

PRIX: 8.00 CHF



BioConsommActeurs

BULLETIN D'INFORMATION

2/2014



Une sélection parmi les nombreux avantages de l'agriculture biologique

-  Le bio est plus nutritif: Le lait bio contient plus d'acides gras oméga 3, et Les fruits et les légumes bio contiennent plus de substances importantes pour la santé.
-  Le bio est plus sûr: Les légumes-feuilles bio contiennent moins de nitrates, et les produits bio ne contiennent pas de résidus de pesticides. De A à Z, toute la filière bio travaille sans manipulations génétiques.
-  Le bio est cohérent: Les producteurs bio utilisent des semences bio et achètent des bêtes bio. Et cela dès le début de la reconversion qui dure deux ans.
-  Le bio... est vraiment bio: Le bio est protégé par la loi, les entreprises agricoles biologiques sont bien contrôlées, et les entreprises agroalimentaires et commerciales biologique sont transparentes.
-  Les bêtes bio vivent mieux: Toutes les vaches bio mettent au monde leur propre veau, qui boit ensuite du lait bio, les cochons bio ont la queue en tire-bouchon, les bêtes bio ne sont pas dopées.
-  La médecine vétérinaire bio est douce: Quand elles sont malades, les bêtes bio sont soignées avec des produits naturels.
-  Le bio protège les oiseaux et favorise les insectes utiles ainsi que les vers de terre. C'est toute la biodiversité qui y gagne.
-  Le bio soigne le sol: Les sols bio ont une meilleure structure, les vergers et les vignes bio sont toujours verts, les plantes bio croissent dans la terre (pas de hors-sol!)
-  Le bio protège les cours d'eaux, les lacs et les nappes phréatiques. La qualité de l'eau est un bien vital pour tous.
-  Le bio économise l'énergie: L'agriculture biologique est plus efficace, le bio ne dilapide pas de pétrole.
-  Le bio stabilise le climat: Les sols bio capturent plus de CO2 pour le transformer en humus durable, le bio diminue les émissions d'ammoniac, le bio diminue les émissions de gaz à effet de serre.
-  Le bio est social: Le bio diminue les coûts de la santé, forme plus d'apprentis et se révèle valorisant.
-  Les produits Bourgeon (le label de Bio Suisse) sont authentiques: Ils ne contiennent ni colorants ni arômes, et aucun jus de fruits Bourgeon n'est fabriqué avec du concentré.



SOMMAIRE

ÉDITORIAL	page 3
ECOJARDINAGE	page 4
RECETTES	page 8
APICULTURE	page 10
BRÈVES	page 17
VOS PRIVILÈGES	page 20

Muesli pour bien démarrer la journée



Aliments de haute qualité – depuis 2004
exclusivement certifiés Demeter.

VANADIS

ÉDITORIAL

LE POIDS DU REFUS

« On en a marre. » C'est avec ce slogan que 30'000 personnes étaient descendues dans la rue à Berlin vers le milieu de janvier pendant la Semaine Verte. Elles manifestaient pour une agriculture paysanne et plus écologique, mais aussi pour une nourriture de qualité. L'agriculture paysanne, surtout écologique, et la nourriture de qualité n'en ont pas besoin. De quoi ? Des OGM, bien sûr. C'est l'agro-industrie qui en a besoin. Pour asseoir son pouvoir hégémonique et bétonner ses bénéfices ultra-juteux. Nous autres consommateurs, même pas bio et même pas acteurs, on n'en veut pas. Ni des OGM dans les champs et les assiettes, ni des hormones dans la viande, ni des ouvriers agricoles sulfatés par avion dans les cultures qu'ils sarclent ou récoltent, ni de la mort des abeilles, ni de...

Or la mort des abeilles est là – comme le changement climatique. Et c'est la même rengaine pour l'une, pour l'autre et pour les OGM : Tant qu'on n'a pas de preuve scientifique absolument irréfutable on se donne le droit de dormir sur ses deux oreilles et de fermer les yeux sur les moyens et les conséquences de la logique du tout-pour-le-fric. Alors pourquoi s'étonner encore que l'UE décide d'ouvrir toutes grandes ses portes aux OGM tout en laissant aux seuls États membres qui le veulent la liberté et le soin de leur fermer les leurs ? Et c'est comme pour les déchets nucléaires, il est interdit d'interdire le transit sur le sol national...

Alors, faut-il baisser les bras, penser à autre chose et laisser faire puisqu'on semble impuissants ? Bonne question ! Les États européens qui ne veulent pas des OGM n'ont donc – presque – rien pu faire. Soit, mais rien n'est joué ! Car la seule réelle possibilité de bloquer l'émergence ou le développement de tous ces cancers agroalimentaires dont nous ne voulons pas, c'est de ne plus acheter un seul gramme des produits qui font tourner cette machine infernale. Et de parler de notre refus, de ne pas en avoir honte, au contraire ! Il faut le transmettre aux autres et les gagner à notre cause pour qu'elle fasse tache d'huile. La grande victoire de l'hégémonie agro-industrielle serait d'arriver à nous faire croire que nous – moi, vous – sommes bien les seuls à refuser tout ça. Or ce n'est, et de loin, pas le cas. Individuellement comme associativement, rejoignons les autres pour se faire entendre, mais surtout continuons de choisir ce qu'on achète et n'achète pas. Car les commerçants détestent – et donc finissent par refuser – ce qu'ils ne peuvent pas vendre. Et ce qui ne peut pas se vendre finira bien par ne plus être produit.

Manuel Perret, Président

A handwritten signature in black ink.

DES FLEURS POUR LES PLANTES : L'ÉMERGENCE DES ÉLIXIRS

NOUS ALLONS ABORDER UNE SÉRIE D'APPROCHES SUBTILES DES SOINS AUX PLANTES QUI SONT DES EXPÉRIENCES PRATIQUES FAITES SUR PLUSIEURS HECTARES DE CULTURES ENTRE 2004 ET 2013, TANDIS QUE D'AUTRES PRATIQUES ALTERNATIVES SONT EN COURS D'ESSAI DANS LE CADRE DE LA FONDATION ÉCOJARDINAGE. BIEN QUE PRIS DANS UN ORDRE PRESQUE INVERSE AUX EXPÉRIMENTATIONS, IL ME SEMBLE INTÉRESSANT DE VOUS PROPOSER CE QUI ME PARAÎT LE PLUS ÉQUILIBRANT ET LE PLUS SIMPLE À METTRE EN PLACE.

Des fleurs de Bach aux élixirs de plantes pour vos jardins.

Les élixirs floraux sont nés de l'intuition d'un scientifique, le médecin Edward Bach. À la recherche d'une médecine simple et accessible



à tous, habité par la conscience qu'il faut comprendre l'être humain dans sa globalité (aspects

physiques, émotionnels, psychiques et spirituels) et ne pas s'arrêter uniquement sur les symptômes d'une maladie, il va chercher des réponses dans la nature des fleurs et l'énergie du soleil. Il va ainsi découvrir que les propriétés des fleurs peuvent permettre de rééquilibrer le système émotionnel de l'être humain. Il évoluera progressivement vers un mode de fabrication d'élixirs floraux solarisés, basé sur les principes de l'Alchimie. Il créera une gamme de 38 élixirs au début des années 1930, aujourd'hui connus sous l'appellation « fleurs de Bach » et dont beaucoup d'entre vous ont certainement déjà pu ressentir les effets. Nous allons aborder maintenant la transposition de ce concept au monde du jardinage.

