

PRIX: 8.00 CHF



BioConsommActeurs

BULLETIN D'INFORMATION

2/2013



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

JARDINAGE BIO

NUTRITION

BRÈVES

VOS PRIVILÈGES

INTERNET

page 3

page 4

page 6

page 8

page 12

page 22



Ferme du Château
1040 St-Barthélemy



Café - Restaurant – Boulangerie

Pain Bio avec les farines de l'exploitation
Ouvert tous les jours sauf lundi de 08h00 à 18h
Restauration, assiette du jour, petite carte
Sur réservation Brunch 021 886 02 33
Parc animalier, jeux pour enfants



EDITORIAL

Quand l'été piétine et que la politique s'emballe

Dans le dernier numéro, nous avons parié sur une arrivée normale du printemps et de l'été. Rien de cela, presque tout est en retard et a eu du mal à pousser... ou n'a même pas pu être semé ou planté. L'été est plus que timide, les pluies sont très fréquentes, les jours de beau temps trop rares, les températures restent plus que moyennes, et même la grêle s'en mêle. L'agriculture en souffre, nos jardins aussi.

On trouvera dans ce numéro des indications précieuses sur les possibilités de renforcer et de stimuler les plantes avec des moyens tout à fait naturels comme l'infusion ou le purin d'ortie. Quant à les guérir... pourquoi ne pas utiliser l'homéopathie ? Pas besoin de se lancer à l'aveuglette, le terrain a été déblayé pour nous par des gens comme Christiane Maute (cf. p. 9).

doüés pour nous étonner. Qu'on en juge plutôt : Chez nous le Conseil fédéral veut faire passer une législation sur la coexistence des cultures normales et des cultures transgéniques alors que le Parlement vient de voter la prolongation du moratoire sur les OGM et que l'évaluation coûts-bénéfices détaillée qu'il a demandée sur ce sujet à ce même Conseil fédéral ne lui a pas encore été livrée. C'est au mieux de l'incohérence. Mais il est permis d'en douter quand on voit que Monsanto va profiter de l'appui des States pour faire passer par la bande ce qui l'arrange en profitant de l'accord de libre échange qui se prépare entre l'Union européenne et les USA. Restons vigilants, car il s'agit ni plus ni moins de pouvoir sauvegarder notre droit de choisir ce qu'on met dans notre assiette.

Manuel Perret, Président



La politique... ah, la politique ! Les printemps sont très divers. Le nôtre est d'hiver, ailleurs ils sont de fer. Et les politiques sont toujours aussi



TOUTE L'ÉQUIPE DE BIOCONSOMMACTEURS
VOUS SOUHAITE UN TRÈS BEL ÉTÉ!

Le jardin à la sortie de ce long printemps froid et pluvieux

On peut évidemment regarder le verre à moitié vide ! Mais les jardins sont souvent plus optimistes que les humains, mises à part les plantes sensibles au gel que l'on doit protéger dès l'automne. Le jardin en soi ne craint pas le froid. Il est même bon que l'hiver se fasse, et l'eau... c'est la vie ! Pour un jardin naturel avec une terre vivante et un bon humus, l'eau est plus appréciable que la sécheresse. Grâce à l'eau, les processus de vie qui libèrent les éléments nutritifs seront harmonieux et efficaces.

Évidemment on a tous du retard, mais il y avait bien longtemps que l'on n'avait pas eu la chance de voir se remplir les sources ! Et les plantes sont le plus souvent capables de se remettre à bien pousser une fois la chaleur venue, mais on peut les aider... avec des moyens naturels.

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



www.lacapitaine.ch



Mon jardin a souffert, que puis-je faire ?

Pensez à soigner votre terre avant vos plantes ! Commencez par une application d'extraits fermentés tel qu'ortie, consoude et bardane. Le but est de revitaliser et de favoriser le développement de la vie du sol.

Ensuite, souvenez-vous qu'il est important de ne pas travailler une terre mouillée. De plus, la nature est vivante, elle expire le matin et inspire le soir. Aussi, binez votre jardin le matin, pour évaporer de l'eau quand il y en a trop, et le soir en période sèche.

En période difficile et stressante pour le jardin, une pratique biodynamique reconnue est de pulvériser un peu de valériane sur les plantes. Puis, pour les booster, afin de rattraper un peu le retard, une application de purin d'ortie sera bienvenue !

Les secrets de l'ortie

Un bon fumier de vache devrait être la base de tout bon compost équilibré ; il apporte l'élément animal. D'autres fumiers peuvent également être incorporés, tels les fumiers «chauds» (volaille, chevaux, moutons, chèvre), idéaux pour équilibrer les sols argileux, lourds et froids, ou les fumiers «froids» (bovins, canards, porcs), idéaux pour équilibrer les sols secs, sableux ou trop ensoleillés.

L'ortie est très importante en jardinage biologique, car elle fortifie et stimule la flore microbienne du sol et la végétation (amélioration de la fonction chlorophyllienne).

Bon activateur de compost, l'ortie favorise la décomposition des matières organiques.

Répançue sur le sol en couche épaisse (entre 5 et 10 cm), elle constitue un excellent mulch. Enfouir une poignée d'ortie dans le trou de plantation des solanacées (pommes de terre, tomates...) les protège contre le mildiou.

Une association anglaise confirme que sa présence permet une augmentation du rendement des arbres fruitiers.

Elle peut être utilisée sous forme d'infusion. Préparation : faire macérer 1 kg de plantes d'ortie dans 10 litres d'eau pendant 12 h. Diluée à 10 %, cette infusion est insectifuge.

On peut encore l'utiliser en extrait fermenté de plante, appelé purin !

Le fameux purin d'ortie... recette et modes d'emploi

Voici notre recette pour réussir votre purin d'ortie à tous les coups :

1. 1 kg de plantes fraîches en fermentation dans 10 litres d'eau (4 à 10 jours selon les températures extérieures).

