dire que vous participez à la caisse, aucune information personnelle ne sont communiquées.

## EST-CE QUE JE PEUX CHANGER LE MONTANT DE MA COTISATION ?

C'est possible d'augmenter ou de diminuer le montant de la cotisation, il faut nous en informer avant le 25 du mois pour que cela soit pris en compte le mois suivant.

## MON APPLICATION NE FONCTIONNE PAS, QUE DOIS JE FAIRE ?

1- vérifier des problèmes techniques :

- redémarrer le téléphone
- vérifier la connexion internet
- relancer l'application moneko

2 - signaler le problème par mail : [assistance@cca44.fr](mailto:assistance@cca44.fr).

Cela préviendra à la fois l'équipe de VRAC et de Moneko. Du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30, nous pourrions revenir vers vous rapidement.

Vous pouvez quand même faire vos courses dans un lieu conventionné sans l'application, il vous suffit de présenter votre carte adhérent au moment de payer.

Les lieux de vente inscrivent vos dépenses dans un document. Les monekos sont ensuite prélevés sur votre compte et versés aux points de vente.

⚠ Notez de votre côté l'ensemble de vos dépenses afin de pouvoir suivre le solde de votre compte.

## JE N'AI PAS ENCORE REÇU MON ALLOCATION, EST CE NORMAL ?

Pour que votre allocation soit versée, vous devez avoir payé votre cotisation. Les monekos sont virés le 10 ou le 11 de chaque mois. Vous recevez un mail de confirmation quand le versement est fait. Si vous avez des questions, contactez Magali par mail [cca44@vrac-asso.org](mailto:cca44@vrac-asso.org) ou par téléphone au 07 62 26 22 37.

## JE SOUHAITE M'INSCRIRE À UNE ANIMATION - COMMENT JE FAIS ?

Vous pouvez vous inscrire auprès d'Aurélien par mail [participation-cca44@vrac-asso.org](mailto:participation-cca44@vrac-asso.org) ou par téléphone au 07 64 10 06 76.



## COMMENT EST CHOISI UN POINT DE VENTE?

Depuis décembre 2024, le comité habitant réfléchi à quels sont les éléments importants à prendre en compte dans la CCA. Ces critères sont rassemblés dans “une grille de conventionnement”.



Les lieux de vente et les critères pourront évoluer grâce à vos retours et votre participation aux espaces de discussions et décisions.

### LES CRITÈRES DE LA GRILLE DE CONVENTIONNEMENT:



## QUALITÉ DES PRODUITS

On privilégie des produits :

- de saison et locaux
- labellisés agriculture biologique, Demeter ou Nature et Progrès
- bruts ou peu transformés



## PRATICITÉ, ACCESSIBILITÉ

On privilégie des points de vente:

- accessibles en mobilité douce
- accessible pour les personnes à mobilité réduite
- ouverts régulièrement
- dans lesquels on peut faire une majorité de ses courses



## ENGAGEMENTS DU POINT DE VENTE

On privilégie des points de vente:

- qui ont une politique de réduction des déchets (vrac, emballage)
- en vente directe ou en circuit court
- qui ont des critères de sélection des fournisseurs
- qui redistribuent leurs bénéfices

## PARCOURS DE CONVENTIONNEMENT

**PREMIER  
CONTACT**

## RENDEZ VOUS DE CONVENTIONNEMENT

## VALIDATION PAR LE COMITÉ HABITANT

## MONEKO INSTALLATION TECHNIQUE

**C'EST PARTI !  
ON PEUT FAIRE SES COURSES**

[illegible]

# CHARTRE DU PROJET

## LES PARTICIPANT-E-S S'ENGAGENT À :

- Participer pendant la durée de l'expérimentation d'un an (sauf déménagement ...) ;
- Participer, dans la mesure de leurs capacités, à faire vivre le projet de caisse en participant aux temps d'échanges et de rencontres ;
- Utiliser l'allocation uniquement pour les produits conventionnés par la caisse ;
- Respecter le fonctionnement des points de vente ;
- Evoluer dans une posture bienveillante et ne pas tenir de propos ou de comportement discriminatoires ;
- Participer à la recherche autour du projet (questionnaires, entretiens) ;
- Référer aux salariés les situations problématiques.

## LES POINTS DE VENTE S'ENGAGENT À :

- Participer pendant la durée de l'expérimentation d'un an ;
- Participer, dans la mesure de leurs capacités, à faire vivre le projet de caisse en participant aux temps d'échanges et de rencontres ;
- Evoluer dans une posture bienveillante et ne pas tenir de propos ou de comportement discriminatoires ;
- Accompagner le public de la CCA dans la découverte des points de vente et l'utilisation de l'outil monétaire ;
- Participer à la recherche action, via la récolte de données (données de paiement, questionnaire...)
- Défendre et respecter le projet de la Sécurité Sociale de l'Alimentation et le cadre du projet d'expérimentation de CCA (universalité, choix démocratique, conventionnement).

## VRAC ET LES STRUCTURES DU PROJET S'ENGAGENT À :

- Accompagner les participant-e-s dans l'utilisation de la caisse : accueil, suivi...;
- Animer des temps d'échange et de rencontre pour faire vivre la caisse (comité habitant, assemblée...);
- Débloquer – via Moneko – la somme allouée mensuellement (si le participant-e a bien versé sa cotisation à temps);
- Assurer un cadre respectueux de toutes et tous et être ressource en cas de situations problématiques, notamment en cas de comportement problématique des participant-e-s, des salariés du projet ou des points de vente;
- Rendre compte du fonctionnement de la caisse et de l'utilisation des fonds.

*En cas de non respect de cette charte, l'équipe VRAC rencontrera la/ les personnes ou le responsable du point de vente. Si ce rappel n'est pas suivi de changement, l'équipe pourra décider de la sortie de l'expérimentation de la personne/ du point de vente.*

*Pour rappel, la loi reconnaît plus de 25 critères de discrimination. Défavoriser, dévaloriser ou dénigrer une personne en raison de ses origines, son sexe, son âge, son handicap ou encore ses opinions politiques ou philosophiques est interdit et répréhensible par la loi.*

## LES STRUCTURES QUI PORTENT COLLECTIVEMENT LE PROJET



Banque Alimentaire  
de Loire-Atlantique