Nos observations dans la pratique

En juillet 2009, suite à une forte grêle, les récoltes étant détruites sur nos parcelles expérimentales, j'ai choisi de finir la saison en protégeant les plantes uniquement avec des élixirs floraux de la région, que j'avais déjà préparés les années précédentes. Le choix s'est porté sur un assemblage de 9 plantes qui a été appliqué à 5 reprises jusqu'à la fin de la saison.

Les résultats ? À couper le souffle ! J'ai vu du mycélium de mildiou (un champignon qui attaque les plantes) sur des feuilles avant l'application, puis plus rien le lendemain matin ! Impressionné, j'ai décidé de faire toute la saison 2010 sur plus de 3 hectares uniquement avec des élixirs afin de pouvoir observer dans différentes conditions les pouvoirs de cette eau.

Dans les cultures et les jardins, nous avons des centaines voire des milliers d'individus différents, les plantes, il n'est donc pas concevable de penser

à un traitement individualisé. De plus, dans la nature vivante, les manques provoquent des réponses sous forme d'appel, et, si on fournit un buffet d'éléments, chaque individu choisit ce dont il a besoin. C'est pour cela que j'utilise des complexes d'élixirs : il n'y a pas de recette qui dise que l'élixir de telle ou telle plante va guérir tel ou tel problème dans telle ou telle culture... Nous devons absolument, dans ce contexte, sortir de la logique analytique classique pour adopter une approche holistique et intuitive.

Une autre intelligence de la nature fait que, en principe, on trouve ce qui est nécessaire... là sur place, chez nous. J'ai donc choisi de faire uniquement avec ce que je trouve dans la région. Concrètement, chaque fois que je vois une plante qui m'appelle, j'en prépare un élixir au meilleur moment et je le mets dans ma réserve.

En début de saison, ou à la demande, je confectionne un assemblage d'élixirs selon les besoins : le lieu, les cultures, la saison, le jardinier... puis il suffit de le diluer avant l'application et de faire tout ça en conscience, dans le calme et la sérénité. Chacun est capable de le faire s'il est capable de se remettre en question et a envie de se confronter pour évoluer, car on ne peut pas changer son approche des problèmes de son jardin sans se changer soi-même. On parle bien là de coévolution avec ses plantes sur le chemin d'une co-création avec tous les acteurs de son jardin. Pour la réussite de ce genre d'approche, il faut éviter toute adversité, car aussi bien dans le monde végétal qu'animal, une espèce menacée cherche à se reproduire au maximum pour la survie de l'espèce. Exemple... connaissez-vous un jardinier qui se soit débarrassé définitivement des limaces en les coupant en deux ? Et n'oublions pas qu'une simple pensée négative peut déclencher ce processus.

Nous devons imaginer l'agriculture du futur comme une agriculture de la bio-conciliation.

Venons-en maintenant à un peu de pratique...

Élaboration d'un élixir-mère :

Pour fabriquer un élixir floral on procède en deux étapes.

1. obtention de l'élixir-mère par macération solaire de fleurs dans de l'eau,
2. mélange avec de l'alcool de fruit qui sert de conservateur et de vecteur énergétique.



On coupe les fleurs avec un ciseau en les faisant tomber directement à la surface de l'eau sans les toucher avec les doigts. On peut également les recueillir dans un bol en verre et les déposer ensuite sur l'eau. Le récipient avec les fleurs à la surface restera au soleil pendant plusieurs heures dans son milieu naturel. Il faut choisir une journée « fleur » ensoleillée pour réaliser les élixirs. C'est le soleil, en traversant les fleurs, qui informe l'eau. Il est important de réaliser les

élixirs au moment du pic de floraison et dans un environnement non pollué.

Une fois l'élixir-mère obtenu de cette manière, on en retire les fleurs puis on le mélange à part égale à de l'alcool de fruit à 40-45° qui sert de conservateur et de vecteur énergétique.

La préparation d'un élixir floral est un processus vivant et dynamique. De nombreux facteurs entrent en ligne de compte lors de la préparation d'un élixir floral :

- Le choix du lieu et des plantes, dans un environnement pur et non pollué, avec des fleurs qui sont au pic de la floraison, c.-à-d. qui atteignent leur épanouissement optimum.
- Le choix du jour et du moment, en tenant compte des influences cosmiques et environnementales qui se répercutent sur les propriétés des plantes.
- La qualité du matériel servant de support à la préparation et la pureté de l'eau de source utilisée.
- Le préparateur qui élabore et dynamise l'élixir floral. Par sa connaissance des éléments, par sa compréhension des énergies subtiles mises en œuvre, il est le catalyseur qui favorise le transfert du message essentiel de la plante à l'élixir floral.

Matériel

- Bol en cristal ou en verre (« sans plomb », il est dit que c'est préférable)
- Ciseau
- Eau pure (source)
- Fleurs
- Passoire
- Entonnoir
- Bouteilles bien propres, voire stériles
- Alcool de fruits bio à 40-45°

Les élixirs ne sont pas des médicaments ou des produits de traitement, ils ne contiennent pas d'agents physiques : il n'y a pas de risque de surdosage ou d'effets perturbants pour les plantes.

Utilisation

Je commence par répéter ici que nous ne pouvons pas avoir la prétention de connaître précisément toutes les sources de dysfonctionnement, surtout pour un jardin qui comporte une très grande quantité de plantes et d'espèces, et que c'est pour cela que le meilleur moyen est d'utiliser des complexes (c.-à-d. des mélanges) d'un grand nombre d'élixirs.

En agriculture et en jardinage, je n'utilise que des élixirs-mères (les élixirs qu'on achète sont dilués 120 fois).

Je ne fais la dilution que les jours qui précèdent l'application, que je propose uniquement en pulvérisation fine et en dilution très faible, soit environ 1/1200ème.

Toutes vos expériences nous intéressent (profitez de l'agenda pratique d'Écojardinage pour y inscrire jour après jour vos actes et observations).
Merci !

Pierre-Alain Indermühle, Écojardinage

Pour aller plus loin
Référence pour l'interprétation mentale des élixirs :
Les élixirs floraux européens –
Guide d'utilisation de Philippe Deroide
Édition Le Souffle D'Or, www.souffledor.fr
ISBN 978-2-84058-306-6



3 saveurs à déguster:
Nature, citron & orange

« Alternative aux sodas classiques, **BIONEÓ** satisfait les envies de désaltération, de **pétillance naturelle** et offre à toute la famille **les bienfaits de ses plantes** »

Son originalité découle de l'assemblage **subtile de plantes Aromatiques** (dont cannelle, fenouil, tilleul,...), d'essences naturelles, de **miel et de sucre de canne** ainsi que du meilleur des fruits tous issus de l'agriculture biologique et sélectionnés pour leurs saveurs et leurs vertus.

Formats disponibles :
PET 150 cl, Canette 33 cl & pack 6x33 cl

- Extraits de plantes
- Source naturelle d'antioxydants et polyphénols
- Eau de source naturelle
- Sucres naturels



Sur **PRÉSENTATION** de ce **COUPON**, une **CANETTE 33 cl** de **BIONEÓ** vous sera **OFFERTE** en magasin **BIO**. Saveur au choix (nature, citron ou orange). Un seul coupon par personne accepté, dans la limite des stocks disponibles.

JUS DÉTOX VERT AUX FINES HERBES

RÉALISÉ EN UN CLIN D'ŒIL ET DÉLICIEUX, CE JUS DÉTOX VERT EST UN RÉGAL GUSTATIF.