2. Utilisez de l'eau de pluie ou de source non traitée.
3. Surveillez attentivement la fermentation.
4. Filtrez soigneusement, assez vite en fin de fermentation, avant le stade de putréfaction.
5. Dilution à 5 % en traitement foliaire, pour dynamiser vos plantes !
6. Dilution à 10 ou 15 % en engrais, au sol uniquement, pour activer la vie du sol (conseil : Il vaut mieux 2 passages dilués à 5 % qu'un seul dilué à 10 %).
7. Pour que les plantes absorbent le purin, elles doivent être convenablement alimentées en eau. Un traitement en pleine sécheresse, sans arrosage adéquat, n'aura donc strictement aucun effet.
8. Les abeilles étant repoussées par l'odeur du purin d'ortie, il faut éviter de traiter pendant la floraison.
9. Le purin d'ortie ne laisse aucune trace, aucune odeur et aucun goût particulier sur les fruits et légumes – même s'ils sont traités tardivement.
10. Stockez en bidons bien pleins, hermétiques, à l'abri de la lumière et du gel, dans des



Thé froid aux algues

Beaucoup de monde me demande des recettes pour utiliser la kombu (bretonne ou royale). En voici une version estivale. Souvent on découvre des astuces, des nouvelles possibilités par hasard. Et c'est ce qui m'est arrivé avec cette boisson. Dans les cours, je rappelle la force incroyable de cette algue qui est à consommer savamment dosée car elle contient de l'iode. Cette stimulation du métabolisme peut en effet être trop active et provoquer quelques désagréments physiques tels que maux de tête et insomnies. Cependant, si le soir vous êtes particulièrement fatigué et que vous ne souhaitez pas vous écrouler d'emblée, cette boisson, de plus digestive, offre détente progressive et bien-être. Il est néanmoins important de rappeler que la consommation de cette algue est contre-indiquée aux personnes souffrant d'hyperthyroïdie. Alors en résumé : cette boisson est idéale à boire lors de grande chaleur en soirée, attention pas plus d'un verre. Elle est aussi idéale pour soutenir un effort dans la journée, à consommer régulièrement le long de la journée.

Ingrédients pour un litre :

- 1 cuillère à café de paillettes déshydratées de kombu (bretonne ou royale) ou une lamelle de 5 cm de long d'algue fraîche
- Une dizaine de feuilles de menthe
- Jus d'un demi-citron

Préparation :

- Cuire l'algue pendant une demi-heure
- Infuser la menthe
- À froid, rajouter le jus de citron

Conservation :

- Placée au frais, cette boisson se conserve une semaine.

Salade de haricots de mer et de lentilles germées

L'oligo-élément Zinc est contenu en grande quantité dans les lentilles, et ce d'autant plus quand elles sont germées. Dans ses domaines d'action, il est en outre indispensable au bon fonctionnement des cellules de l'épiderme, prévenant par exemple le vieillissement de la peau, plus sollicitée en été.

Les lentilles supportent également très bien une germination en période estivale où il est en général plus délicat de faire germer des pousses. Une fois bien séchées, les lentilles se gardent aussi très bien, env. 5 jours dans le frigo, permettant un approvisionnement régulier en protéines végétales.

Les haricots de mer sont riches en Fer et en Vitamine C, un antioxydant puissant bien connu. Cette salade, très simple à réaliser, vous donnera une nouvelle opportunité de goûter et de faire découvrir des saveurs marines discrètes alliées à la force des pousses.

Il existe sur le marché plusieurs types de haricots de mer. Pour la version haricot de mer frais « épais » au goût plus prononcé, prendre la moitié de la quantité proposée et blanchir 10 secondes afin d'enlever l'excès d'iode. Pour la

version haricots de mer frais ultrafins, 2 à 3 bains suffisent pour enlever le sel. L'image ci-dessous est réalisée avec ce type de haricots de mer.

Ingrédients pour 4 personnes:

- 1 tasse de lentilles à germer
- 200 g de haricots de mer ultrafins
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc
- 1 cuillère à soupe de levure de bière
- 1 cuillère à café de curcuma
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 pincée de sel

Préparation :

- Préparez vos graines germées
- Préparez vos haricots de mer et émincez-les finement
- Préparez votre sauce, rajoutez les algues et les pousses, mélangez intimement
- Rajoutez des fines herbes du jardin
- Variez en ajoutant tomates, melon, etc.

Katrin Fabbri, thérapeute et Atelier de cuisine végétarienne vitalité, www.artdevie.ch, cf. privilèges page 19



Monsanto n'est pas prêt d'abandonner le marché européen

Monsanto baisse les bras en Europe pour les cultures transgéniques – c'est ce qu'on a pu lire récemment dans la presse. «La réalité est toute différente», dit Heike Moldenhauer, la responsable de la politique transgénique de Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND), sur le portail en ligne keine-gentechnik.de. Monsanto n'a en fait retiré aucune de ses demandes d'autorisation pour des cultures transgéniques. Onze variétés – dont le maïs MON810 dont la re-homologation est en suspens – attendent une autorisation. Des demandes d'importation et d'utilisation dans l'UE comme denrées alimentaires ou fourragères sont pendantes pour 46 plantes cultivées.

Monsanto peut toujours compter sur l'aide du gouvernement des USA pour faire passer ses intérêts dans le paquet de négociations en cours pour un accord de libre-échange avec l'UE... «élimination des obstacles non tarifaires» et «reconnaissance mutuelle des normes» sont les mots magiques qui doivent faciliter l'accès des OGM au marché européen. Selon Moldenhauer, «Les USA feront le forcing pour faire sauter les règles de déclaration des produits GM, et ils insisteront pour obtenir une homologation automatique des plantes GM reconnues ailleurs comme sûres.» Décidément, on commence à douter que le libre-échange soit vraiment la panacée...

Source : bioactualités, adaptation : mp

Manipulations génétiques et coexistence : Les cultures GM doivent rester interdites



L'ensemble de la filière agroalimentaire biologique travaille dans le monde entier sans manipulations génétiques. Et la législation biologique suisse et européenne interdit l'utilisation agricole de plantes et d'animaux génétiquement modifiés (GM). Pour que cela reste vrai dans l'avenir, Bio Suisse – avec d'autres organisations comme p.ex. Stop OGM – milite pour une interdiction définitive des plantes GM dans toute l'agriculture suisse. Mais pourquoi donc se préoccuper du sort de l'agriculture conventionnelle ?

