



Je suis...
bénévole



**FÉDÉRATION ROMANDE
DES CONSOMMATEURS**
LE POUVOIR D'AGIR

BIENVENUE
À LA FÉDÉRATION ROMANDE
DES CONSOMMATEURS

**NOTRE VOCATION DEPUIS 1959:
DÉFENDRE LES CONSOMMATEURS**



60
experts



26 000
membres



6
antennes
cantonales



220
bénévoles

Rejoignez le mouvement des citoyens engagés



Devenez bénévole

Votre temps et vos compétences
font avancer nos combats.

Choisissez une ou des fonctions dans
lesquelles vous vous sentez à l'aise
et pour lesquelles vous seriez prêt à
vous engager.



**VOUS AVEZ UN ESPRIT D'ÉQUIPE
ET VOUS SOUHAITEZ VOUS ENGAGER
DANS VOTRE RÉGION ?**

Rejoignez l'antenne **FRC de votre canton**

Président d'antenne cantonale

Vous dirigez l'antenne FRC de votre canton et vous la représentez vis-à-vis des autres organes de la FRC et dans l'espace public. Vous occupez une fonction stratégique.

Secrétaire d'antenne cantonale

Vous êtes le pivot administratif de l'antenne FRC de votre canton. Vous gérez notamment la correspondance, la prise de PV, l'organisation des séances et des rendez-vous.

Trésorier d'antenne cantonale

Vous êtes responsable des transactions de l'antenne FRC de votre canton et établissez le budget en collaboration avec son comité.

Délégué au nom de votre région

Vous participez une fois l'an à l'Assemblée générale des délégués et portez la voix de votre région durant cet événement. Vous participez aux décisions stratégiques de la FRC.

Chef de projet

Vous contribuez à dynamiser l'antenne FRC de votre canton en prenant la responsabilité d'un projet lié à la consommation.

Reporter régional

Vous relatez, en texte et en images, les événements qui se déroulent dans votre région en lien avec les activités de l'antenne FRC de votre canton.



**VOUS AIMEZ CONSEILLER
ET INFORMER ?**

Rejoignez nos équipes

Expert Conso

Vous intégrez le Bureau Conseil de votre canton. En tant qu'Expert Conso FRC, vous conseillez et informez le grand public et les membres de l'association sur des questions de consommation. Par exemple: résiliation d'un contrat, changement d'assurance-maladie, attitude et formalités face à un commandement de payer. Vous bénéficiez d'une formation permanente par nos juristes.

Conseiller en budget

Vous aidez les consommateurs à maîtriser leurs dépenses au quotidien par le biais de consultations personnalisées.

Animateur Bien manger à petit prix

Vous animez des cours dans les associations, communes et crèches pour cuisiner des repas équilibrés et savoureux qui ménagent le porte-monnaie.

Animateur Choco Leo

Vous animez des ateliers destinés aux enfants pour les sensibiliser aux pièges du marketing agro-alimentaire.



**VOUS AIMEZ RENCONTRER
LE PUBLIC ?**

Participez à une manifestation

Participez à des opérations ponctuelles dans l'espace public. Vous renseignez également le public sur la mission, l'histoire et les combats de la FRC.

Evénements saisonniers

L'organisation d'un Repair Café FRC ou d'une Bourse aux habits exige le concours de nombreuses personnes. Des postes sont régulièrement à pourvoir, il y en a sûrement un pour vous.

Animation d'espaces FRC

Vous assurez la promotion de la FRC, de ses produits et services dans le cadre d'une manifestation, un stand par exemple. Vous gérez des animations, telles que concours, dégustations, ateliers, etc.



VOUS ÊTES CURIEUX, AUTONOME
ET RIGOUREUX ?

Devenez bénévole de terrain

Devenez enquêteur

Vous prenez part à des enquêtes de terrain sur des sujets d'actualité en lien avec la consommation (alimentation, santé, services, transports, etc.). Vous faites des relevés de prix ou vous opérez comme client mystère. Vous êtes rattaché au réseau d'enquêtes géré par le Secrétariat central et au bénéfice d'une charte ad hoc.

Dénichez les bonnes adresses

Vous participez au développement et à la mise à jour d'une plate-forme qui répertorie les bonnes adresses près de chez vous pour qui souhaite consommer de manière durable (alimentation, réparation, etc.).

Evaluez des restaurants

Vous vous rendez dans des établissements labellisés de votre région pour vous assurer de la conformité des critères du label.