On ne présentera pas toutes les vertus du jus de citron, on se limitera à rappeler les suivantes : sa richesse en vitamine C (fragile, donc il faut consommer le jus dès qu'il est pressé) ainsi que la présence de potassium et de calcium pour les crampes, la fatigue, la déminéralisation osseuse.

Pas d'amaigrissement possible sans vitamine C. En effet, l'association de la vitamine C est indispensable pour déclencher une perte de poids. Le citron est un drainant qui permet de diminuer la rétention d'eau. Cette eau est alors éliminée grâce à l'action diurétique du jus d'asperge, qui a également pour effet d'aider la désintégration de l'acide oxalique dans les reins et à travers tout

le système musculaire.

L'asperge est un légume champion pour la détox en profondeur de l'organisme car elle contient également un détoxifiant naturel, le glutathion. Le glutathion est un antioxydant régénérateur du système immunitaire qui capte les radicaux libres. Le glutathion est présent dans nos cellules, mais les réserves s'épuisent vite sous l'effet de la pollution et du stress. C'est également un cofacteur qui agit conjointement aux vitamines C et E qui, sans le glutathion, perdent une grande partie de leur efficacité.

L'association citron-asperge est donc bénéfique pour l'organisme, son spectre d'action est large : nettoyeur, amaigrissant, basique, anti-radicalaire. Attention d'en consommer avec modération : un jus par jour ! A jeun et à une demi-heure de la prochaine prise d'alimentation. Une cure printanière typique dure 3 semaines.



Les fines herbes sont très puissantes en jus, donc on n'en rajoute qu'une ou 2 branches. Les fines herbes sont choisies en fonction de leur goût ou de leurs propriétés.

Ingrédients pour 1 personne ou 1,5 dl :

- 1 citron
- 4 asperges
- Herbes du jardin : par exemple choisir entre persil, coriandre, menthe ou tanaïsie

Préparation :

- Presser votre citron à l'aide d'un presse-agrumes.
- Extraire le jus des asperges à l'aide d'un extracteur. Si elles sont très fraîches, pas besoin d'enlever le bas de la tige.
- Extraire les fines herbes, à prendre quelques brindilles !
- Mélanger les 2 jus et boire de suite par petites gorgées bien mâchées !

UN BOL DE GRAINES GERMÉES

OÙ TOUT LE TRAVAIL ACCOMPLI POUR LA GERMINATION DES GRAINES EST COURONNÉ PAR DES SALADES RÉALISÉES EN UN CLIN D'ŒIL.



Frais, croquant sous la dent... ah ! le plaisir de mâcher longuement afin que les arômes ressortent ! Le goût relevé par les graines germées donne à ce plat des envies de reviens-y.

Au menu : Des lentilles, par exemple de type beluga à la belle robe noire, qui germent en 48 heures et qui tiennent une semaine au frais. Des pousses de poireau à la germination délicate qui prend 10 jours. Cet effort se gratifie par une longue conservation des pousses, 10 jours au frais ! On dosera savamment la quantité à ajouter dans la salade car le poireau est très relevé ! La deuxième pousse qui relèvera cette salade est le radis, très facile à faire germer et qui se tient facilement une semaine au frais.

Ingrédients pour 1 personne :

- 1 bol de lentilles germées
- 1 pincée de poireau germé
- 1 pincée de radis germé
- 2 cuillères à café de purée de cacahuète
- 2 cuillères à café de vinaigre de riz Genmai-su
- 4 cuillères à café d'eau
- Une tomate
- Sel

Préparation :

- Préparez vos pousses germées
- Dans un bol, versez la purée de cacahuète, le vinaigre de riz, l'eau et mixez jusqu'à l'obtention d'une sauce. Rajouter de l'eau au besoin. La sauce doit être légèrement liquide, ni trop ni trop peu.
- Rajoutez les pousses germées et mélangez.
- Rajoutez la tomate coupée en petits dés.

Katrin Fabbri, thérapeute et Atelier de cuisine végétarienne vitalité, www.artdevie.ch, cf. privilèges page 24

LES NOUVEAUX DÉFIS DE L'APICULTURE

ALORS QUE L'ON CONSTATE UNE EXTINCTION PRESQUE TOTALE DE L'ABEILLE MELLIFÈRE SAUVAGE, L'APICULTEUR, DEVENU LE GARANT DE LA SURVIE DE L'ESPÈCE, LUTTE ÂPREMENT CONTRE UNE MORTALITÉ DE PLUS EN PLUS ÉLEVÉE DANS SON PROPRE CHEPTEL. QUELQUES PISTES POUR CONTRER CETTE ÉVOLUTION EXTRÊMEMENT PRÉOCCUPANTE.

À une époque récente où les populations d'abeilles sauvages étaient encore nombreuses, l'apiculture pouvait se concentrer sur la production de miel et ainsi élever les seules races économiquement productives. Pour sa part, la nature veillait à assurer l'adaptabilité de l'espèce aux changements environnementaux et donc sa survie à long terme à travers la sélection naturelle.

Aujourd'hui, l'abeille peine clairement à proliférer. On en parle partout. On fait principalement état



des influences de l'agriculture intensive, notamment des pesticides, de la monoculture et des OGM, qui jouent certes un rôle important. En outre, pour de nombreux spécialistes apicoles, les abeilles sont décimées par le varroa, un acarien qui les parasite. Une réalité certes, mais pas suffisante pour expliquer complètement la disparition des populations sauvages.

La disparition de l'abeille mellifère sauvage en Suisse a débuté bien avant l'arrivée du varroa et avant même l'usage irresponsable des pesticides dans l'agriculture et les jardins privés. En effet, la gestion de nos forêts a évolué en vue d'une maximisation de leur valeur économique à court terme d'une part et de leur sécurisation (éviter la chute de branches mortes) d'autre part. En conséquence, les vieux arbres avec des cavités, soit l'habitat naturel des abeilles, en ont pratiquement disparu. Or, sans nichoirs, la prolifération des essaims en liberté, donc leur survie, est préteritiée. Néanmoins, plusieurs colonies d'abeilles en Suisse, recensées et suivies par l'association FreeTheBees, prouvent que la survie et même l'augmentation de la population à travers l'essaimage naturel est encore possible malgré les contaminations multiples.