Le Parlement a décidé récemment à une forte majorité de prolonger le moratoire sur les OGM, et il a mandaté pour 2016 une évaluation coûts-bénéfices détaillée qui doit servir de base aux négociations pour les étapes législatives suivantes. C'est donc avec étonnement que nous avons appris en mai dernier que des modifications de la Loi sur le génie génétique et une nouvelle Ordonnance sur la coexistence sont présentées bien avant que l'évaluation coûts-bénéfices décidée par le Parlement soit disponible. Bio Suisse et d'autres organisations ont donc profité de la procédure

de consultation qui ne durait que jusqu'au 15 mai pour exiger avec la plus grande fermeté qu'on attende le rapport du Conseil fédéral avant toute reprise du processus législatif. Les organisations d'agriculture biologique et de protection de l'environnement continuent de se déclarer clairement contre l'introduction d'OGM dans l'ensemble de l'agriculture et de l'agroalimentaire suisses et rejettent cette révision prématurée de la Loi sur le génie génétique et de l'Ordonnance sur la coexistence.

Source : InfoNouvelles de Bio Suisse, adaptation : mp

L'homéopathie au jardin

Avez-vous déjà entendu parler de Belladonna, de Sulfur ou de Rhus tox ? Eh bien, ces médicaments homéopathiques permettent de traiter efficacement les plantes qui ont souffert du gel, de la canicule ou de l'excès d'eau, mais aussi celles qui sont attaquées par des ravageurs comme les pucerons ou des maladies comme le mildiou. Mais l'homéopathie peut être efficace non seulement en cas de problèmes aigus, mais aussi pour renforcer les plantes et prévenir les maladies.

«Soigne aussi doucement et aussi sûrement que possible», disait il y a plus de 200 ans le père de l'homéopathie classique Samuel Hahnemann.

Quand il s'agit de la santé de la plante de tomate du balcon ou de la vieille rose grimpante sur le mur de la maison, les bombes chimiques épouvantent de plus en plus de monde. Donc on veut traiter nos plantes le plus «doucement» et le plus «sûrement» possible. Voici un guide pratique que même les profanes apprécieront. La praticienne expérimentée Christiane Maute a écrit le livre intitulé «Homéopathie pour les plantes». Ce guide ne se contente pas de dire ce qu'une pharmacie horticole homéopathique de base doit contenir : richement illustré et enrichi de descriptions claires de ravageurs et de maladies, de listes de causes et de méthodes de traitement, il contient de nombreuses informations pratiques. On mentionnera encore le très utile tableau des modalités qui aide à choisir le médicament homéopathique approprié. Nous avons aussi trouvé très bien le chapitre sur la mort des abeilles et sur les possibilités de fournir dans son jardin une contribution à la lutte contre ce phénomène inquiétant et d'aider ces insectes absolument indispensables. Aussi avec des granules homéopathiques. Informations supplémentaire et commande : www.unimedita.fr/index.php.

Source : InfoNouvelles de Bio Suisse, adaptation : mp

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

mag bio

la nature du futur

Dans votre supermarché **magbio** vous trouvez les marques suivantes :

CARRÉS DÉMAQUILLANTS LAVABLES*

Collection Eco Belle
Kit Eco Belle



Les Pâtes celtiques 100 % légumineuse bio sont fabriquées naturellement sans blé.

La gamme se compose de pâtes aux lentilles vertes, aux lentilles corail, aux haricots Azukis et au riz-pois chiche.

