

# C'RAYON DE SOLEIL

Le journal de



biocoop

Cholet

ÉTÉ 2017

## Édito



Bio, local, et bien plus encore!

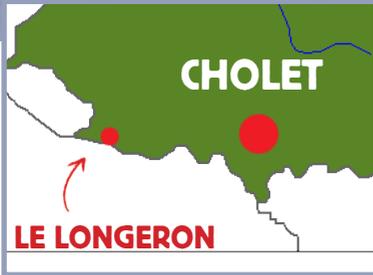
Bio & local, une évidence que nous continuons à élargir avec l'arrivée de nouveaux producteurs : visite de la ferme des Trois Chênes, au Longeron.

Bio & local, mais pas que, car il faut le redire sans cesse : la différence Biocoop s'exprime bien au-delà de quelques engagements de base... Focus sur tout ce qui démarque le réseau Biocoop.

Entre autre, l'encouragement à apporter vos bocaux, boîtes et sac... mais pas n'importe lesquels! Mise au point rapide mais indispensable...

Bonne rentrée bio, locale, etc...

# EN VISITE À LA FERME LES TROIS CHÊNES



***A contre-courant de la tendance à l'agrandissement démesuré des fermes conventionnelles, les frères Guinaudeau scindent la ferme familiale pour faciliter sa transmission...***

*Une ferme de cent hectares, c'est déjà conséquent lorsqu'il s'agit de transmettre les terres. C'est ce qui a décidé Pascal Guinaudeau et son frère à les diviser en deux, début 2000 : chacun continue de son côté l'activité agricole de leur père.*

***Pour Pascal et sa femme Véronique, c'est l'occasion de passer en bio, en 2006, pour bénéficier d'une reconnaissance officielle des pratiques respectueuses de la nature qui ont cours ici depuis longtemps. Et depuis peu, leur fils Pierre et leur neveu Thierry viennent de s'associer au couple : la ferme a de l'avenir devant elle !***

Ici, de tout temps, on aime les vaches, assurément. Alors on les garde, 8, 10, 12 ans... car "elles sont vraiment sympas ! On ne se résoud pas à les envoyer à l'abattoire !" témoigne Véronique, de l'affection dans la voix.

On le voit bien en arrivant : les étrangers ne leur font pas peur, et les veaux toujours curieux viennent volontiers se faire gratter la gorge par les visiteurs...





En plus, Pascal et Véronique ne cachent pas le plaisir qu'ils ont à **croiser les races** : il faut plusieurs années pour observer les résultats, qui leur donnent invariablement envie de tenter un autre croisement, juste pour voir...

**Ils aiment bien la Jersiaise et son lait riche, onctueux, savoureux...** alors ils la croisent avec la trop classique Hostein, pour bénéficier d'un rendement supérieur : voici la vache Kiwi, c'est ainsi qu'on nomme les bêtes issues de ce croisement.

**Ils aiment aussi la Rouge Norvégienne**, que son origine nordique dote d'une bonne rusticité : elle supporte mieux l'hiver et les variations de qualité alimentaire dues aux aléas climatiques...

Alors pourquoi ne pas la croiser avec la Kiwi, pour cumuler tous les avantages ? C'est chose faite.

**Et comme on garde les races d'origine et les croisements successifs dans le troupeau, on en voit de toutes les couleurs !** C'est un bonheur pour les yeux : blanches, crème, rousse, brune, noir tachetée de blanc, avec toutes les nuances intermédiaires d'une vache à une autre : les robes font le plus bel effet dans le pré !

**Car ces dames passent le plus clair de leur temps à l'extérieur :**

hormis durant les 3 mois les plus sombres (décembre-janvier-février) où elles restent au chaud de l'étable, elles profitent des pâtures à longueur de journée.



Un petit coup de mou parfois ? **Elles sont soignées à l'homéopathie et aux huiles essentielles**, que la famille Guinaudeau maîtrise bien à présent, grâce à une solide formation. Et ça marche ! Quel soulagement d'éviter les antibiotiques !