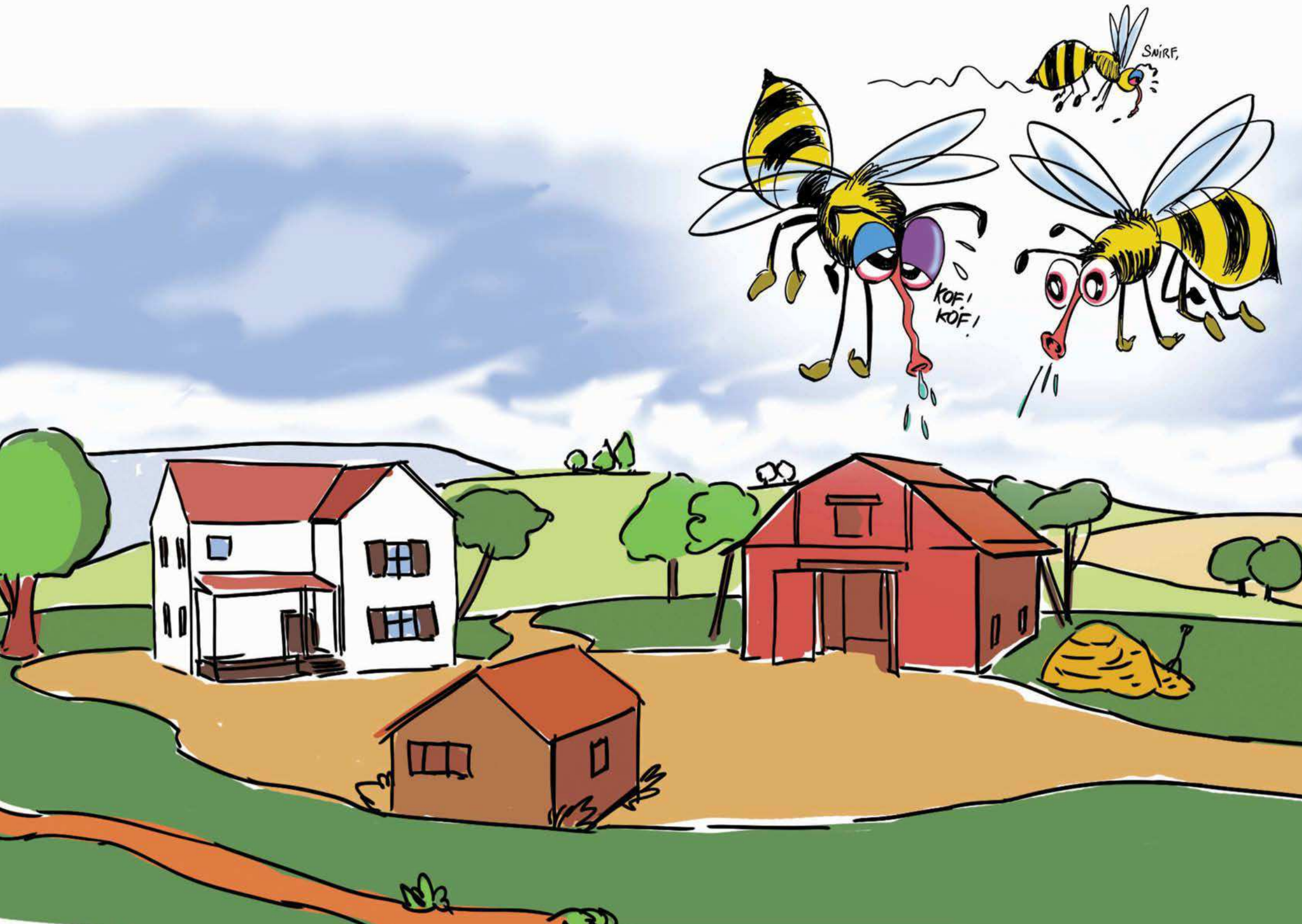
La Suisse s'investit en faveur des frelons, des chauves-souris et des oiseaux par la pose de nichoirs. Elle se réjouit de réussites telles que de la réintroduction du lynx, des castors, du gypaète barbu et de bien d'autres espèces disparues il y a une centaine d'années environ, à peu près en même temps que l'abeille mellifère sauvage, mais la réintroduction de cette dernière n'est étonnamment jamais évoquée.

Et la responsabilité de l'apiculture elle-même est engagée sans qu'on le réalise : en effet, pour augmenter son rendement en miel, l'apiculteur

conventionnel, instruit par les autorités apicoles suisses, pratique une apiculture intensive. Il retarde notamment l'essaimage par la pose de hausses à miel sur les ruchers, il pratique fréquemment la reproduction artificielle (par la création de nucléés) et va parfois jusqu'à enrayer complètement l'essaimage par la découpe des cellules royales dans la colonie. Fait remarquable, l'augmentation de la production de miel par colonie depuis 1940 est supérieure celle du lait produit par vache durant la même période. Ainsi que le démontre clairement la science et de multiples observations dans la nature et auprès d'apiculteurs expérimentaux, le varroa est un symptôme de notre apiculture productive. Il ne pose pas de réel problème à la nature car l'abeille mellifère européenne (*Apis mellifera*) est en mesure de s'y adapter, si on la laisse faire !

Comment répondre alors à ce problème et assumer cette nouvelle responsabilité ?

Le miel est un facteur clé de l'apiculture car, malgré sa faible importance économique, il représente une motivation importante pour sa pratique. Alors que le miel n'est pas indispensable à l'homme, il en va différemment de la pollinisation assurée par les abeilles : près d'un tiers de notre alimentation en dépend directement dans la mesure où une part importante des plantes productives à usage alimentaire en ont besoin pour générer la possibilité de quelque récolte. En vue de produire du miel, l'apiculteur est amené à travailler d'une manière plus ou moins intensive. Il doit donc influencer – voire déranger – les cycles naturels du super-organisme que représente la colonie d'abeilles. Or la pollinisation et la multiplication des abeilles peuvent pour leur part être garanties à travers une apiculture beaucoup plus proche de la nature, soit avec moins de traitements chimiques et moins d'interventions





des apiculteurs (comme le démontrent les résultats obtenus par les membres de FreeTheBees). En réalité, ni l'apiculture productive ni l'apiculture naturelle ne représentent la panacée. L'apiculteur se trouve confronté à un dilemme : soit il superpose une hausse à miel et retarde l'essaimage naturel, soit il laisse essaimer librement et il se trouve face à des colonies (mère, essaim primaire, essaim secondaire) sans provisions suffisantes pour l'hiver, qu'il doit alors nourrir artificiellement.

C'est bien pour cette raison qu'il convient de diversifier l'apiculture. On peut ainsi imaginer poursuivre la production du miel comme on le fait actuellement tout en laissant quelques colonies évoluer plus librement en vue de perpétuer la sélection naturelle.

En suivant le même raisonnement, les traitements contre le varroa sont également à diversifier : les colonies productives peuvent être traitées de manière conventionnelle, soit avec des acides organiques soit sans aucune chimie avec la découpe du couvain selon la méthode du Dr. Ralph Büchler – alors que les colonies qui évoluent plus librement, particulièrement celles qui essaiment, bénéficieront uniquement de

traitements aux huiles essentielles au moment de l'arrêt de la ponte.

Il convient de relever que dans l'apiculture « proche de la nature », telle que définie par FreeTheBees, le taux d'infestation par le varroa reste manifestement inférieur à celui constaté dans l'apiculture conventionnelle : vu que l'on profite de l'essaimage et de l'arrêt de la ponte qui en découle, les varroas régressent déjà fin mai - début juin, soit bien avant le début des traitements usuels ! On n'y atteint ainsi jamais le niveau d'infestation rencontré dans l'apiculture conventionnelle.

Et comment assurer la durabilité de l'apiculture ? L'apiculture est très exigeante sans être nécessairement rentable. Elle requiert des investissements importants alors même que le revenu horaire dans la profession oscille entre -1.50 et +7.80 francs. Pratiquement personne ne peut aujourd'hui prétendre vivre dans notre pays de cette seule activité.

L'apiculture est donc le fait de passionnés, souvent bénévoles, avec pour conséquence un important risque d'extinction dans le cadre de l'évolution de notre société qui voit d'une part les loisirs se

multiplier et, d'autre part, l'attrait du profit à court terme s'imposer comme règle.

Pour atteindre un nouvel objectif de diversification du cheptel des abeilles, mais aussi pour rendre le résultat de la vente de miel un peu plus équitable, c.-à-d. plus favorable à l'apiculteur, les organisations VitaVerDura et FreeTheBees se sont unies en vue de lancer un nouveau label écologique, « ApiVita ».

Les labels biologiques existent déjà et ils sont surtout liés à la qualité du miel pour le consommateur. Le nouveau label écologique, pour sa part, prend surtout compte la survie à long terme de l'abeille mellifère et la perpétuation de son évolution naturelle. Le label se combine volontiers avec les autres labels déjà existants.

