



UFC-QUE CHOISIR  
DE LA SARTHE

# Consommer responsable

## Les interventions proposées par l'UFC-Que Choisir de la Sarthe

Informier, conseiller, participer à l'éducation du consommateur





## Qui sommes-nous

L'UFC-Que Choisir de la Sarthe est une association loi 1901, indépendante de l'Etat, des fabricants, des commerçants, des syndicats, des groupes financiers, des partis politiques, et plus généralement de tout intérêt autre que celui des consommateurs



## Nos missions

L'information et l'éducation des consommateurs  
La défense des droits des consommateurs  
La promotion des intérêts des consommateurs

## Les thématiques

### **Consommer responsable**

L'eau ; les déchets ; l'air intérieur ; l'électricité ; les Ecogestes

### **Pièges et arnaques**

Achats sur Internet ; crédits ; sollicitations commerciales ; garanties et assurances ; dépannage à domicile

### **Mieux manger**

Le juste prix ; gaspillage alimentaire ; aliments enrichis ou allégés ; cuisiner équilibré

### **Données personnelles**

Maîtriser ses données sur Internet et les réseaux sociaux

### **Locataires**

Conseils pratiques

### **Autres thèmes**

Automobile, rénovation, assurances, énergie, santé ...



# Nos formes d'interventions

## Les ateliers "Rendez-vous conso"

- Interactifs et privilégiant une approche participative, ludique
- Apportent des connaissances pratiques
- Animés par deux bénévoles
- Pour une vingtaine de participants
- D'une durée de 2 heures



## Des animations variées



- Pour des petits groupes ou à la rencontre du public (Escape Game - Ciné Débat - Kahoot - Quiz...)
- Interventions pour des classes, des centres de formation
- ...

## Des conférences thématiques

- Apportent des connaissances
- Animés par des bénévoles
- Pour un nombre important de participants
- D'une durée de 2 heures



# Les rendez-vous conso



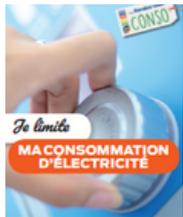
## Consommer responsable



Mieux connaître sa consommation d'eau et découvrir des gestes antigaspi



Mieux connaître les bonnes pratiques pour réduire, composter, réutiliser, recycler.



Identifier ce qui pèse le plus sur la facture et repérer les bonnes pratiques



Repérer les sources de pollution de l'air intérieure et connaître les bons réflexes



Quatre thématiques en jeu : l'eau, les déchets, l'électricité, l'air intérieur

## Mieux Manger



Repérer les bons réflexes pour choisir des produits alimentaires de bonne qualité nutritionnelle



Acheter les justes quantités, comprendre les dates, bien conserver ses aliments. Adopter des pratiques vertueuses !



Repérer le vrai du faux du marketing alimentaire



Cuisiner soi-même : c'est bon, varié et équilibré. C'est aussi la meilleure façon de savoir ce que l'on mange

## Locataires



Locataires : Conseils pratiques, connaître ses droits et obligations, comprendre ses facturations

## Pièges et arnaques



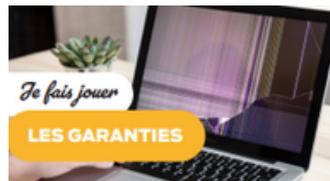
Les bons réflexes pour choisir des cybercommerçants fiables.



Les connaissances utiles pour faire des choix judicieux.



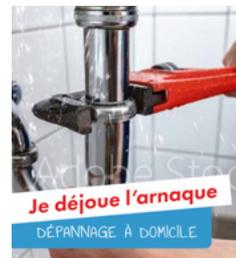
Les bons conseils pour ne pas se laisser abuser.



Les garanties déjà prévues par la loi pour éviter les doublons aussi chers qu'inutiles.



Mieux connaître la collecte des données sur Internet et découvrir les moyens de nous protéger.



Dépannage d'urgence Être dépanné en toute quiétude

# Les animations

Animations

## Les données personnelles



un SERIOUS GAME pour sensibiliser les consommateurs aux bons réflexes à avoir en matière de protection des données personnelles.



Un ESCAPE GAME nomade pour sensibiliser aux données personnelles

## Les écogestes



Sous forme de quiz ou de Kahoot  
Quatre thématiques en jeu : l'eau, les déchets, l'électricité, l'air intérieur pour découvrir des écogestes

### Scolaires/étudiants

L'UFC-Que Choisir et la défense des consommateurs

Vente et éthique

Consommer responsable

**Achats sur internet et sollicitations commerciales**

**Garanties et petites assurances**

**Les crédits**

**Travaux immobiliers - la rénovation**

**L'assurance emprunteur**

**Garder la main sur ses données personnelles**

**Automobile : achat/réparation**

**Contrats obsèques**

**Vente et éthique**

**Eau, Gaz, électricité**

**Droit des usagers en santé**

**L'UFC-Que Choisir : une association de défense des consommateurs**

**D'autres thématiques sur des sujets de consommation possibles sur demande**

# Nos modalités

Tarif d'une intervention : 150 €

Frais de déplacement : à 0,50 € du km si hors Le Mans

Sur devis validé au moins 15 jours avant l'intervention

La promotion est assurée par la structure accueillante.

Des affiches peuvent être fournies pour sensibiliser le public visé avant l'intervention.

# Notre organisation

La date et l'horaire de l'intervention sont fixés d'un commun accord entre le responsable de la structure et notre association.

L'organisation sur place (choix de la salle et aménagements, information de participants, pot de fin éventuel...) est à la charge des demandeurs.

Nous pouvons fournir un vidéo projecteur.

# La séance

Les séances commencent toujours par une présentation de l'UFC-Que Choisir.

Deux bénévoles assurent l'intervention. Il faut compter 1h30 à 2h.

Des documents d'information sont remis en fin de séance.

# Public visé

Les consommateurs de façon générale, en quête d'une information objective et indépendante, les jeunes adultes entrant dans la vie active, les scolaires (collégiens, lycéens, étudiants) ainsi que les professionnels de l'action sociale.



UFC-QUE CHOISIR  
DE LA SARTHE

Contact :  
Françoise Grimard  
[fgrimard@sarthe.ufcquechoisir.fr](mailto:fgrimard@sarthe.ufcquechoisir.fr)

UFC-Que Choisir de la Sarthe  
21 rue Besnier  
72000 - LE MANS

Tél : 02 43 85 88 91  
[contact@sarthe.ufcquechoisir.fr](mailto:contact@sarthe.ufcquechoisir.fr)

<https://sarthe.ufcquechoisir.fr>



Antennes à La Ferté-Bernard - La Flèche - Sablé-sur-Sarthe