**Question parité, on a des arguments. Certes, le lait, c'est l'affaire des femelles, et elles ont la part belle. Mais les veaux mâles sont aussi bien élevés** et proposés en veau de lait ou viande de bœuf via les trois AMAP locales, qui écoulent une partie des produits de la ferme, et les cantines scolaires locales prennent le reste (Saint-Macaire, Saint-Crespin, Saint-Laurent).

**Comme les Guinaudeau visent l'autonomie, ils produisent presque toute l'alimentation des bêtes sur leur ferme** : céréales, légumineuses, maïs, foin... Seul un petit complément de féverole (pas de soja aux Trois Chênes !) est achetée à Thierry Lecerf, vous savez, le boulanger de Montbault Fournil : la solidarité bio locale fonctionne bien.



Et heureusement, car la ferme longeronnaise est établie **sur des coteaux aux terres sèches**. Si certaines années sont difficiles, ce trait de caractère présente cependant l'avantage d'éviter le recours au séchoir, car le foin sèche remarquablement bien : **les Guinaudeau sont connus pour la qualité de leur foin!** Agréable compensation.

### Et le lait dans tout ça ?

Les trois quarts de la production sont vendus **à la coopérative Biolait**, partenaire de Biocoop ; **le dernier quart est transformé sur place, dans la petite laiterie-fromagerie de la ferme montée en 2009** : Thierry prend le relais de la visite car c'est son domaine. Un large sourire aux lèvres, il nous raconte les essais de recettes qu'il met patiemment au point.

Pour le moment, ça sent bon le chocolat chaud ! C'est l'heure de la confection de **"la p'tite crème plaisir"**, doux délice chocolaté dont il est pleinement satisfait ! On le comprend encore mieux quand on a trempé la cuillère dans le pot... On a vraiment bien choisi l'heure de notre visite.



Et on se réjouit de vous proposer leurs produits dans nos rayons ! Depuis avril dernier, vous les retrouvez toutes les semaines dans nos trois magasins :

- ✓ des yaourts pour tous les goûts : nature, citron, vanille, fraise, cerise, myrtille !
- ✓ la "p'tite crèmes plaisir" chocolat ;
- ✓ du fromage blanc au lait cru,
- ✓ des fromages frais aux différentes saveurs (poivre, cumin...),

✓ une tomme fermière  
(photo page 2 sous le titre)



✓ et le fameux Reblo'Chêne, une appellation maison pour ce fromage maison qui rappelle son grand frère alpin... (photo ci-contre)

**... DE QUOI VOUS RÉGALER BIO ET LOCAL TOUTE L'ANNÉE !**

# IL Y A BIO ET BIOCOOP... C'EST TOUTE LA DIFFÉRENCE !

## Comment Biocoop monte les curseurs de qualité au plus haut niveau

### 6 VALEURS FONDAMENTALES

1

#### 100% BIO

A Biocoop, **tous les produits sont bio** et les exigences de qualité vont **au-delà du cahier des charges bio européen**, même dans les rayons + spécifiques : compléments alimentaires, sans gluten...

2

#### PRIORITÉ AU LOCAL

- **100 fournisseurs locaux** dans nos magasins, soit 1/4 de nos approvisionnements. Ils sont tous identifiés en rayon (Macarons kilométriques dans tout le magasin)
- **Soutien** à l'agriculture paysanne locale à travers la Foncière Terre de Liens

VOUS ÊTES ICI...  
Produit  
à **12**  
km  
CE PRODUCTEUR AUSSI !

3

#### ZÉRO OGM

Biocoop refuse totalement les OGM  
=> **0% d'OGM** dans nos produits  
(le cahier des charges bio européen tolère 0,9% d'OGM)

Les produits non bio mais autorisés au cahier des charges bio européen sont interdits à Biocoop car à risque OGM : soja - colza - maïs - riz - coton.