Il s'agit d'un projet pilote auquel participent déjà plusieurs apiculteurs vaudois et genevois et qui vient d'être lancé (juin 2014). Ses résultats seront analysés en vue de l'affiner puis de l'étendre dès le début de l'année 2015. Il est lié à un parrainage de ruches calculé pour garantir un résultat à l'apiculteur.

Qui est FreeTheBees ?

FreeTheBees souhaite optimiser les facteurs économiques et écologiques de l'apiculture. L'organisation s'intéresse ainsi à la production durable. Le but à long terme est que l'abeille puisse de nouveau vivre librement sans les apiculteurs. Pour ce faire, l'apiculture doit apprendre à respecter les besoins de l'espèce.

Qui est VitaVerDura ?

VitaVerDura est le résultat de l'action de consommateurs de l'arc lémanique qui souhaitent répondre à la problématique du choix de leurs aliments en fonction de critères régionaux effectifs.

Sa plateforme internet permet la diffusion des produits du terroir du producteur au consommateur le plus directement possible de manière à en assurer la traçabilité tout en réduisant les contraintes logistiques à cet égard.

Le programme de parrainage de ruchers

En partenariat avec quelques apiculteurs de la région, VitaVerDura propose à ses consommateurs de sponsoriser une ruche pour une année en versant un montant de 100.00 francs.

Déduction faite des frais administratifs et de livraison à domicile, le montant est remis à l'apiculteur pour garantir la pérennité des ruchers et de leurs habitantes ainsi que pour couvrir les frais liés à l'achat de nouveau matériel ou de nouvelles colonies d'abeilles.

En contrepartie, l'apiculteur

- Remet en fin de saison 1,5 kg de miel à chacun de ses parrains.
- Organise une journée porte ouverte à l'attention de ses parrains dans le but de présenter de manière plus détaillée le métier passionnant d'apiculteur, les ruches en activité et la problématique actuelle liée à la disparition des abeilles.
- S'engage en faveur d'une apiculture raisonnée (extensive) avec pour objectif l'obtention du label « ApiVita » géré par l'Association FreeTheBees.

Pour en savoir plus : www.freethebees.org et www.vitaverdura.ch.



Vitalité Santé

Le pas vers la vitalité et la santé naturellement

Polarity Thérapie

équilibre corps cœur esprit

Massages

ambre et pierres semi-précieuses

Massage Taoïste

Cristallothérapie et réflexologie

Méthode Margaret Morris

cours enfants

Sylviane Buchilly

Thérapeute diplômée - Agréée ASCA

Rue du Pont 22 - 1003 Lausanne

www.vitalitesante.ch

Tel : 077 410 42 82



MASSAGE SONORE ET ENERGÉTIQUE AUX BOLS CHANTANTS PLANÉTAIRES

Libère les tensions émotionnelles et physiques

Régénère et harmonise le corps et l'esprit

Minéraux - Huiles essentielles

Adulte / Enfant / Femme enceinte

Nathalie Michlig + 41 79 271 61 92

Forel/Lavaux

www.rythmelavie.ch



AU FIL DES SAISONS

Vente directe Producteur & Jardinerie
Pépinières, Plantons & Marché Bio
Fleurs, Engrais, Terreaux & Semences

Lundi-Vendredi : 8h-12h et 13h-18h / Samedi : 8h-17h
Route de Denges, 21-23 - Cp76, 1027 Lonay
Tél. 021 804 11 58 - Fax. 021 804 11 57 / www.afds.ch - contact@afds.ch



Votre marché à la ferme livré à votre domicile




www.vitaverdura.ch

Riz doré: Le groupe-cible se regimbe

«Le riz doré n'est pas une solution durable pour la carence en vitamine A», affirme l'activiste philippin Daniel Ocampo sur la plateforme internationale The Ecologist. En tant que Philippin, Ocampo fait en réalité partie du groupe-cible du riz doré qui produit de la vitamine A grâce à une manipulation génétique. De nombreux décideurs continuent de considérer le riz doré comme LA solution à la carence en vitamine A



dans des pays comme les Philippines. Le secrétaire anglais à l'environnement Zac Goldsmith disait par exemple récemment que de nombreux enfants deviendraient aveugles et mourraient parce que les opposants bloquent le riz doré. Ocampo est d'un autre avis: «Le riz doré conduit à une alimentation déséquilibrée centrée sur le riz.» Or la nourriture équilibrée est aussi importante sur bien d'autres plans que la seule vitamine A. «Les aliments riches en provitamine A comme les mangues, les kakis, les patates douces, les courges ou les feuilles de jute ou d'amarante sont très faciles à trouver aux Philippines.» Une alimentation équilibrée et saine peut donc être encouragée bien plus efficacement avec des jardins familiaux et communautaires qu'avec du «riz-vitamine-A». «Notre gouvernement réalise des programmes efficaces et sûrs contre la carence en vitamine A – sans manipulations génétiques. Nous n'avons pas besoin de ce riz

doré. Et les millions de dollars dépensés pour son développement et sa propagation auraient pu être utilisés de manière bien plus efficaces.»
bioactualités

Labelinfo.ch considère que le Bourgeon est un label crédible

La plateforme d'information labelinfo.ch gérée par la Fondation suisse pour la pratique environnementale Pusch a évalué la crédibilité des 145 principaux labels. La crédibilité des labels importants pour le marché suisse est en général bonne, écrit Pusch dans un communiqué. Les labels pour les denrées alimentaires se distinguent de manière générale par une crédibilité plus élevée que les labels du secteur non-food. «Les mentions les plus crédibles reposent sur le Cahier des charges de Bio Suisse ou sur d'autres standards élevés, notamment grâce au système de certification exemplaire auquel elles sont soumises», écrit Pusch. 16 des labels étudiés présentent néanmoins de graves lacunes. Ce «service d'information sur les mentions environnementales et sociales», qui existe depuis 13 ans, fournit des informations indépendantes sur 145 labels. Le centre même de ce site internet maintenant aussi compatible avec les smartphone est l'évaluation de la crédibilité de tous les labels. Labelinfo.ch est soutenu par l'Office fédéral de l'environnement.

bioactualités

Le Bio est bon pour tous!

Admirer les champs de légumes, caresser les animaux de la ferme, voir des espèces rares, découvrir les interactions naturelles ou simplement passer quelques heures en famille dans un autre monde: Cette possibilité exclusive de découvrir la vie de la ferme est proposée de mai à octobre 2014 par une sélection de fermes biologiques suisses. C'est

dans le cadre de la campagne «BON POUR TOUS» que ces fermes Bourgeon ouvrent leurs portes aux personnes intéressées.