Vous avez des compétences dans un domaine spécifique

Partagez-les au sein d'une commission interne à la FRC ou à l'externe en tant que représentant des consommateurs.

Vous avez quelques heures disponibles en semaine

Le Secrétariat central, à Lausanne, a régulièrement besoin d'un soutien pour des tâches administratives.

La liste de ces fonctions est susceptible d'évoluer.

Certaines activités sont communes à tous les cantons, d'autres plus spécifiques.

Connaître les opportunités du moment, s'inscrire, consulter la charte du bénévole:

► frc.ch/sengager

The background of the page is a light teal color, overlaid with a dense, repeating pattern of simple line drawings of human faces. These faces are diverse in age, gender, and expression, all smiling or looking positively. The drawings are white and have a slightly sketchy, hand-drawn feel. The text 'Charte du bénévolat' is centered in the middle of the page in a red, cursive script font.

Charte du bénévolat

LA CHARTE DU BÉNÉVOLAT À LA **FRC**, C'EST...

Cette charte fixe un cadre de collaboration pour les relations de l'organisation envers ses bénévoles et réciproquement. Ce document, détachable et/ou imprimable, est à signer en double exemplaire. L'original va au bénévole, la copie au président de l'antenne cantonale.

► frc.ch/sengager

ENVERS LE BÉNÉVOLE, LA **FRC** S'ENGAGE À...

Accueil et encadrement

- Accueillir et considérer la personne comme un collaborateur à part entière.
- Confier une activité qui convienne au bénévole.
- Garantir un cadre à l'engagement bénévole: statut, fonction, moyens à disposition, charge de travail (horaire et fréquence), soutiens disponibles.

Information

- Donner une information claire sur le fonctionnement et les objectifs de la FRC en général, et de l'antenne cantonale en particulier, ainsi que sur les opportunités de bénévolat.
- Transmettre toutes les informations nécessaires à la bonne réalisation de son activité.
- Mettre à sa disposition les documents clés de l'association (statuts, règlements, rapports annuels).

Formation

- Assurer un encadrement par une personne compétente et offrir la formation prévue pour la réalisation de son activité.

Reconnaissance

- Valoriser et reconnaître l'expérience bénévole, notamment à travers l'établissement d'attestations (formation/activité bénévole), au terme de l'activité ou en cours de collaboration.

Indemnités et défraiements

- Rembourser les frais effectifs en lien avec l'activité suivant les modalités préétablies avec l'antenne cantonale ou le Secrétariat général.
- Indemniser s'il y a lieu l'activité bénévole selon les modalités prévues.

Divers

- Recueillir les souhaits du bénévole quant aux postes existants. Et, lorsqu'un tel poste est ouvert, le lui proposer dans la mesure du possible.
- Donner la possibilité au bénévole de diversifier son engagement en termes de fonctions, de missions.
- Transmettre en priorité aux bénévoles actifs les opportunités de bénévolat.
- Etablir la manière de mettre fin à l'engagement.

ENVERS LA **FRC**, LE BÉNÉVOLE S'ENGAGE À...

- Adhérer à l'association, connaître, respecter et mettre en œuvre les principes directeurs de sa charte institutionnelle et de ses statuts.
- Se sentir responsable et solidaire de la promotion et du développement de l'association.

Engagement

- Réaliser de manière responsable l'activité choisie par respect pour le travail d'autrui et les engagements pris au nom de la FRC.
- Définir et faire connaître les limites de son engagement, annoncer tout empêchement ou arrêt.

Formation

- Participer aux formations proposées et s'informer sur les dossiers et thématiques actuels relatifs à son activité.

Rémunération

- Agir de façon désintéressée, sans prétendre à une quelconque rémunération.

Comportement

- Respecter le devoir de discrétion et de réserve dans l'exercice de son activité, ainsi qu'au-delà des rapports de collaboration.
- Collaborer dans un esprit de compréhension, de respect mutuel et de convivialité avec toute personne impliquée dans les activités de la FRC.
- Ne pas utiliser son appartenance à l'association ou la marque FRC (logo par exemple) à des fins personnelles.
- S'abstenir de prendre part à des controverses d'ordre politique, racial, religieux ou idéologique.

Communication

- Rendre compte régulièrement des missions, des démarches et du travail effectué.