A Biocoop, pas de lécithine de soja, ni d'amidon de maïs, ni de tissus à base de coton non bio (sacs & filets 100% coton bio)



4

## COMMERCE ÉQUITABLE

Les produits suivants sont 100% équitables : Café - Sucre - Tablettes de chocolat - Bananes - Thés (sauf japonais)

*Équitable = qui permet aux producteurs de vivre en autonomie en gardant leurs terres et la maîtrise de leurs pratiques.*



6

## PRIORITE AU VRAC

250 références soit 27% de notre chiffre d'affaires. et **c'est jusqu'à 30% moins cher !**



- Pas de fruits et légumes transportés par avion
- Refus des F&L en provenance de l'hémisphère sud  
*Pas de kiwi de Nouvelle Zélande*
- Pas de produits lointains en dehors des fruits exotiques de la zone tropicale. Les seuls produits lointains acceptés sont : bananes, ananas, mangue, dattes. Et ils prennent le bateau.

1



5

## SAISONNALITÉ NATURELLE RESPECTÉE

- Biocoop s'interdit de proposer tomates, courgettes, aubergines, poivrons, concombre en hiver

*Affichage du calendrier des saisons mois par mois au rayon F&L pour vous guider*

- Nous refusons les produits issus de serres chauffées

*Le mode de production (plein champ ou sous abri froid) des F&L est affiché sur les étiquettes*

## FIERS DES ORIGINES DE NOS PRODUITS

### FRUITS & LÉGUMES

- Pas de produits issus de la zone de production «mer de plastique» dans le sud de la région d'Almería en Espagne
- Les tomates « type anciennes » commercialisées sont des tomates issues de variétés **non hybrides**
- Valorisation des F&L issus de **semences paysannes**

## GRAINES & CÉRÉALES

- Refus des provenances de Chine.  
(graines de tournesol, graines de courge. Trop peu de garanties !)

- Pains 100% locaux au pur levain, avec un grand choix de goûts !  
Nous refusons les pains à la levure.

- Farines françaises et locales  
- Tous les plants et semences proposés pour le jardin sont biologiques

2



## BOUCHERIE TRADITIONNELLE & ARTISANALE

3

Nos bouchers sont tous des professionnels qui découpent toutes les viandes à façon.

- provenance des animaux 100% bio et locale en concertation de proximité avec les éleveurs.  
Le boucher va choisir ses bêtes sur pieds.



## CHARCUTERIE-TRAITEUR

4

Charcutier-traiteur traditionnel avec fabrication artisanale sans sels nitrés dans les charcuteries maison

- Pas de foie gras car les gavages sont maltraitants pour l'animal.

## PRODUITS DE LA MER

5



**Poissonnerie traditionnelle** avec découpe du poisson frais sur place. Livraison quotidienne.

- Les poissons, crustacés et mollusques issus de l'élevage aquacole sont **certifiés bio**.

- Pour les espèces sauvages, la pêche respecte des critères stricts Pas de pêche intensive, petites entreprise de pêches, petits bateaux, pêche artisanale, techniques de pêche

respectueuses de l'environnement et des espèces, respect des saisons naturelles de pêche (pas de pêche en saison de reproduction), pas de poissons des profondeurs...

- Pas de poissons menacés de disparition ou en provenance de stocks naturels appauvris.

Ce respect des ressources se base sur le travail très approfondi de l'association indépendante Greenpeace.

## COMPLÉMENTS ALIM & COSMÉTIQUES

6

- Tous les compléments alimentaires certifiables sont bio et certifiés par un cahier des charges de cosmétique naturelle
- Aucun de nos cosmétiques ne contient l'Ammonium Lauryl Sulfate ou du Sodium Lauryl Sulfate. Bases lavantes agressives pourtant autorisées en bio. Biocoop les refuse car elles sont irritantes et polluantes !
- Les produits de colorations cheveux sont tous naturels. Biocoop interdit les colorations issues de la chimie : attention car d'autres magasins bio les proposent !

7

## MATIÈRES NOCIVES INTERDITES à Biocoop

- **Parabens** Conservateurs présents en cosmétiques
- **bis-phénols** Ils tapissent l'intérieur des boîtes de conserves et migrent dans les aliments
- **polycarbonates** Matière plastique dont les constituants migrent dans les aliments
- **Les nanoparticules** Particules chimiques minuscules intégrées aux aliments comme stabilisant ; elles dénaturent totalement les produits. Leurs effets nocifs sont pressentis à grande échelle environnementale
- **L'irradiation des aliments** Emploi de rayons ionisants pour conserver les produits, mais ils détruisent aussi les vitamines, minéraux, enzymes...