En plus de leurs nouvelles expériences et connaissances sur les thèmes de la biodiversité, du bien-être des animaux, de la protection du climat et des ressources, de l'équité et de la rentabilité, tous les visiteurs rentreront à la maison avec une petite surprise. Et tous ceux qui posteront une photo de leur visite de la ferme sur Facebook auront la chance de participer au tirage au sort d'une semaine de wellness bio pour toute la famille. Dates, lieux et autres informations: <http://www.bio-suisse.ch/fr/consommateurs/durabilite/>.

comm. Bio Suisse

Magasin & Shop BIO en ligne

Le Pâtisson

Commande à la quinzaine

Recevez la Newsletter www.patisson.ch

Ruelle du Marché 8A - 1880 Bex

024 463 32 43

BIOCONSOMMATEURS, C'EST AUSSI DE NOMBREUX AVANTAGES PRÈS DE CHEZ VOUS



1^{er} vin bio vaudois

- 3 fois élu Meilleur Vin Bio de Suisse
- 15 vins certifiés Bio / Biodynamiques
- Salle de réception
- Raisin et jus de raisin Bio

20 ans en culture bio

LA CAPITAINE

www.lacapitaine.ch

Le Shop Bio.ch

Magasin en ligne 100% bio et biodynamique

Commandez des produits suisses de proximité
Beaucoup d'exclusivités de petits producteurs

Frais, sain et goûteux !

www.leshopbio.ch

FRIBOURG : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Massonnens, Saveur Bio, Maud Saturnin, Route de la Combetta 2, tél. 026 652 30 34, www.saveurbio.blogspot.com : 10 % sur les huiles essentielles Florame et sur Ecodoo et Douce Nature

FRIBOURG : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Villarepos, Bergerie de Chandossel, Reto Fivian, Chandossel 9, tél./fax 026 675 30 72, www.agneau-bio-lamm.ch : Rabais de 5 % sur les commandes de viande d'agneau

FRIBOURG : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Sorens, Cours de Sophrologie, cours pour mieux vivre, Roger Gogniat, Plan des Marais 34, tél. 026 915 00 94 ou 079 633 76 32, www.sosphren.ch : Séance d'info gratuite + bon de 100.– sur les cours

FRIBOURG : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Estavayer-le-Lac, Borlan Fiduciaire Sàrl, Pierre Alain Gruaz, Chemin du Bel-Air 3, tél. 079 549 83 38 ou 021 887 82 58, gruaborlan@bluewin.ch : Rabais de 10 % sur les comptabilités et les feuilles d'impôt



GENÈVE : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Genève (Petit-Saconnex), Ferme de Budé, Chemin Moïse-Duboule 2, tél. 076 224 82 85, www.ferme-de-bude.ch, Marché à la ferme : Rabais de 5 % sur tout l'assortiment du marché

Meinier, Ferme Jaquet, Marc Jaquet, Route des Carres 17, tél. 022 750 15 22, marc-jaquet@bluewin.ch : Rabais de 20.– sur les cabas de 12 kg de viande de bœuf et de 10 % sur le vin rouge

Meinier, La Touvière, Ferme biologique, Isabelle et Mathias Corthay-Dancel, Route du Carre d'Aval 10, tél. 022 750 00 20, www.touviere.ch : Rabais de 10 % sur les pommes et le jus de pommes

Satigny, Vins, Domaine de la Devinière, Willy Cretegny, Route du Mandement 101, tél. 022 753 22 87 ou 079 626 08 25, www.la-deviniere.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment

GENÈVE : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Joyma, Coiffure et beauté, Rue des Pâquis 10 tél. 022 731 21 21, Rabais 10 % sur la gamme des produits cosmétiques Bio.

GENÈVE : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Carouge, Atelier d'impression Kurz SA, Ch. du Faubourg-de-Cruseilles 17, tél. 022 736 66 03, www.kurz.ch : Rabais de 10 % sur les travaux d'imprimerie avec encres végétales sur papier FSC

VALAIS : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Conthey, Magasin Naturellement Vôtre, Sylvie Sommer, Route des Rottes 26, tél 027 306 18 00, naturellementvotre@romandie.com : Rabais 10 % sur les huiles essentielles et l'aromathérapie

Monthey, La Pomme d'Api, Maxime Knupfer, Avenue de la Gare 12, tél. fax. 024 471 22 54, www.lapom-medapi.ch : Rabais de 10 % sur les huiles essentielles

Sion, Magasin Le Verger Solaire, Suzanne Bétrisey, Place du Midi 39, tél. 027 322 69 36 : Rabais de 3 % sur tout l'assortiment sauf produits frais (fruits, légumes, produits laitiers, etc.) et produits en action

Vétroz, Biofruits SA, Olivier Cordey, Route du Rhône 12, tél. 027 345 39 39, fax 027 345 39 49, www.biofruits.ch : Rabais de 10 % sur les pommes, les poires et les jus de fruits maison



VALAIS : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Choëx, Viande Bio, La Ferme du Nant, Aimé Gay, Route de Choëx 80, tél. 024 471 02 63, www.ferme-du-nant.ch : Rabais de 10 % sauf sur œufs, huile de noix, saucisses sèches et viande séchée

Conthey, Savon Aventure, Gladys Werlen, Route des Industries 1, tél. 079 449 61 49, www.savonaventure.com, Savonnerie certifiée Bio : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment

Miège, Vins, Biocave, Famille Elisabeth et René Güntert-Schindler, Ancienne route Sierre 17, tél. 027 455 83 21, www.biocave.ch : Rabais de 10 % sur les vins et le jus de raisin achetés à la cave

Pont-de-la-Morge, Les Simples, Isabelle Gabioud, Rue de la Temporie 4 (2ème étage), Veuillez téléphoner avant de venir au 079 723 32 36, www.lessimples.ch : Rabais de 10 % sur les sirops

Riddes, Maître-Maraîcher bio, Lionel Favre, Route des Fruits, Zone industrielle d'Écône, tél. 027 306 92 34 ou 079 441 63 88, www.bio-valais.ch : Rabais de 10 % sur les fruits et légumes en vente directe

Susten, ValNature, Felix Küchler, Waldstrasse 26, tél. 027 473 22 43 ou 079 752 41 10 : Rabais de 10 % sur tout les produits au verjus, www.verjusbio.ch, indiquer le code de remise suivant : bioconsom

VALAIS : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Monthey, Pousse Nature (jardins bio), tél. 024 472 28 83, www.poussenature.ch : Rabais de 10 % sur les aménagements bio, les traitements bio et le coaching, rabais de 10 à 200.– sur les cours



VAUD : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Bex, Magasin Le Pâtisson, Ruelle du Marché 8A, J.-L. et A.-F. Nanchen, tél. 024 463 32 43, www.patisson.ch, légumes, fruits issus de notre production : Rabais de 5 % sur yaourt sojate bio

Echallens, Magasin MBIO, A & M. Baeriswyl, Route d'Yverdon 2, tél. 021 881 38 04, www.suisse4bio.ch, Produits bio, diététiques, sans gluten et du terroir : Rabais général de 2 %

Lausanne, Boutique Quintessence, Cosmétiques Bio et 100 % naturels, Jean-Pierre Hennard, Rue de Bourg 11, tél./fax : 021 312 33 01 (fermé le lundi) : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment

Lausanne, Chougarou bio-éco-design pour les enfants de 0 à 4 ans, Rue de la Grotte 8, tél. 076 512 50 58, www.chougarou.com : Rabais de 10 % sur la boutique en ligne, code : ChouBio2012

Lausanne, Magasin Topinambour, produits biologiques, Avenue William-Fraisse 9, tél. 021 616 37 42 : Rabais de 10 % sur l'assortiment « Azienda San Martino »

Lausanne, Morges, Pharmacies Populaires, www.pharmapop.ch : Rabais de 10 % sur tous les produits bio et naturels

Lausanne, Magasin Meveha, Avenue de France 48, tél. 021 624 67 55, www.meveha.com info@meveha.com Rabais 10% sur la gamme de nos produits

Lausanne, Pharmacie Sen'Su, Rue St-Pierre 4, tél. 021 331 29 00, www.sensu.ch : Rabais de 10 % sur les préparations Sen'Su et le département « Superfood » y. c. les spécialités protéinées Sen'Su

Le Mont-sur-Lausanne, Marché du Grand Mont, Route du Grand-Mont 16, tél. 021 653 24 49, marchedugrandmont@bluewin.ch : Rabais de 5 % sur l'assortiment BIO sauf produits laitiers

Lonay, Au fil des Saisons, jardinerie, producteur : Légumes, fruits, plantons, terreaux, engrais bio, graines. Route de Denges 21-23, tél. 021 804 11 58, www.afds.ch : Rabais de 3 % sur tout l'assortiment

Mollie-Margot, Magasin « Arpège » de l'association La Branche, Chemin de la Branche 32, tél. 021 612 41 30, www.labranche.ch : Rabais permanent de 10 % sur l'assortiment, horaires sur internet

Morges, Espace Renaissance, Rue de Couvaloup 18, tél. 021 802 37 23, www.espace-renaissance.com : Rabais de 10 % sur l'assortiment et les soins esthétiques, code internet: BIOCONSO13

Morges, Magasin Laurent&Magalie, Rue Louis de Savoie 54 1110 Morges, tél. 021 801 08 22 www.laurentetmagalie.ch Rabais de 2% sur tout l'assortiment du magasin.