MAGASINS AVEC PRODUITS BIO : CANTON DE VAUD

- **Le supermarché BIO «MagBio»**, Route de Neuchâtel 2, 1032 Romanel-sur-Lausanne VD, tél. 021 729 00 56, www.magbio.ch, magbio@himalavie.ch: Rabais permanent de 10 % sur la plus grande partie de l'assortiment.
- **Magasin MBIO, A & M. Baeriswyl**, Route d'Yverdon 2 1040 Echallens VD, tél. 021 881 38 04, fax 021 881 38 16 laiterie.echallens@bluewin.ch www.suisse4bio.ch Produits bio, diététiques, sans gluten et du terroir. Rabais 2 % sur tout l'assortiment.
- **Magasin d'alimentation naturelle Arpèche de l'association La Branche**, 32 chemin de la Branche, 1073 Mollie-Margot VD, tél. 021 612 41 30, magasin@labranche.ch, www.labranche.ch: Le magasin est conjoint à la cafétéria, ouvert de Mardi à Jeudi 13h. à 18h. Vendredi de 10h. à 19h. Samedi de 10h. à 18h. Dimanche et Lundi fermé. Rabais permanent 10 % sur tout l'assortiment.
- **LeShopbio.Ch**, La Pâtissière, 1880 Bex VD, tél 024 463 14 86, www.leshopbio.ch: Épicerie bio en ligne, avec légumes bio et biodynamiques, produits laitiers bio et autre produits frais et congelés bio: 10 % de rabais, non cumulable avec rabais de quantité ou offres spéciales.
- **«Mes Cosmétiques Bio»**, Remise permanente de 10 % sur l'ensemble du catalogue de la boutique en ligne sur www.mescosmetiquesbio.ch.
- **Pharmacies Populaires**, www.pharmapop.ch, 1000 Lausanne VD: Rue de L'Ale 40, tél. 021 312 35 73, Bd de Grancy 4, tél. 021 616 38 62, Av. d'Echallens 61, tél. 021 624 08 70, Rte d'Oron 4, tél. 021 652 48 70, 1110 Morges VD Grande Rue 100, tél. 021 801 27 34: Rabais de 10 % sur tous les produits bio et sur tous les produits naturels.
- **Pharmacie Sen'Su**, www.sensu.ch 1ère pharmacie intégrative suisse avec 4 piliers d'action principaux : Régénérer – Personnaliser – Soigner – Embellir. Le meilleur de la médecine classique & complémentaire avec un grand nombre de produits spécialisés dans le domaine des médecines alternatives et cellulaires conçus sur place et sur-mesure. Les formulations sont respectueuses de l'individu et de l'environnement. Rue St Pierre 4, 1003 Lausanne VD, 021 331 29 00, info@sensu.ch Rabais de 10 % sur les produits préparations Sen'Su « maison » 100% naturelle et sur les produits du département « Superfood » (incluant les spécialités protéinées Sen'Su) sur présentation de la carte Bioconsommacteurs.
- **Diététique-Santé**, Rue du lac 1, 1400 Yverdon Droguerie-Herboristerie Rue du Milieu 2, 1400 Yverdon, Ma-rienne Schwab-Hofer, tél.024 425 13 34, www.droguerie-dietetique.ch Rabais 3 % sur tout l'assortiment des magasins : Diététique-Santé et Droguerie-Herboristerie sur présentation de la carte Bioconsommacteurs.
- **Magasin Le Pâtisson**, Ruelle du Marché 8A, 1880 Bex : Jean-Luc et Anne-Françoise Nanchen, tél. 024 463 32 43, www.patisson.ch, vous trouverez un assortiment de produits diététiques, des légumes et des fruits issu de notre production, ou de proximité et du pays dans la mesure du possible, suivant la saison. Rabais de 5 % sur tout l'assortiment des céréales en grain.
- **Boutique Quintessence**, Cosmétique Bio et 100% naturel, Jean – Pierre Hennard, Rue de Bourg 11, 1003 Lausanne VD, tél /fax : 021 312 33 01. Rabais 10 % sur tout l'assortiment, sauf les produits de la mer. horaire d'ouverture : Mardi-Vendredi : 9h30-18h30 Samedi : 9h30-17h00 Lundi : Fermé.
- **Espace Renaissance** est l'acteur incontournable de votre santé et de votre bien-être au naturel et Bio ! Que ce soit dans son magasin de Morges, Rue de Couvaloup 18 1110 Morges tél. 021 802 37 23 ou sur son site internet, www.espace-renaissance.com pour la vente par correspondance, vous trouverez un très large choix de compléments alimentaires, huiles essentielles Bio, cosmétiques Bio, parfums et encens naturels, mais aussi un choix de livres, de CD, des pierres... L'Espace Renaissance, c'est aussi un institut de beauté avec deux esthéticiennes proposant des soins et des massages aux produits naturels et Bio, et des thérapeutes (naturopathie, médecine anti-âge, énergétique, psychologie, EFT). Surtout, le conseil est au rendez-vous, et toute l'équipe s'efforce de répondre au mieux à vos attentes et à vos questions ! Sur présentation de votre carte de membre, l'Espace Renaissance offre aux adhérents de Bioconsommacteurs un rabais de 10% sur tout le magasin et les soins esthétiques, et également sur les achats par internet avec le code : BIOCONSO13 (non cumulable avec d'autres bons de réduction ou sur les promotions).
- **Votre Boutique en Ligne : Chougarou bio-éco-design** pour les enfants de 0 à 4 ans, Rue de la Grotte 8, 1003 Lausanne, tél. 076 512 50 58 , www.chougarou.com , clients@chougarou.com membre Bioconsommacteurs pour profiter du rabais 10 % sur tout l'assortiment (non cumulable avec d'autres offres en cours) saisir le code : ChouBio2012 sur le site www.chougarou.com
- **Au fil des Saisons**, Jardinerie, Vente directe producteur : Marché Bio, Légumes et Fruits, Plantons, Terreaux et Engrais Bio, Aide à la Lutte Biologique, Graines. Routes de Denges, 21-23, 1027 Lonay VD, tél.021 804 11 58, fax. 021 804 11 57. Horaires : Lu-Ve. 9h.-12h. 13h.- 17h. Sa. 9h.- 17h. www.afds.ch contact@afds.ch Rabais 3 % sur l'assortiment.
- **Atelier La Baleine, literie biologique** : Evelyne De Icco, Rue du pont Couvert 14, 1323 Romainmôtier VD, tél. 024 453 30 29, natel 079 311 07 24, horaire du mardi au samedi de 14h – 18h. www.atelierdelabaleine.com , labaleine@romandie.com Rabais 10 % sur les coussins et 5 % sur les matelas.
- **Topinambour produits biologiques Sté. Coop. du Grile**, Avenue Williame - Fraise 9, 1006 Lausanne VD, tél. 021 616 37 42. Rabais 10 % sur l'assortiment Azienda San Martino producteur Alberto Dal Piaz : Huile d'olive – olives taggiasche – purée d'olive taggiasche – pesto genovese

- **Champagne Bio et 100% Naturels, notre boutique en ligne** : Tzvetan Mihaylov, Faubourg de l'Hôpital 27A, 2000 Neuchâtel NE, tél. 032 721 34 35, www.vin-import.ch, info@vin-import.ch. Rabais permanent de 5 % sur tout l'assortiment (pas cumulable avec d'autres rabais). Veuillez nous contacter par mail ou téléphone avant de passer la commande afin de pouvoir bénéficier du rabais.
- **Magasin avec assortiment complet Bio, produits frais etc., Marché du Grand Mont**, Christine Cordonier, Rte du Grand-Mont 16, tél. 021 653 24 49, marchedugrandmont@bluewin.ch 1052 Le Mont-sur-Lausanne. Rabais 5 % sur l'assortiment Bio (sauf sur les produits laitiers). Horaires : lundi – Vendredi 7h30 – 12h30 et 14h – 18h30, Samedi 7h30 – 12h30 et 13h30 – 16h30, Dimanche et jours fériés 8h – 12h30.
- **La P'tite Boutique du Bien-Etre**, Michel Rüfenacht, Grand'Rue 11, 1844 Villeneuve, tél. 021 922 38 38, info@rufbio.ch : vous offre 5 % de rabais sur tous les produits dans la boutique et vendus sur le site www.rufbio.ch pour toute commande sur le shop indiquer nous après votre paiement que vous êtes membre et le rabais vous sera restitué à la livraison. Merci! (Rabais non cumulable avec d'autres rabais et actions). Nos partenaires : Marius Fabre-Provence et Nature-La Belle Verte-Les Jardins de Gaïa-Lisane-Mille Oreillers-Creano- Fleurs de thé...

RESTAURANT BIOLOGIQUE : CANTON DE VAUD

- **Ozimi la nature à l'emporter**, à savourer sur place ou à l'emporter, Rue de Bourg 16-18, 1003 Lausanne, tél. 021 311 02 20, horaires : mardi – vendredi 11.00 h.- 15.00 h. samedi : 11.00 h.- 16.30 h. www.ozimi.ch info@ozimi.ch du 1er mai au 1er septembre, pour tous repas un sirop artisanal bio vous est offert.