10

## EAU

Pas d'eau en bouteille plastique à Biocoop !

Mais des systèmes de filtration performants



9

## ARÔMES

- Tous les arômes contenus dans les produits alimentaires et compléments alimentaires sont certifiés biologiques.
- Certains arômes non bio peuvent être nocifs, même lorsqu'ils sont dits "naturels" !

# DES PRIX JUSTES POUR TOUS, DU PRODUCTEUR AU CONSOMMATEUR

## LA GAMME BJP «LA BIO JE PEUX»

- produits à prix plus bas pour une longue durée, grâce aux efforts conjoints des transformateurs, de la plateforme Biocoop et des magasins, qui acceptent de réduire leur marge: ainsi le producteur, qui est au début de la chaîne, n'est pas pénalisé, et c'est important car il est le plus fragile.
- Les produits sélectionnés gardent leur prix pendant un an et sont repérables grâce à l'étiquetage spécifique «La bio, je peux!»

LA BIO  
JE PEUX



Un prix juste  
et accessible à tous,  
respectueux de la production  
et de nos partenaires

## LES PRODUITS GÉNÉRIQUES

- Produits fabriqués à plus grande échelle avec un visuel spécifique à Biocoop, en maintenant la transparence du fabricant, la traçabilité des matières, un prix attractif dû aux grands volumes, et les valeurs de Biocoop (par exemple, le jus d'orange est élaboré avec des oranges d'Italie, et non du Brésil)



## LES PRODUITS SOLIDAIRES «ENSEMBLE»

- La gamme des produits «Ensemble, solidaires du producteur au consommateur» regroupe tous les acteurs de la filière: ces producteurs et transformateurs ont un contrat sur plusieurs années avec Biocoop pour se conformer aux exigences du réseau. C'est un travail de partenariat engagé à long terme.

- Ainsi, Biocoop contribue à la création de filières équitables Nord-Nord et durables. C'est une démarche qui permet aux producteurs de vivre correctement et aux consommateurs d'acheter en toute confiance.

- Aujourd'hui, Biocoop contractualise donc avec 17 partenaires agricoles dans tous les domaines alimentaires frais: fruits & légumes, produits laitiers, viandes, céréales & légumineuses. Et ces partenaires participent à la gouvernance du réseau Biocoop au niveau national.

Ensemble

Solidaires du producteur  
au consommateur

# UN COMMERCE ENGAGÉ ET MILITANT

**Le réseau Biocoop soutient plusieurs associations et coopératives actives pour l'écologie :**

- \* **Agriculture** : Terre de Liens, Confédération Paysanne, Comité Français pour la Solidarité Internationale, Réseau des Semences Paysannes, Faucheurs volontaires d'OGM
- \* **Energies** : Enercoop, Energie Partagées
- \* **Environnement** : Générations Futures, inf'OGM
- \* **Consommation bio et équitable** : Fédération Nationale de l'Agriculture Bio, Bioconsom'acteurs, Réseau Cocagne, Plateforme pour le Commerce Equitable



## **Biocoop Cholet soutient les associations militantes locales :**

- **Prim'Vert** (association de consom'acteurs bio à l'origine du premier magasin Biocoop Cholet)
- **Repair Café** (réparation d'appareils)
- **S.E.L. Choletais** (système d'échange local, troc gratuit des biens)
- **Sortir du nucléaire** (Proposition d'alternatives au nucléaire)
- **Cité Métisse** (association pour la tolérance, lutte contre le racisme)
- **Sèvre Environnement** (protection de la Sèvre Nantaise)
- **Terre de liens Pays de la Loire** (soutien à l'installation de paysans bio locaux)



## **Nos magasins sont animés et conviviaux !**

avec la présence de producteurs, des expo-ventes, des dégustations, des recettes, des rendez-vous cuisine et naturopathie, des conférences...



## **Vous bénéficiez de conseils personnalisés dans tous les rayons**

Nos équipes sont formées par des professionnels experts dans leur domaine.