Nyon, votre espace bio et naturel, Lilly's Green Market, Rue neuve 7 tél. 022 362 39 83, Lilly's www.facebook.com/lillysgreenmarket .Rabais 10% sur tout l'assortiment

Romainmôtier, Atelier de La Baleine, literie bio, Evelyne De Icco, Rue du Pont Couvert 14, tél. 024 453 30 29 ou 079 311 07 24, www.atelierdelabaleine.com : 10 % sur les coussins et 5 % sur les matelas

Romanel-sur-Lausanne, Le supermarché BIO « MagBio », Route de Neuchâtel 2, tél. 021 729 00 56, www.magbio.ch : Rabais permanent de 10 % sur la plus grande partie de l'assortiment

Villeneuve, La P'tite Boutique du Bien-Être, Grand-Rue 11, tél. 021 922 38 38 : Rabais de 5 % sur l'assortiment dans la boutique et sur le site www.ruffbio.ch

Yverdon, Diététique-Santé, Rue du lac 1, et Droguerie-Herboristerie, Rue du Milieu 2, Marianne Schwab-Hofer, tél. 024 425 13 34, www.droguerie-dietetique.ch : Rabais de 3 % sur leurs assortiments

Yverdon, Epicerie Diététique, Rue de la Plaine 54, Françoise Lopez tél. 024 425 30 73 : Rabais de 3% sur l'assortiment.

VAUD : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Ballens, Marché des Biolettes, Gilles et Pascale Roch, Chemin de la Prélaz, tél. 021 809 56 29, marche-desbiolettes@hotmail.com, marché au domaine le jeudi de 16h30 à 19h00 : Rabais de 10 %

Begnins, Vins, Domaine La Capitaine, Reynald Parmelin, En Marcins, tél. 022 366 08 46, www.lacapitaine.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment (pas cumulable avec d'autres rabais)

Bonvillars, Domaine de la Coudre, Frank Siffert, Rue des Juifs 10, tél. 079 210 75 41, fax. 024 436 14 73, www.coudre.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment

Froideville, Au Coin Gourmand, Glaces Bio, Thierry Niederhauser, Derrière la ville 6, tél. 079 519 95 64 : Rabais de 5 %, liste des glaces par courriel : tniederhauser@sunrise.ch

Montherod, La Ferme de l'Aronia, Jean-Luc Tschabold, Route de la Chaussée 3, tél. 021 802 53 66 ou 079 352 62 93, www.aronia-bio.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment

Pomy, La Ferme des Terres Rouges, Caroline et Fabien Thubert-Richardet, Terres Rouges 1 tél. 078 678 40 35, www.ferme-des-terre-rouges.ch Rabais 5% sur pain, farine, pâtes, huile de colza.

VAUD : RESTAURANTS ET TRAITEURS BIO

Belmont sur Lausanne, Traiteur Bio, Hélène Pinto-Lischer Rte de la Métraude 8, tél. 079 752 34 29, www.traiteur-bio.ch, hpl@traiteur-bio.ch Offert avec une commande d'apéritifs : cake aux carottes

Lausanne, Ozimi : la nature à l'emporter ou à savourer sur place, Rue de Bourg 16-18, tél. 021 311 02 20, horaires : voir sur le site www.ozimi.ch : du 01.05 au 01.09, un sirop bio offert pour un repas.

VAUD : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Assens, Naturopathie Fleur de Vie, Isabelle Sutherland, Route du Jura 1, tél. 079 261 51 01, www.natu-rofleurdevie.ch/index.html : Rabais de 10 % premier rendez-vous (bilan santé)

Bex, Art-Thérapeute, Atelier « Ô PAS SAGE », agrégation ASCA et RME, Nicole Uldry, Chemin des Valentines 25, tél. 079 639 56 71 : Première séance d'une heure offerte

Bussigny, Le désir d'être, Thérapeute-Consultante, agrégation ASCA, Olivia Bessaud, Rue de Lausanne 42b, tél. 079 685 32 29, www.desirdetre.ch : Rabais de 10 % sur les thérapies

Chapelle-sur-Moudon, Nutrition, coaching de vie et séminaires, Nathalie Laffaire-Ischer, Nutritionniste ASCA, tél. 078 676 45 47, nathalie.laffaire-ischer@dc-formation.ch : 1 h de coaching offerte,

Cheseaux-sur-Lausanne, Art de Vie, Katrin Fabbri, Thérapeute diplômée, Chemin de Sorécot 23, tél. 079 332 38 09, www.artdevie.ch : Rabais de 10 % sur les cours de cuisine saine et les thérapies

Cheseaux-sur-Lausanne, Ortho-Bionomy®, agrégation ASCA, Natalie Klay, Ch. de Bellevue 1, tél. 021 731 50 94, www.ortho-bionomy-ch.ch : Rabais de 20 % (sauf si remboursé par l'assurance maladie)

Combremont-le-Petit, Coream, massage et réflexologie, agrégation ASCA et RME, Jocelyne Monnerat, rte de Lucens 6, tél. 026 666 11 40 www.coream.ch Rabais de 40.– sur la première séance

Crissier, Chromothérapie couleur et conscience, www.cadodelavie.ch, Cendrine Fuchs, tél. 079 488 39 09, Rabais : 10% sur cours Chromot. Et 10% sur séances.

Cossonay, Nature et Médecine – Thérapie florale, agrégation ASCA, Isaline Prêtre, Dipl. méd., Rue du Temple 8, tél. 076 396 04 17, www.nature-et-medecine.ch : Rabais de 10 % (sauf si rabais famille)

Cottens, Hydrothérapie du côlon, Nutrition Holistique, Denise Kruger Fantoli, tél. 079 371 39 43, www.nutrition-holistique.ch : Rabais de 20.– sur la 1ère séance d'hydrothérapie ou sur un bilan GAPS

Épalinges, La Trame thérapeutique, Françoise Vermot, Praticienne diplômée, Le Grand Chemin 88, tél. 021 544 40 40, www.la-trame.com : Rabais permanent de 10 % sur les consultations

Forel/Lavaux, Massages Sonores aux Bols chantants, Nathalie Michlig, Route de Lausanne 2, tél. 079 271 61 92, rythmelavie@bluewin.ch : Rabais de 30.– sur le 1er massage de 30 minutes, puis de 10 %