MAGASINS AVEC PRODUITS BIO : CANTON DU VALAIS

- **Magasin Naturellement Vôtre**, Sylvie Sommer, Route des Rottes 26, 1964 Conthey VS, tél. 027 306 18 00, naturellementvotre@romandie.com Rabais 10 % sur les huiles essentiels et l'aromathérapie.
- **Magasin Le Verger Solaire**, Suzanne Bétrisey, Place du Midi 39, 1950 Sion VS, tél. 027 322 69 36: Rabais de 10 % sur tout l'assortiment sauf les produits frais (fruits, légumes, produits laitiers, etc.) et les produits déjà en action / promotion.

- **Biofruits SA**, Olivier Cordey, Route du Rhône 12, 1963 Vétroz VS, tél. 027 345 39 39, fax. 027 345 39 49, www.biofruits.ch, info@biofruits.ch: Rabais de 10 % sur les pommes, les poires et les jus de fruits maison.
- **La Pomme d'Api**, Maxime Knupfer, Avenue de la Gare 12, 1870 Monthey VS, tél. fax. 024 471 22 54, www.lapommedapi.ch, pomme_api@yahoo.fr : Rabais de 10 % sur les Huiles Essentielles.
- **Savon Aventure, Gladys Werlen**, Route des Industries 1, 1964 Conthey VS, tél. 079 449 61 49, www.savonaventure.com L'unique Savonnerie artisanale certifiée Bio en Suisse. Savons, Pâtes à dents, Karité Aventure et tout pour une douche au naturel. Rabais 10 % sur tout l'assortiment.

MAGASINS AVEC PRODUITS BIO : CANTON DE FRIBOURG

- **Saveur Bio, Maud Saturnin**, Combetta 2, 1692 Massonnens FR (tél. 026 652 30 34) www.saveurbio.blogspot.com: L'épicerie offre un rabais de 10 % sur les huiles essentielles ainsi que sur les marques Florame, Ecodoo et Douce Nature..
- **Shop Online Bio Ecovisions**, Ecovisions Sàrl, Rte Durrenberg 48, 1735 Chevrières FR, tél. 026 418 20 02, fax 021 544 13 www.ecovisions.ch, info@ecovisions.ch: Langes – soins – hygiène – lessives – textiles – ménage – peintures – bricolage – aliments. Rabais permanent de 10 %.

MAGASINS AVEC PRODUITS BIO : CANTON DU JURA

- **Votre boutique Bio en Ligne, www.natecoshop.ch: NATECO shop SA**, 2800 Délémont JU, tél. 032 423 33 15, info@natecoshop.ch: Alimentation – Nettoyage – Hygiène – Bébé – Compléments alimentaires – Cosmétiques naturels. Rabais permanent 10 % valable pour les commandes effectuées en ligne, non cumulable avec d'autres offres.

PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE) : CANTON DE VAUD

- **Vins, Domaine La Capitaine, Reynald Parmelin**, En Marcins, 1268 Begnins VD, tél. 022 366 08 46, www.lacapitaine.ch, info@lacapitaine.ch: Rabais général et permanent de 10 % sur tout l'assortiment (pas cumulable avec d'autres rabais).
- **La Ferme de l'Aronia**, Jean-Luc Tschabold, Route de la Chaussée 3, 1174 Montherod tél. 021 802 53 66 natel 079 352 62 93 www.aronia-bio.ch info@aronia-bio.ch Rabais 10 % sur l'assortiment.
- **Domaine de la Coudre Frank Siffert**, Rue des Juifs 10, 1427 Bonvillars VD. tél. 079 210 75 41, fax. 024 436 14 73 www.coudre.ch info@coudre.ch ProSpecieRara, Bio Bourgeon, Demeter, Rabais général et permanent de 10 % sur tout l'assortiment.

- **Marché des Biolettes**, Gilles et Pascale Roch, Chemin de la Prélaz 1144 Ballens VD tél. 021 809 56 29 marchedesbiolettes@hotmail.com Marché au domaine Le Jeudi de 16h30 à 19h00 Rabais 10 % sur tout l'assortiment sauf sur les paniers. www.lejardinpotager.ch Votre panier de proximité : Lausanne / Nyon / La Sarraz.
- **Au Coin Gourmand**, Thierry Niederhauser, Derrière la ville 6, 1055 Froideville, tél. 079 519 95 64, Rabais 5 % pour les membres Bioconsommateurs, Glaces Bio avec lait/crème fraîche et sans produits laitiers, 5dl, 1lt, 2lt. Livraison gratuite dans un rayon de 15 km. Nous vous envoyons volontiers une liste des produits par Email : tniederhauser@sunrise.ch

PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE) : CANTON DE FRIBOURG

- **Bergerie de Chandossel**, Reto Fivian Chandossel 9, 1583 Villarepos FR. tél./fax 026 675 30 72 www.agneau-bio-lamm.ch egli.fivian@picomail.ch Viande d'agneau, saucisses fumées, viande séchée, laine. Offre pour les Bioconsommateurs, rabais 10 % sur les commandes de viande d'agneau

PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE) : CANTON DU VALAIS

- **Vins, Biocave**, Famille Elisabeth et René Güntert-Schindler, Ancienne route de Sierre 17, 3972 Miège VS, tél. 027 455 83 21, www.biocave.ch, biocave@netplus.ch: Rabais de 10 % sur les vins et le jus de raisin achetés à la cave (en plus du rabais de quantité).
- **Viande Bio La Ferme du Nant**, Aimé Gay Route de Choëx 80, 1871 Choëx VS. tél. 024 471 02 63 www.ferme-du-nant.ch www.facebook.com/lafermedunant aimedgay@bluewin.ch Le petit magasin Bio. horaire d'ouverture : lun-ven. : 9h00-12h00/14h00-18h00 Samedi : 9h00-16h00 Mercredi et Dimanche : Fermé. Rabais 10 % sauf sur les œufs, l'huile de noix, les saucisses sèches et la viande séchée.
- **Lionel Favre, agriculteur biologique, Maître-Maraîcher**, Route des Fruits, Zone industrielle d'Ecône, 1908 Riddes VS, tél. 027 306 92 34 ou 079 441 63 88, www.panierdubisse.ch, www.bio-valais.ch: Rabais de 10 % sur les fruits et légumes en vente directe (sauf sur les abonnements du panier).
- **Les Simples**, Isabelle Gabioud, Rue de la Temporie 4 (2ème étage), 1962 Pont-de-la-Morge VS, Veuillez téléphoner avant de venir au 079 723 32 36, www.lessimples.ch, isabelle@lessimples.ch: Rabais de 10 % sur les sirops.