# L'ÉCOLOGIE COMME PRIORITÉ

## Biocoop Cholet s'impose des pratiques écologiques et humaines

**Nous trions tous les déchets de nos magasins :** cartons & plastiques récupérés par le réseau pour recyclage, compostage des matières organiques...

**Nous n'avons pas d'enseigne lumineuse** qui brille inutilement la nuit.

**Nous ne distribuons pas de sacs plastiques.**

**Nous n'envoyons pas de tracts papier en boîte aux lettres.**

**Notre fournisseur d'électricité est la coopérative citoyenne Enercoop** (électricité uniquement issue d'énergies renouvelables), et nous produisons notre propre électricité avec les panneaux photovoltaïques du toit du magasin nord.

**Notre politique salariale** veille à des écarts de rémunération réglementés, pour un partage équitable entre dirigeants et salariés d'un même magasin.

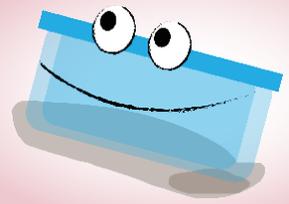
**Nous soignons nos relations humaines internes** avec des réunions régulières pour travailler chaque jour en coopération et apprendre à pratiquer la démocratie. Ces réunions se vivent à tous les niveaux : salariés et dirigeants, mais aussi entre magasins, au niveau local, régional, et national.

**Biocoop Cholet est une SCOP :** c'est un statut coopératif démocratique et indépendant (Société COopérative Participative)

L'enseigne nationale Biocoop n'est pas une franchise, c'est une **coopérative à 4 collègues qui intègrent les producteurs** (les 17 partenaires de la section agricole), **les magasins, les salariés, et les consommateurs**: La gouvernance intègre tous les intérêts des différents acteurs de notre filière bio.

**ACHETER, C'EST VOTER !**  
Et vous, pour quel monde votez-vous ?

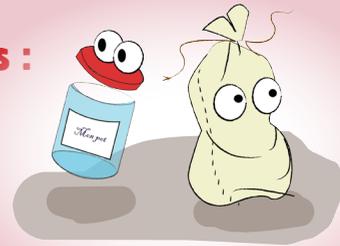
# BONNES PRATIQUES EN MAGASIN



## RAPPORTER SES CONTENANTS ... MAIS PAS N'IMPORTE LESQUELS !

**Pour réduire les déchets, nous vous encourageons à rapporter vos contenants :**

- **boîtes verre ou plastique** pour la boucherie-charcuterie, les rayons traiteur et fromages,
- **sacs** pour le rayon fruits & légumes et le pain,
- **bocaux, boîtes ou sacs** pour le rayon vrac.



**La loi précise néanmoins quelques points importants pour garantir une bonne hygiène de cette pratique :**

- 1** Les contenants doivent être **propres, secs, et en bon état**. Pour votre sécurité, **nous pouvons être amenés à les refuser en cas de doute**, car nous ne pouvons pas prendre de risque de contaminations.
- 2** Chez vous, veillez à ce qu'ils soient **stockés à l'abri de contaminations diverses** (poussières, moisissures, produits chimiques, résidus, insectes...)
- 3** **Adaptez le contenant à la denrée qu'il contient** (pas de sac coton pour un produit gras ou collant de sucre par exemple)

**Ensuite, d'autres précisions sont données en fonction du type de contenant :**

- **tous les contenants en verre sont aptes au contact alimentaire** ; ils doivent pouvoir être fermés correctement
- **Important** : les boîtes plastiques doivent être déclarées aptes au contact alimentaire: **le pictogramme «verre & fourchette» doit y figurer.**



- **Attention, nous ne pouvons accepter les emballages ayant déjà contenu des denrées pré-emballées**  
(pots de fromage blancs, barquettes de plats cuisinés, etc...)  
car ils ne sont pas déclarés conformes pour toutes les denrées !  
mais seulement pour celle qu'ils contenaient initialement.

- les sacs tissus et papier ne font l'objet d'aucune loi pour le moment.  
Néanmoins, nous vous invitons à **contrôler leur propreté** et à les réserver toujours au même usage.

## Dispositions particulières

- **lessiviels en vrac** : la loi oblige à ré-utiliser le flacon initial correspondant au produit souhaité

- **huiles & vins** : nous n'acceptons que les bouteilles en verre distribuées par Biocoop car elles seules s'adaptent au distributeur.