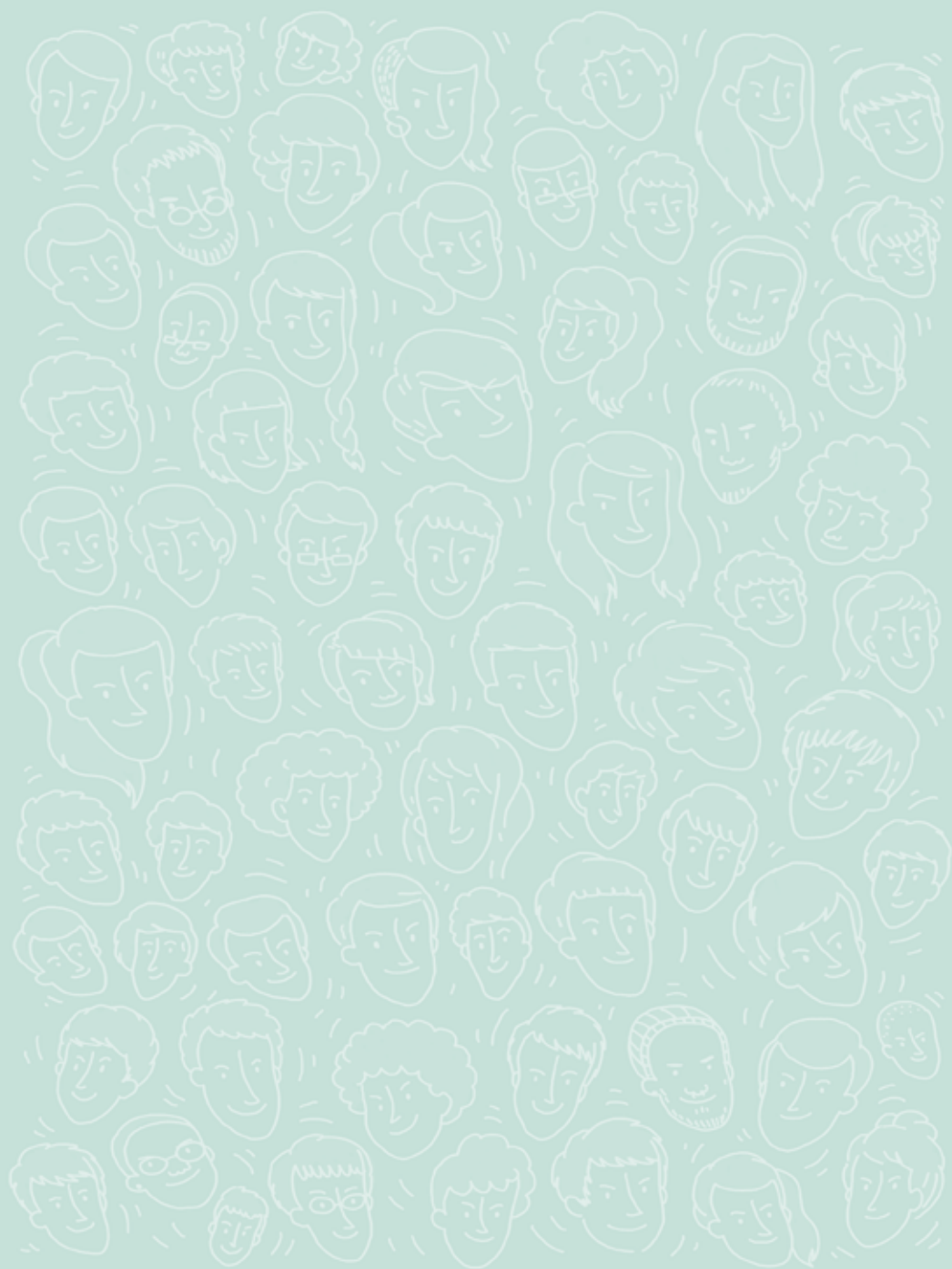
Autres

- Accepter que la FRC puisse faire usage de l'image du bénévole, pour les besoins exclusifs de sa communication interne et externe, à partir de photos prises durant les activités de l'association.
- Admettre l'existence d'un lieu de décision concernant les activités bénévoles, leurs évaluations et les formations.

Bénévole:

Président:

Fait à: , le



Le bénévolat à la **FRC**, c'est...

- Une diversité d'activités pour tous les goûts.
- La prise en compte des motivations, des disponibilités et des envies.
- Une participation proactive à la défense des consommateurs.
- Un cadre de collaboration clair.
- Le respect de la charte du bénévolat.

