

JUSQU'À
-20%*

**SUR SÉLECTION
DE PRODUITS EN VRAC
ET POUR RÉALISER SOI-MÊME SES COSMÉTIQUES**
DU 3 AU 29 JUIN EN MAGASIN

-20%

**Huile végétale de jojoba
50 ml**

De Sainte-Hilaire – Helpac
Véritable soin quotidien pour toutes les peaux, cette huile a des propriétés régulatrices et apaisantes. C'est une excellente base pour confectionner vos shampoings, baumes et masques capillaires.

À utiliser pure ou mélangée à quelques gouttes d'huile essentielle (HE de géranium par exemple), sur le corps et le visage.



-20%

Huile végétale de ricin 50 ml
De Sainte-Hilaire – Helpac

Huile qui nourrit les cheveux secs, dévitalisés et agit contre les taches brunes du visage et des mains. Elle s'emploie dans la préparation de cosmétiques pour fortifier les ongles, les cheveux, la barbe et les cils.

À diluer dans une huile végétale moins visqueuse (amande douce par exemple) et à mélanger à des huiles essentielles.



-20%

Eau florale de Bleuets
De Saint-Hilaire – Helpac

Eau florale issue de la distillation de fleurs de bleuets cultivées en Auvergne, à proximité de la distillerie. Elle permet de décongestionner les yeux et de tonifier et apaiser la peau.

À appliquer avec un coton ou à vaporiser après le démaquillage ou en lotion tonique le matin.



**L'espace
bien-être**

-20%

Eau florale de fleur d'oranger
De Saint-Hilaire – Helpac

Obtenu par distillation de fleurs de néroli, elle est reconnue pour ses propriétés apaisantes. Utilisée en spray, elle convient plus particulièrement aux peaux sèches et délicates.

À utiliser après le démaquillage, avant votre soin hydratant ou comme phase aqueuse de vos cosmétiques.



-20%

Eau florale de rose
De Saint-Hilaire – Helpac

Adaptée à toutes les peaux, cette eau florale tonifie et calme irritations et rougeurs. Astringente, elle resserre les pores et régule la production de sébum.

À utiliser en vaporisation sur le visage et le corps ou dans vos préparations de crème anti-âge.



-15%

**Biscuits sablés carré
coco choco en vrac**
Pain de Belledonne

Une pâte sablée recouverte d'une préparation maison à la noix de coco râpée et nappée de chocolat noir 57%, intense et croquant. Véritable précurseur du vrac, Belledonne est, depuis 25 ans, au service de la gourmandise, de la bio et du local.

Un pur instant de gourmandise pour un goûter zéro déchet !



-15%

**Riz long blanc Camargue
en vrac**
Biosud

Riz origine France, à la texture fondante et crémeuse. Biosud a pour objectif de construire, développer et piloter une filière spécialisée dans les riz et céréales biologiques.

Cuire dans l'eau bouillante salée 15 min environ, servir avec un filet d'huile d'olive et des légumes de saison.



-15%

Mélange étudiant en vrac
Rapunzel - Raiponce

Mélange composé de raisins sultanines à l'huile de tournesol, noix de cajou, noix du Brésil, amandes et noisettes. Situé à Cavaillon, Raiponce est importateur, fabricant et distributeur, spécialiste de l'épicerie bio en France.

À déguster à l'apéritif ou en encas tout au long de la journée.



**Place
au vrac**

-15%

Boules maïs miel en vrac
Favrillon Vignon

Boules de maïs soufflées au bon goût de miel. Contient 30% de sucre en moins par rapport aux autres céréales du marché. Implantée depuis 125 ans dans le Massif Central, Favrillon est une société spécialisée dans les céréales bio du petit-déjeuner.

Pour un petit déjeuner gourmand et zéro déchet !



-15%

**Mélange apéritif canneberges
Grano-apéro en vrac**
Moulin d'Arche

Mélange artisanal de fruits secs (raisins secs, canneberges) et de graines (tournesol, courges toastées, noisettes et amandes). Depuis 2008, le Moulin d'Arche crée des mélanges de céréales et de fruits secs issus de filières équitables françaises et internationales.

Pour un apéritif sain et plus responsable !



Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour. www.mangerbouger.fr

biocoop
LA BIO NOUS RASSEMBLE

+ de 580 magasins
partout en France,
liste complète sur
www.biocoop.fr

Vous avez des questions sur Biocoop,
sur un produit ? Contactez le service clients au :
0 800 807 102 Service & appel gratuits

Imprimé sur papier recyclé - Biocoop - SA Coop à capital variable - 12 avenue Raymond Poincaré 75116 Paris - 382 891 752 RCS Paris - Création : Altavia Cosmic
- Photos : Nicolas Leser, Gauthier Roxanne, DR, Shutterstock, Getty Images, Shaker Maker, Naturellement Lyla, Gala's blog et Take It Green - Imprimé par Les
Hauts de Vilaine BP 52179 35221 Châteaubourg CEDEX, entreprise Imprim'Veit* (gestion des déchets dangereux dans des filières agréées) - Ne pas jeter sur la
voie publique - Document non contractuel - 04/2019.

Tous les papiers
se trient et
se recyclent

**ENGAGÉS
ENSEMBLE
POUR
CONSOMMER
RESPONSABLE**

EN JUIN

**REJOIGNEZ
LES
BIOTONOMES!**

JUSQU'À
-20%*

**SUR UNE SÉLECTION
DE PRODUITS EN VRAC
ET ZÉRO DÉCHET**
DÉCOUVREZ AUSSI NOS CONSEILS
POUR RÉALISER VOS COSMÉTIQUES !

* Du 3 au 29 juin, sur une sélection
de produits dédiés et dans la limite
des stocks disponibles.

biocoop
LA BIO NOUS RASSEMBLE



UN PETIT PAS POUR L'HOMME UN GRAND PAS POUR LA BIO !

Adopter une consommation plus responsable au quotidien, c'est possible chez Biocoop !

En juin, rejoignez la communauté Biotonomes !

Être biotonome, c'est consommer bio et faire évoluer ses habitudes vers une consommation plus équitable et durable ! Expérimentez notre offre de produits en vrac : épicerie, huiles, produits sucrants mais aussi vin, lessive, liquide vaisselle... Découvrez nos contenants réutilisables : sacs en coton, bouteilles et bocaux en verre... Ou apportez les vôtres à remplir directement en magasin !

Testez le DIY* !

Économique, ludique et écologique car moins d'emballages... Essayez le DIY* ! Retrouvez dans votre magasin Biocoop, des ingrédients bruts pour réaliser vous-même vos cosmétiques : huiles végétales, hydrolats, aloé vera, beurre de karité, argile, cire d'abeille, etc. Ci-joint, 4 recettes de blogueuses spécialisées dans la beauté bio et naturelle pour vous inspirer.

Découvrez les astuces des Biotonomes !

- Acheter ses produits en vrac et apporter ses contenants réutilisables.
- Faire ses petits plats maison et cuisiner les restes.
- Réaliser ses produits d'entretien et cosmétiques.
- Favoriser les échanges pour les biens & services non utiles quotidiennement.
- Privilégier la mobilité douce notamment pour les petits trajets.
- Développer le covoiturage pour les vacances... et les trajets du quotidien.
- Acheter d'occasion : friperies, ressourceries, sites internet... le choix est grand !
- Réparer pour augmenter la durée de vie de vos appareils.

**CONSUMMATEUR.TRICE
ÉCO-RESPONSABLE :
BIENVENUE
CHEZ BIOCOOP !**

* Do It Yourself = Faire soi-même

**C'EST BON !
C'EST DE SAISON !**



Biocoop propose en priorité des fruits & légumes au plus près, de saison, issus du commerce équitable et toujours 100% bio !

LES LÉGUMES DE JUIN :

aubergine, artichaut, betterave, blette, brocoli, carotte, céleri, concombre, courgette, fenouil, fève, oignon blanc, petit pois, poireau, poivron, pomme de terre primeur, radis rose, tomate...

LES FRUITS DE JUIN :

abricot, banane, cerise, fraise, framboise, melon, pêche, pomelos, rhubarbe...

Chez Biocoop, les fraises sont bio et 100% françaises !

Retrouvez dans votre magasin des fraises d'avril à novembre (jusqu'aux premières gelées) : rondes (variétés Cléry, Darselect, Matis) ou aromatiques (variétés Mara des Bois, Manille, Mariguette, Charlotte, Ciflorette). Près de 70% des fraises vendues chez Biocoop sont issues de nos groupements de producteurs partenaires de la démarche Ensemble (commerce équitable). Elles sont cultivées en pleine terre et conditionnées dans des barquettes en carton.