- **miel en vrac** : pour des questions pratiques (remplissage facile), nous vous conseillons d'utiliser le pot que nous proposons.

## BON À SAVOIR

Tous les contenants distribués par Biocoop (bocaux, boîtes et sacs) sont garantis aptes au contact alimentaire



## PRÉVENTION

## ENTRETIEN DES CONTENANTS

- **Privilégier le lavage en lave-vaisselle** (boîtes et pots) ou en **machine à laver** (sacs tissus) après avoir enlevé les résidus de denrées

- **les contenants en verre peuvent être désinfectés** soit en les portant à ébullition dans l'eau pendant 10 mn, soit en les passant au four à 140° pendant 1/4 d'heure.

*Merci de votre coopération !*

L'ÉVÉNEMENT  
À CHOLET !



Association de consommateurs bio

## REFUSONS QUE NOTRE TERRE DEVienne UNE POUBELLE !

Chaque Français produit 600 kg de déchets par an...

L'homme n'aime pas changer ses habitudes, la preuve, malgré notre envie de réduire nos déchets, nous avons toujours des poubelles ! Pourtant la surconsommation nous conduit droit à la catastrophe.

**Jérémie Pichon**, ce père de famille, convaincu que « *le meilleur déchet est celui qu'on ne crée pas* » a réussi en trois ans, à baisser sa production de déchets **d'une poubelle par mois à un bocal par an !** Et Il vient partager son expérience à Cholet !

Conférence  
débat

### FAMILLE ZÉRO DÉCHET

### JEUDI 5 OCTOBRE À 20H30

Salle Paul Valéry (sous la Mairie de Cholet)

Tarif unique 5€ (sans réservation)



Jérémie Pichon a écrit un guide, que sa femme, Bénédicte Moret, a illustré. Ce livre « *Famille presque zéro déchet* » est disponible à la bibliothèque Prim'vert à Biocoop sud.

EN BREF...

## PRÊT D'UN DÉTECTEUR D'ONDES

Pour se protéger des ondes émises par tous les appareils sans fil, il est nécessaire de les détecter et de les mesurer. **Prim'Vert propose le prêt d'un détecteur d'ondes électromagnétiques léger et maniable avec un document d'explications.**

**Coût du prêt : 10 €** pour trois jours (+ chèque de caution de 150 € remis au retour de l'appareil)

**Contacts :**

Francis Delage 02 41 58 00 12  
Jean René Daoudal 02 41 58 46 85

NOUVEAU





# AGENDA

## - Du 5 septembre au 13 octobre: **FÊTE DES VINS & FROMAGES**

- \* **Soirée dégustation gratuite** vendredi 15 sept à 19h30, au magasin Sud, sur réservation, limitée à 30 personnes.
- \* **Journée de dégustations** dans les trois magasins Samedi 16 sept toute la journée.

## - Du 16 au 23 septembre : **Semaine "MANGER BIO & LOCAL"**

- \* **Projection-débat du film "Secret des champs"** mardi 19 sept à 20h30 au magasin Sud - gratuit. Limité à 40 personnes - Animé par Adrien Froin de Terre de Liens.
- \* **Visite d'une ferme Terre de Liens** à Gorges (près de Clisson) le samedi 23 sept à 10h - gratuit sur réservation. Apéro offert par Biocoop et possibilité de pique-niquer sur place. **Chantier participatif l'après-midi !**
- \* **Animation cuisine 100% bio & locale** samedi 23 sept toute la journée avec Hélène (le matin à l'Ouest, l'après-midi au Nord)

## - **Dimanche 24 septembre : Film "Everest Green" à 14h** Cinémovida Cholet - 4€ - parrainé par Biocoop Cholet

## - **Jeudi 5 octobre à 20h30**

### **Conférence-débat "FAMILLE ZERO DECHET"**

Animée par Jérémie Pichon, tarif 5€ - sans réservation.  
Salle Paul Valéry (sous la mairie de Cholet)  
Organisée par Prim'Vert en partenariat avec Biocoop Cholet