- **ValNature**, Felix Küchler, Waldstrasse 26, 3952 Susten VS, tél. 027 473 22 43, 079 752 41 10, En tant que membre de l'association Bioconsommateurs, nous avons le plaisir de vous faire bénéficier d'une remise de 10 % sur tout les produits au Verjus. Voir sur : www.verjusbio.ch Veuillez indiquer le code de remise suivant : bioconsom .

PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE) : CANTON DE GENEVE

- **Vins, Domaine Château l'Evêque**, Alexandre Mévaux, Route du Château l'Evêque 1254 Jussy GE. tél. 022 759 01 90 natel : 079 263 22 65 chateaufeveque@bluewin.ch . Rabais général et permanent de 10 % sur tout l'assortiment (pas cumulable avec d'autres rabais).
- **Ferme Jaquet**, Marc Jaquet, Route des Carres 17, 1252 Meinier tél. 022 750 15 22 marc-jaquet@bluewin.ch Viande de bœuf au détail, cabas de 12 kg Rabais fr.20.— le cabas, Vin rouge assemblage, Rabais 10 %
- **La Touvière, ferme biologique**, famille Isabelle et Mathias Corthay-Dancel, Route du Carre d'Aval 10, 1252 Meinier GE tél. 022 750 00 20 www.touviere.ch info@touviere.ch Boutique à la Ferme : lundi, mardi, jeudi et vendredi, ouvert 16h. – 19h. Pommes/ Huiles/ Céréales/ Jus/ Vin/ Pain sur commande. Rabais 10 % sur les pommes et jus de pommes. (pas cumulable avec d'autres rabais)
- **Vins, Domaine de la Devinière**, Willy Cretegny, 101 rte du Mandement, 1242 Satigny GE, tél. 022 753 22 87, natel. 079 626 08 25 www.la-deviniere.ch, info@la-deviniere.ch: Rabais général et permanent de 10 % sur tout l'assortiment (pas cumulable avec d'autres rabais)
- **Ferme de Budé**, Moïse-Duboule 2, 1209 Genève (Petit-Saconnex), Natel. 076 224 82 85, www.ferme-de-bude.ch, contact@ferme-de-bude.ch, Marché à la ferme, Fruits, Légumes, Fromages, Produits laitiers, Viande et tofu, Poisson, Œufs, Produits d'épicerie, Bière et Vin. Rabais 5 % sur tout l'assortiment du marché. Horaires : Mardi, 8h-12h30, Vendredi, 8h-12h30, 14h30-19h, Samedi 8h-13h.

AU COIN GOURMAND

Thierry Niederhauser- Derrière la Ville 6
1055 Froideville
tniederhauser@sunrise.ch



GLACES ARTISANALES BIOLOGIQUES

Plus de 20 sortes, en bac de 5dl, 1lt, 2lt
Aussi glaces sans produits laitiers
Livraison gratuite dans un rayon de 15km

AUTRES PARTENAIRES HABITAT, LOISIR, SERVICES : CANTON DE VAUD

- **Meige Matériaux – Habitat vivant**, Route de St-Loup 1, 1318 Pompaples VD, 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.
- **Fermexplore, Loisirs et découvertes à la ferme**, 1035 Bournens VD, tél. 079 330 58 11, www.fermexplore.ch: Rabais de 10 % sur les visites accompagnées et les ateliers pour les enfants.
- **Borlan Fiduciaire Sàrl**, Pierre Alain Gruaz, Chemin du Champ du Clos 14, 1418 Vuarrens VD, tél. 079 549 83 38 ou 021 887 82 58, gruaborlan@bluewin.ch: Rabais de 10 % sur les comptabilités et les feuilles d'impôt.
- **Fondation Ecojardinage**, Route de la Pâtissière 2, 1880 Bex, tél. 021 463 14 86, info@ecojardinage.ch, www.ecojardinage.ch : tous les membres Bioconsommacteurs bénéficient d'un rabais de 5 % de réduction sur les cours et d'un accès au site www.ecojardinage.ch avec un niveau 1 intranet pour des informations supplémentaires.

HABITAT, LOISIR, SERVICES : CANTON DE GENEVE

- **Atelier d'impression Kurz SA**, Chemin du Faubourg-de-Cruseilles, 1227 Carouge GE, tél. 02 736 66 03, fax 02 736 26 11, kurz@capp.ch, www.kurz.ch: 10 % sur vos travaux d'imprimerie réalisés avec des encres végétales sur papier FSC ou recyclé.

HABITAT, LOISIR, SERVICES : CANTON DU VALAIS

- **Pousse Nature**, Laurence Von Moos, Avenue de la Gare 57, 1870 Monthey VS, tél. 024 472 28 83, info@poussenature.ch, www.poussenature.ch. Vos privilèges : 10 % sur les « aménagements bio » de jardin, 10 % sur les produits de traitement bio et les heures de coaching (conseils personnalisés chez vous). De CHF 10.- à CHF 200.- de réduction sur les cours de jardinage bio pour les membres d'association. Plus d'info sur notre site. www.poussenature.ch

AUTRES PARTENAIRES BIEN ÊTRE ET SANTÉ : CANTON DE VAUD

- **Coaching Nutrition et Cuisine Végétarienne**, Birgit Boislard, Coach Nutrition et Santé diplômée, Chemin des Avelines 7, 1004 Lausanne VD, tél. 079 368 62 01, birgit.boislard@gmail.ch: 10 % de rabais sur les cours de cuisine, les cours Mince Attitude et toutes les consultations individuelles, selon le programme sur www.coach-nutrition.ch.