En devenant bénévole **FRC**, vous intégrez une équipe et bénéficiez d'un certain nombre de prestations

Avantages bénévoles

- Formations.
- Attestation d'activité bénévole et de formation.
- Activités réservées aux bénévoles.
- Remboursement des frais liés à l'activité bénévole.
- Publications FRC à prix coûtant.
- Des moments d'échanges et de partage.

Indemnités et défraiements

Les membres actifs exercent leur activité sur le mode du bénévolat.

Les frais liés à l'activité doivent obtenir l'accord préalable de l'antenne cantonale ou du Secrétariat général. Ils sont pris en charge sur présentation de justificatifs.

Les frais de déplacement (activités, formations) sont remboursés sur la base des tarifs des transports publics en 2^e classe. L'abonnement demi-tarif CFF est remboursé sur demande dès que le montant annuel total des indemnités de transport atteint ou dépasse le prix de celui-ci.

PRESTATIONS	TARIFS
Conférences, commissions externes, mandats de prestation rémunérés	Deux tiers reviennent au bénévole, un tiers va à l'antenne cantonale (ou Secrétariat général)
Experts Conso: présence au Bureau Conseil, traitement des dossiers et participation aux colloques	10.-/heure
Activité de terrain/stand	10.-/demi-journée
Enquêteur de terrain	Selon la nature du travail
Responsable du Bureau Conseil, secrétaire et trésorier cantonal	Entre 300.-/an et 600.-/an

Les demandes de remboursement doivent être transmises, avec pièces justificatives, à l'antenne cantonale ou au Secrétariat général.

LA FRC, C'EST TOUTE UNE HISTOIRE

L'association est inscrite de longue date dans le tissu économique et social de la Suisse romande.

DATES CLÉS

- 1959** Un groupement est mis sur pied par et pour des femmes.
- 1963** La Commission romande des consommatrices devient une association.
- 1964** La Commission romande des consommatrices devient la Fédération romande des consommatrices. Cette même année a aussi lieu la naissance des premières antennes cantonales de Genève et de Neuchâtel. Celles de Vaud et du Valais suivront en 1965, celles du Jura en 1966 et de Fribourg, enfin, en 1968.
- 1966** La FRC dispose d'un média qui contribue largement à diffuser ses combats politiques, ainsi que les résultats des tests produits et enquêtes de terrain. Baptisé *J'achète mieux*, le mensuel porte désormais le nom de *FRC Mieux choisir*.
- 1996** La Fédération romande des consommatrices devient la Fédération romande des consommateurs.



NOS COMBATS SONT LES VÔTRES

MARKETING ENFANT | Développer l'esprit critique du consommateur de demain.

ALIMENTATION | Obtenir un affichage parfaitement transparent.

SANTÉ | Limiter les traitements inutiles, endiguer les coûts de la santé, bannir les substances à risque de la composition des cosmétiques.

ARGENT | Prévenir le surendettement et lutter contre l'îlot de cherté helvétique.

VIE PRIVÉE | Faciliter la sauvegarde des données personnelles.

JUDICIAIRE | Reconnaître l'action collective en Suisse.

RÉPARABILITÉ | Se mobiliser pour un délai de garantie repoussé à cinq ans.

ÉLECTRICITÉ | Faire réduire la facture et sa consommation.

CONTRAT | Lutter contre les conditions générales abusives.

NOS VICTOIRES SONT LES VÔTRES

HUILE DE PALME | Une indication explicite enfin obligatoire.

COUVERTURE DES SOINS | Les lunettes pour enfant remboursées.

HARCÈLEMENT TÉLÉPHONIQUE | Sanction à l'encontre des sociétés qui ne respectent pas l'astérisque.

SURVEILLANCE DES PRIX | La création d'un poste de régulation: Monsieur Prix.

DROIT DE RÉVOCATION | Quatorze jours pour résilier un contrat.

FITNESS | Des centres qui renoncent à la reconduction tacite du contrat.

SANS OGM | Des denrées issues d'animaux nourris sans plantes génétiquement modifiées dûment étiquetées.

CONCURRENCE DÉLOYALE | Des dizaines de plaintes pénales déposées chaque année.

TÉLÉCOMS | Protéger les consommateurs grâce à une loi plus favorable.

LA FRC, C'EST TOUTE UNE ORGANISATION

La FRC est une association à but non lucratif, indépendante, sans appartenance politique ni liaison avec un groupe économique, industriel, commercial, financier ou religieux.