**LE
SAVIEZ-
VOUS ?**

Consommée depuis l'Antiquité, la fraise doit son nom à son parfum exquis, « sa fragrance ». Rapportée en France au XVIIIème siècle par un officier de marine du Roi Soleil, un certain Frézier, elle est devenue au fil des siècles l'un des fruits préférés des français.



Chantilly de karité Shaker Maker

Prix indicatif **3 €** Préparation **20 min** Conservation **6 mois** dans un endroit frais et sec

Matériel : un fouet électrique et un pot en verre de 125 ml.

Ingrédients : 6 cs de beurre de karité (80 g), 2 cs d'huile végétale de coco fondue (20 g), 1 cs d'huile végétale de macadamia (10 g), 5 gouttes de vitamine E.

Ramollir le beurre de karité au bain marie.

Ajouter les huiles végétales en plusieurs fois et mélanger.

Verser la vitamine E et mélanger à nouveau.

Laisser refroidir au réfrigérateur quelques minutes.

Battre la préparation au fouet électrique jusqu'à obtenir une texture aérienne.

Utilisation : à utiliser tous les jours, 1 cs par application (corps et cheveux).

Retrouvez le tuto de cette recette sur la chaîne Youtube de Shaker Maker.



Baume à lèvres Naturellement Lyla

Prix indicatif **1,90 €** Préparation **15 min** Conservation **3 mois** à l'abri de la lumière et de la chaleur

Matériel : un mini fouet en inox, une pipette et deux pots en verre de 15 ml.

Ingrédients : 2 ml d'huile végétale d'amande douce, 2 cc de beurre de karité, ½ cc de cire d'abeille, 2 gouttes de vitamine E, 2 gouttes d'huile essentielle d'orange douce.

Faire fondre au bain marie la cire d'abeille avec le beurre de karité et l'huile végétale d'amande douce.

Une fois la préparation homogène **ajouter**, hors du feu, les deux gouttes de vitamine E et l'huile essentielle d'orange douce.

Transférer la préparation dans un pot à l'aide d'une pipette et laisser refroidir au réfrigérateur quelques heures.

Utilisation : appliquer 2 à 3 fois par jour avec le doigt.

Retrouvez le tuto de cette recette sur la chaîne Youtube de Naturellement Lyla.

**LYLA
NATURELLEMENT**



Masque gommant pour le visage Gala's blog

Prix indicatif **1,50 €** Préparation **5 min**

Matériel : une balance, une cuillère en bois et un pot en verre de 125 ml.

Ingrédients : 9 g d'argile blanche, 3 g de poudre d'Amla, 3 g d'huile végétale de noyaux d'abricot, 10 g d'hydrolat de camomille romaine, 1 g de poudre de noyaux d'abricot.

Mélanger l'argile et la poudre d'Amla.

Ajouter l'huile végétale de noyaux d'abricot et mélanger petit à petit en ajoutant l'hydrolat.

Ajouter la poudre de noyaux d'abricots.

Utilisation : appliquer 1 fois par semaine, laisser poser 8 à 10 min puis rincer.

Retrouvez le tuto de cette recette sur la chaîne Youtube de Gala's blog.



Dentifrice Take it green

Prix indicatif **3 €** Préparation **5 min** Conservation **3 mois** à température ambiante et à l'abri de la lumière

Matériel : un mini fouet et un pot en verre de 50 ml.

Ingrédients : 2 cs d'argile blanche ultra-ventilée, 1 cs de charbon végétal, 2 cs d'huile de coco, 2 gouttes d'huile essentielle de citron distillé.

Faire fondre l'huile de coco au bain marie.

Mélanger l'ensemble des ingrédients dans un bol puis réserver dans un pot fermé.

Utilisation : 2 à 3 fois par jour pendant 3 min.

Retrouvez le tuto de cette recette sur la chaîne Youtube de Take it Green.

Take it Green

Stérilisez tout ce qui est en contact avec les produits (bol, cuillère, fouet...) : faites bouillir 10 min ou utilisez un cuit vapeur. Désinfectez le plan de travail (au vinaigre blanc par ex.).

Les ingrédients ne doivent pas être inhalés, le port d'un masque est fortement recommandé lors de la préparation des recettes. Étiquetez les recettes réalisées (nom et date de fabrication).

Pour toute préparation à l'argile, ne jamais utiliser d'ustensiles en métal qui peuvent produire une réaction chimique nuisant aux propriétés de l'argile.

Employez les huiles essentielles avec modération et précaution, demandez conseil à votre médecin. Usage déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes et aux enfants de moins de 6 ans.