- **Naturopathie Fleur de Vie**: Isabelle Sutherland, Route de Lausanne 10, 1033 Cheseaux-sur-Lausanne VD, tél. 079 261 51 01, isabelle.sutherland@bluewin.ch: Bilan santé, nutrition, chromothérapie, reiki, fleurs de Bach. Rabais de 10 % sur le premier rendez-vous (bilan de santé).
- **Art de Vie**, Katrin Fabbri, Thérapeute diplômée, Chemin de Sorécot 23, 1033 Cheseaux-sur-Lausanne VD, tél. 079 332 38 09, www.artdevie.ch: Rabais de 10 % sur les cours de cuisine saine et naturelle et sur les thérapies de soins.
- **Massages et Réflexologie**, agréée ASCA, Nathalie Perret, Masseuse et Réflexologue diplômée, Chemin Champ du Clos 12, 1418 Vuarrens VD, tél. 021 887 89 75, www.massages-nathalieperret.ch: Rabais de 10 % sur tous les massages, la réflexologie plantaire et le drainage lymphatique manuel (sauf si remboursés par l'assurance maladie complémentaire).
- **Nostra Gaïa – Soins énergétiques** (reiki, aurathérapie), Massages aux pierres fines, Kinésiologie, Thérapies pour animaux, Mélanie Buillot, Route de Lausanne 53, 1020 Renens VD, tél. 076 526 56 34, nostra.gaia@gmail.com, www.nostragaia.ch: Rabais de 10 % sur ces thérapies (sauf si remboursées par les assurances maladies complémentaires ou les assurances pour animaux).
- **Institut Relax**, Claude Resin, homéopathe et phytothérapeute, 1430 Orges VD, tél. 024 445 17 75, clresin@bluewin.ch: Rabais de 5 % sur tous les produits bio Santarome + conseils gratuits.
- **Hydrothérapie du côlon**, Centre de Nutrition Holistique, 1116 Cottens VD (à 10 min. de Morges et 20 min. de Lausanne), Denise Kruger Fantoli, infirmière indépendante, denise.kruger@me.com, 079 371 39 43 www.nutrition-holistique.ch: Rabais de 20.- sur la 1ère séance d'hydrothérapie ou sur un bilan en nutrition GAPS (hyperactivité, autisme, maladies auto-immunes, etc).
- **Accueillir un enfant, vivre en harmonie avec soi-même**, www.cadodelavie.ch: deux thérapeutes pour vous accompagner avec la psycho-généalogie, la kinésiologie ou la chromothérapie. Pierrette Aguet, Lausanne tél. 021 647 54 45, et/ ou Cendrine Fuchs, tél. 021 905 49 92 Crissier et Moudon (VD): Rabais de 20.- Fr. sur la 1ère séance puis toutes les 5 séances. 10 % de rabais sur les cours la santé et couleurs-lumière, ateliers « devenir parents » et 5 % sur le cours de psycho-généalogie, avec la carte bioconsommacteurs.
- **Massages Sonores aux Bols chantants planétaires**, Bien être et Détente pour adultes, enfants, sportifs, femmes enceintes, cérémonies de mariage, funérailles « sur mesure » et autres passages de la vie. Nathalie Michlig, Route de Lausanne 2, 1072 Forel/Lavaux VD, tél. 079 271 61 92 nathaliemichlig@yahoo.fr: Massage découverte de 30 minutes pour 30.-, et après rabais de 10 % sur les massages.

VOS PRIVILÈGES

- **Le désir d'être**, Thérapeute-Consultante, agréée ASCA, Olivia Bessaud, Rue de Lausanne 42b, 1030 Bussigny VD, tél. 079 685 32 29, www.desirdetre.ch: Rabais de 10 % sur les thérapies, bilans santé, ateliers et séminaires.
- **Nature et Médecine – Thérapie florale**, Fleurs de Bach et élixirs floraux californiens. Consultations pour enfants et adultes. Isaline Prêtre, médecin diplômé, agréée ASCA, Rue du Temple 8, 1304 Cossonay VD, tél. 076 396 04 17, www.nature-et-medecine.ch: Rabais de 10 % sur toutes les consultations (sauf celles bénéficiant déjà du rabais famille)
- **Esprit Zen**, Céline Maquelin, Rue Marterey 36, 1005 Lausanne VD, tél. 021 647 52 21 ou 079 699 05 38, celine.m@espritzen.net, www.espritzen.net, agréée ASCA: Cabinet de Kinésiologie et biorésonance, pour adultes, enfants et animaux : Rabais de 20.- pour la première séance
- **Nutrition/Diététique – Hygiène vitale – Spagyrie**, Cristel Genevaz, (cabinets : Rue du Perron 2B ou Rue des Alpes 8), 1196 Gland VD, tél. 079 510 70 55, www.cristelsante.com: Rabais permanent de 15 % sur les consultations.
- **Massothérapeute diplômée agréée ASCA, Sandrine Jaquet**, Centre Rive Bleue, Ruelle Vautier 10 1400 Yverdon-les-Bains, tél. 079 887 62 16, www.massage-ekilibre.ch, info@massage-ekilibre.ch, Rabais de Fr. 30.- lors de votre première séance (sauf si remboursé par l'assurance complémentaire).
- **Jam-geobiologie**, Laurence Gendret, Route de Genève 60 G, 1028 Préverenges VD, tél. 079 821 49 04, laurence.gendret@bluewin.ch, www.jam-geologie.ch: Rabais de 10 %.
- **Ortho-Bionomy® Natalie Klay**, ch. de Bellevue 1, 1033 Cheseaux-sur-Lausanne, tél. 021 731 50 94, www.ortho-bionomy-ch.ch : agréée ASCA. Rabais 20 % (sauf si remboursé par l'assurance maladie complémentaire).
- **Massages, Diana Demierre**, Chemin de Perréaz 45, 1008 Prilly, tél. 078 687 98 61, diana.demierre@bluewin.ch tarif : séance 1 heure Fr 100.- Rabais de Fr 50.- pour la première séance sur présentation de la carte Bioconsommateurs.
- **Art-Thérapeute, Atelier « à pas sages »**, Nicole Uldry, agréée ASCA, Chemin des Valentines 25, 1880 Bex, tél. 079 639 56 71, www.opassages.ch, uldry.nicole@gmail.com Offre privilège : première séance d'une heure offerte. Accessible à tous ; lors de difficultés scolaire, de troubles du comportement, ou de difficultés existentielles, quand apparaît l'état dépressif... L'art thérapie impulse de nouvelles forces de vie.
- **Nutrition, coaching de vie et séminaires** (PNL, Ennéagramme, Energie Vitale), Nathalie Laffaire-Ischer, Nutritionniste ASCA, Coach et formatrice www.dc-formation.ch, 078 676 45 47, nutritherapie@bluewin.ch : questionnaire et bilan de santé offerts ; nathalie.laffaire-ischer@dc-formation.ch : 1h de coaching offerte, - 50 % sur tous les séminaires 2013.
- **Kinergetix**, cabinet de Kinésiologie, Matrix Energetics, Laurent Gheller, agréé ASCA, rue de Mauborget 1, 1003 Lausanne, tél. 079 929 19 40, laurent@kinergetix.ch, www.kinergetix.ch, Rabais moitié prix pour la première séance sur présentation de la carte Bioconsommateurs.
- **La Trame thérapeutique**, Françoise Vermot, praticienne diplômée, Le Grand Chemin 88, 1066 Epalinges VD, tél. 021 544 40 40, francoise.vermot@bluewin.ch, www.la-trame.com, sur présentation de la carte Bioconsommateurs : Rabais permanent de 10 % sur les consultations.
- **Animalement Vôtre by Evelyn Akribas**, Soins Energétiques pour Animaux à votre domicile (guérison spirituelle, sels Schüssler, élixirs floraux, nutrition, accompagnement de fin de vie). Tel. 021 320 53 53, www.animalement-votre.ch. Rabais de Fr.25.- pour la 1ère séance & 1 élixir floral offert sur présentation de la carte Bioconsommateurs.