Elle s'engage pour une consommation responsable ainsi que pour la protection et le respect des droits et des intérêts des consommateurs.

LE FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION

Les membres

Ce sont eux qui pilotent l'association via l'Assemblée générale des délégués qui réunit chaque printemps les représentants de toutes les antennes cantonales. Ils y élisent le président central ainsi que les membres du Comité directeur et entérinent les décisions suprêmes qui ne sont pas transférées à d'autres organes.

La présidence centrale

Elle est composée d'un président et d'un vice-président qui l'assiste ou le remplace dans ses tâches. La présidence supervise et travaille en lien étroit avec le Secrétariat général. Elu pour quatre ans, le président préside le Comité directeur.

Le Comité directeur

Cet organe se compose de 7 à 15 membres avec droit de vote, dont le président, des représentants des antennes cantonales et des experts de thématiques traitées par la FRC. Le Comité directeur donne les impulsions stratégiques qui guident l'action du Secrétariat général.

Le Secrétariat central

Basé à Lausanne, il est l'instance opérationnelle de l'association. Le Secrétariat exécute les tâches et les missions qui lui sont confiées par le Comité directeur. Il est placé sous la responsabilité et la direction du Secrétaire général.

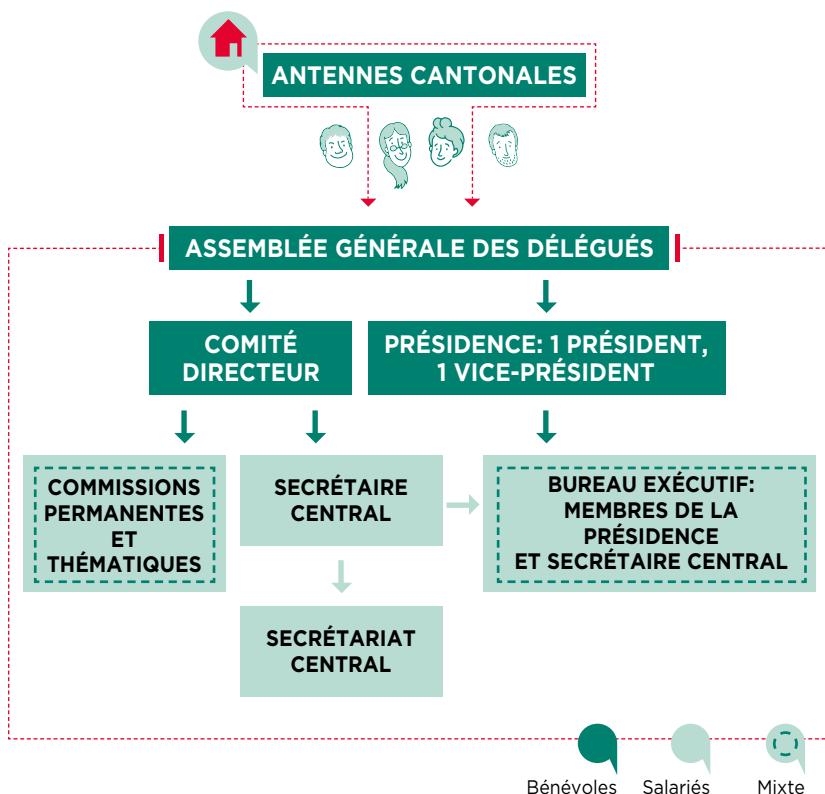
Les représentations cantonales

La FRC possède six antennes qui défendent les orientations et décisions de la FRC aux niveaux régional, cantonal et local.

Elles participent à des Commissions cantonales ou à des groupes de travail régionaux, cantonaux ou locaux, servent et conseillent les consommateurs de leur région, organisent des manifestations ou des stands, relaient les combats de la FRC dans les médias locaux, etc. Composées de bénévoles, ces structures sont au service du bénévolat.

La mission et les principes directeurs de la FRC sont définis dans la charte institutionnelle de la FRC.

► frc.ch/organisation





ADRESSES UTILES

Les antennes régionales sont à la disposition des bénévoles pour les accueillir et les soutenir.

Vous trouverez des informations et les coordonnées de celle de votre canton sur notre site:

► frc.ch/pres-de-chez-vous



**FÉDÉRATION ROMANDE
DES CONSOMMATEURS**
LE POUVOIR D'AGIR

Rue de Genève 17
Case postale 6151
1002 Lausanne

frc.ch/benevoles

Tél. 021 331 00 90

Horaires: lundi-vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 17h.