Gland, Nutrition/Diététique – Hygiène vitale – Spagyrie, Cristel Genevaz, Rue du Perron 2B et Rue des Alpes 8, tél. 079 510 70 55, www.cristelsante.com : Rabais de 15 % sur les consultations

Lausanne, Animalement Vôtre by Evelyne Akribas, Soins énergétiques pour animaux à domicile, tél. 021 320 53 53, www.animalement-votre.ch : Rabais de 25.– sur la 1ère séance et 1 élixir floral offert

Lausanne, Coaching Nutrition et Cuisine Végétarienne, Birgit Boislard, Chemin des Avelines 7, tél. 079 368 62 01 : Rabais de 10 % sur les cours selon le programme sur www.coach-nutrition.ch

Lausanne, Esprit Zen, agrégation ASCA, Céline Maquelin, Rue Marterey 36, tél. 021 647 52 21 ou 079 699 05 38, www.espritzen.net : Rabais de 20.– sur la première séance

Lausanne, Kinergetix, cabinet de Kinésiologie, Matrix Energetics, agrégation ASCA, Laurent Gheller, Rue de Mauborget 1, tél. 079 929 19 40, www.kinergetix.ch : Rabais de 50 % sur la 1ère séance

Lausanne, Polarity Thérapie, Massages Sylviane Buchilly, dipl. Agrée ASCA Rue du Pont 22, tél 077 410 42 82 www.vitalitesante.ch Rabais 20% sur la 1ère séance de Polarité, 10% sur les suivantes et 20% massages aux cristaux ou l'ambre. (sauf si remboursé par l'assurance).

Orges, Institut Relax, Claude Resin, homéopathe et phytothérapeute, tél. 024 445 17 75, clresin@bluewin.ch : Rabais de 5 % sur tous les produits bio Santarome + conseils gratuits

Préverenges, Jam-géobiologie, Laurence Gendret, Route de Genève 60 G, tél. 079 821 49 04, www.jam-geobiologie.ch : Rabais de 10 %

Prilly, Massages, Diana Demierre, Chemin de Perréaz 45, tél. 078 687 98 61, diana.demierre@bluewin.ch : Rabais de Fr 50.– sur la première séance (tarif de base : 100.– pour 1 h)

Vuarrens Massages, drainage et réflexologie, agrégation ASCA et RME, Nathalie Perret, Ch. Champ du Clos 12, tél. 021 887 89 75 : Rabais de 10 % sur tous les massages et soins pas remboursés

Yverdon et Lausanne, Massothérapeute diplômée, agrégation ASCA, Sandrine Jaquet, tél. 079 887 62 16, www.massage-ekilibre.ch : Rabais de 30.– sur la première séance (sauf si pris par l'assurance)

Yverdon, Réflexologie Aromajik, agréée ASCA, Martina Lavanchy, Rue du Lac 25, tél. 076 582 26 83 www.aromajik.ch : Rab.10 % sur massages et soins pas remboursés , 5% sur préparation huiles essentiels

VAUD : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Bex, Fondation Ecojardinage, Route de la Pâtissière 2, tél. 021 463 14 86 : Rabais de 5 % sur les cours, accès au site www.ecojardinage.ch avec un niveau 1 intranet pour des informations en plus

Bournens, Fermexplore, Loisirs et découvertes à la ferme, tél. 079 330 58 11, www.fermexplore.ch : Rabais de 10 % sur les visites accompagnées et les ateliers pour les enfants

Paudex, GreenCars-Rental Voiture location, Votre location écologique et fun, tél.021 558 67 96 www.greencars-rental.ch , info@greencars-rental.ch 10% rabais sur tarifs dès 1 jour location 20% rabais dès 2 jours location

Pompaples, Meige Matériaux, Route de St-Loup 1, tél. 021 866 60 32, www.meige.ch : Rabais de 10 % sur les peintures à l'huile de lin Biofa & Aquamarijn, sur les sols en liège et le linoléum Ziro

ROMANDIE / INTERNET

Champagne Bio et 100 % naturel, Tzvetan Mihaylov, Faubourg de l'Hôpital 27A, 2000 Neuchâtel, tél.032 721 34 35, www.vin-import.ch : Rabais de 5 % sur l'assortiment de notre boutique en ligne

LeShopbio.ch, La Pâtissière, 1880 Bex, tél 024 463 14 86, www.leshopbio.ch, Épicerie bio en ligne, légumes bio et biodynamiques : 10 % de rabais, non cumulable avec rabais de quantité

Nutrition, coaching de vie et séminaires, Nathalie Laffaire-Ischer, Nutritionniste ASCA, tél. 078 676 45 47, nathalie.laffaire-ischer@dc-formation.ch : 1 h de coaching offerte, 50 % sur les séminaires 2013

Votre boutique Bio en Ligne, NATECO shop SA, 2800 Délémont, tél. 032 423 33 15, www.natecoshop.ch : Rabais de 10 % sur les commandes effectuées en ligne, non cumulable



Pharmacies Populaires

Votre santé au meilleur prix!

Rue de l'Ale 40
Lausanne

Tél. 021 312 35 73

Bd de Grancy
Lausanne

Tél. 021 616 38 62

Av. d'Echallens 61
Lausanne

Tél. 021 624 08 70

Rte d'Oron 4
Lausanne

Tél. 021 652 48 70

Grand-Rue 100
Morges

Tél. 021 801 27 34

10% de rabais sur tous les produits bio et 10% de rabais sur tous les produits naturels sur présentation de votre carte de membre

www.pharmapop.ch

BULLETIN D'INFORMATION DE L'ASSOCIATION BIOCONSOMMACTEURS

6ème année

Parution quatre fois par année

Tirage

1'000 exemplaires

Distribution

Aux membres de l'Association et à ses partenaires

Éditeur

Association BioConsommActeurs, Boîte postale n° 8, Route d'Yverdon 2C, 1417 Essertines-sur-Yverdon, tél. 024 435 10 61, fax 024 435 10 63, courriel info@bioconsommacteurs.ch

Rédaction

Manuel Perret

Graphisme

Alain Perret

Illustrations

Xavier Grand

Impression

Atelier d'impression Kurz SA, Ch. Faubourg-de-Cruseilles 17, 1227 Carouge

Ce bulletin est imprimé sur papier Satimat Green bénéficiant de la certification Ecolabel européen (60 % de fibres de vieux papier et 40 % de cellulose FSC) avec des encres végétales (pour en savoir plus, cf. notre bulletin n° 4/2010).

Publicité

Daniel Jaccard, Association BioConsommActeurs, Boîte postale n° 8, Route d'Yverdon 2C, 1417 Essertines-sur-Yverdon, tél. 079 427 42 69, fax 024 435 10 63, courriel info@bioconsommacteurs.ch

Association BioConsommacteurs • Boîte postale n° 8, Route d'Yverdon 2C, 1417 Essertines-sur-Yverdon
Téléphone + 41 24 435 10 61 - Fax + 41 24 435 10 63 - ccp 17-599827-1 - info@bioconsommacteurs.ch
www.bioconsommacteurs.ch

NOUVEAU

Bionéo

**BUVEZ BIONÉO
LE SODA BIO
100% NATUREL**

CERTIFIÉ
AB
AGRICULTURE
BIOLOGIQUE





Toutes les infos sur www.bioneo.eu



Bâtir, transformer, rénover, décorer...

Laissez-vous inspirer par la nature pour vous créer un habitat vivant à votre mesure.

MEIGE matériaux commercialise des matériaux de construction renouvelables et offre un conseil personnalisé aux artisans, architectes et particuliers désireux de construire ou rénover de manière durable et respectueuse de l'environnement.