BIEN ÊTRE ET SANTÉ CANTON DE FRIBOURG

- **Cours de Sophrologie**, cours pour mieux vivre sa vie, sa maternité, dans sa famille et à l'école, son deuil, et pour se libérer de la fumée. Roger Gogniat, Plan des Marais 34, 1642 Sorens FR, tél. 026 915 00 94 ou 079 633 76 32, www.sosphren.ch, roger@sosphren.ch: Séance d'info gratuite + bon de 100.- sur tous les cours.

BIEN ÊTRE ET SANTÉ CANTON DE GENÈVE

- **Nutrition**, coaching de vie et séminaires (PNL, Ennéagramme, Energie Vitale), Nathalie Laffaire-Ischer, Nutritionniste ASCA, Coach et formatrice www.dc-formation.ch, 078 676 45 47, nutritherapie@bluewin.ch : questionnaire et bilan de santé offerts ; nathalie.laffaire-ischer@dc-formation.ch : 1h de coaching offerte, - 50 % sur tous les séminaires 2013.
- **Institut de beauté**, Couleurs Bonheur, Caroline Duvillard, tél. 022 735 92 76 sur rendez-vous, 1er étage, Avenue de Frontenex 34, 1207 Genève, www.institutcouleursbonheur.com Propose aux membres féminines de l'association Bioconsommateurs, sur présentation de leur carte, un rabais permanent de Fr. 30.—sur les soins du visage par la phytobiodermie.

Facebook

Amis facebookiens, ça y est : les BioConsommActeurs ont fait le mur ! Eh oui, notre association est depuis peu sur Facebook. Nous y posterons progressivement de plus en plus d'informations et de liens utiles. Venez vous y déclarer être nos amis, et invitez vos connaissances à en faire autant !

Entre deux numéros du bulletin, venez voir notre site internet !

Le site internet de notre Association des BioConsommActeurs s'enrichit toujours davantage : il y a de temps en temps de nouvelles rubriques, notamment celle sur la restauration bio (ou du moins les restaurants qui utilisent au moins quelques produits bio...), mais en tout cas toujours de nouvelles informations... et un agenda où vous trouverez une sélection d'événements qui peuvent vous intéresser et qui sont étroitement reliés à notre identité et à nos activités.

www.bioconsommacteurs.ch

Pour économiser le papier et diminuer la pollution...

Il va sans dire que notre Association des BioConsommActeurs se veut écologique et qu'elle se préoccupe activement de ménager l'environnement, l'énergie et les ressources naturelles. La meilleure alternative à l'envoi postal du bulletin imprimé sur papier est évidemment sa distribution électronique par courriel. Pour participer à cet effort, rien de plus simple : il suffit de nous envoyer un courriel à info@bioconsommacteurs.ch en indiquant « Veuillez SVP m'envoyer les prochains bulletins de l'Association par courriel à l'adresse suivante :

xxx@yyy.zz. » ainsi bien sûr que votre nom,

prénom et adresse pour que nous puissions vous identifier sans erreur possible. Au nom de l'environnement, un grand merci d'avance à toutes celles et ceux qui feront cet effort ! Les numéros précédents de notre bulletin d'information sont disponibles sur Internet. Les nouveaux membres qui n'ont pas reçu les premiers bulletins d'information de notre Association peuvent s'ils le désirent les télécharger gratuitement au format PDF depuis notre site internet :

[www.bioconsommacteurs.ch/Bulletin d'information](http://www.bioconsommacteurs.ch/Bulletin_d'information).



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



Pharmacies Populaires

Votre santé au meilleur prix!

Rue de l'Alé 40
Lausanne

Tél. 021 312 35 73

Bd de Grancy
Lausanne
Av. d'Echallens 61
Lausanne

Tél. 021 616 38 62

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

5ème année

Parution quatre fois par année

Tirage

1'100 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

MAGASIN ARPÈGE

Sur le magnifique site de La Branche, notre magasin vous propose **un choix inédit de cadeaux** et une gamme complète de **produits biologiques**.

Heures d'ouverture:	mardi au jeudi	13h à 18h
	vendredi	10h à 19h
	samedi	10h à 18h



sur toute la gamme pour les BioConsommActeurs!

Juste à côté, la cafétéria vous propose des repas à midi et son salon de thé l'après-midi.

Association La Branche • 1073 Mollie-Margot • Tél. 021 612 40 00 • www.labranche.ch



**POUR METTRE VOTRE PUBLICITÉ À CET EMPLACEMENT CONTACTEZ
DANIEL JACCARD AU 079 427 42 69**



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.

