

Prix: 8.00 CHF



BioConsommActeurs

BULLETIN D'INFORMATION

4/2013



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

ECOJARDINAGE

RECETTES

ALIMENTATION

BRÈVES

VOS PRIVILÈGES

page 3

page 4

page 8

page 12

page 14

page 18

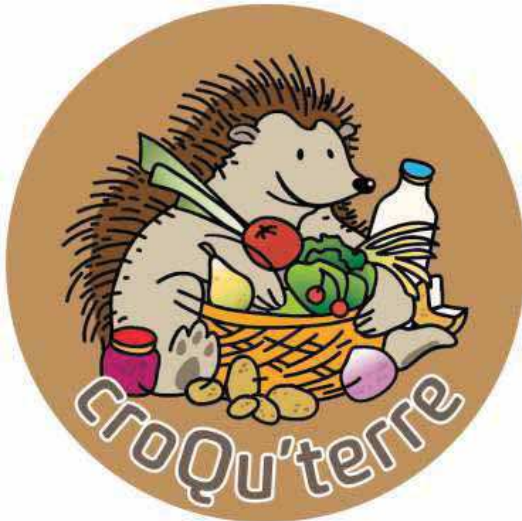


Retrouvez les produits des
membres Progana Bio
Romandie près de chez vous :

www.notrepanierbio.ch

*33 points de
distribution
dans tout le
canton de
Fribourg*

Unser
Biokorb
Notre
PanierBio



www.croqueterre.ch

Romont

Progana, Christina de Raad Iseli, 079 762 87 11

MAUVAISE OU BONNE, L'HERBE ?

Tout le monde ou presque a déjà été confronté aux problèmes posés par les mauvaises herbes. Et a dû désherber. Au mieux (du point de vue écologique) à la main, au pire avec des produits chimiques. Une tribune libre parue dans le bioactualités de novembre m'a frappé par sa pertinence biologique. Ce paysan bio y affirme que les mauvaises herbes lui montrent de quels problèmes souffrent les sols de ses prairies. Il les laisse vivre et agir sans se laisser envahir, puis elles sont remplacées naturellement par des plantes fourragères utiles. Une sorte de nouveau type de pacte de non-agression passé avec la nature.

Réapprenons à sa suite à lire la nature elle-même : Si les mauvaises herbes veulent tout recouvrir, il doit y avoir une raison. Et s'il y en a une, pourquoi pas chercher à faire de même ? La permaculture l'a bien compris. Oui, mais les grandes cultures qui doivent nourrir le monde aujourd'hui et demain ? Pas question ici de permaculture au sens littéral du mot. La recherche bio se penche donc actuellement sur l'idée d'associer les cultures pour profiter de nouvelles synergies et mieux couvrir le sol... à la place des mauvaises herbes. Il y a déjà des résultats probants, mais les chercheurs ont encore du pain sur la planche pour fournir à l'agriculture mondiale des solutions réellement durables.

Y a-t-il encore d'autres forces inconnues ou mal connues à l'œuvre dans nos champs, dans nos jar-dins ? Nous avons choisi de commencer par l'électroculture, un ensemble de techniques qui doivent capter et réémettre les champs électromagnétiques naturels pour influencer positivement la croissance des plantes. En vogue au début du vingtième siècle puis tombée en désuétude suite à une campagne de dénigrement lancée au moment de la montée en puissance de l'agrochimie, l'électroculture revient sur la scène, obtient des résultats et n'a certainement pas fini de nous étonner. Toujours à la pointe des idées, nous parlerons prochainement par exemple de l'homéopathie pour les plantes. Oserons-nous parier que la recherche scientifique – officielle ou alternative – finira par se pencher sérieusement et objectivement sur les tenants et aboutissants de ce genre de phénomènes ? Je l'espère en tout cas, car le bon sens, ne serait-ce que lui, nous dit qu'il doit y avoir d'autres moyens que la chimie et le bricolage génétique pour produire assez et assez sain pour nourrir le monde. La nature est bien trop généreuse et géniale pour ne pas l'avoir prévu. À nous de savoir l'utiliser... sans l'exploiter.

Manuel Perret, Président



Vos privilèges exclusifs

La liste des privilèges réservés à nos membres a été entièrement remaniée pour être plus lisible et donc plus utile : Le classement par canton puis par localité vous permet de voir plus facilement ce qu'il y a près de là où vous êtes.

Date à réserver

Notre prochaine assemblée générale se déroulera le 21 juin 2014 sur un domaine agricole biologique avec transformation et vente directe que nous pourrons visiter, et il y aura un buffet apéro-dîatoire garni de produits bio de la région. Informations détaillées dans le prochain numéro !

L'ÉLECTROCULTURE ? DES TECHNIQUES QUI ONT DÉJÀ FAIT LEURS PREUVES !

YANNICK VAN DOORNE, INGÉNIEUR EN AGRICULTURE ET EN BIOTECHNOLOGIE, DIPLÔMÉ DE LA HAUTE ÉCOLE D'INGÉNIEURS DE GAND EN BELGIQUE, FORMATEUR CHEZ ÉCOJARDINAGE, REVIENT POUR NOUS SUR UNE FAMILLE DE TECHNIQUES POUR LE MOINS ÉTONNANTES QUI FORME L'ÉLECTROCULTURE. ALORS QU'ELLE SEMBLAIT PROMISE À UN BEL AVENIR, L'ÉLECTROCULTURE FUT DÉNIGRÉE PUIS ABANDONNÉE VERS LA FIN DES ANNÉES TRENTE AU MOMENT OÙ L'AGROCHIMIE COMMENÇAIT À PESER LOURD. UNE SOLUTION POUR LE FUTUR ? L'AVENIR NOUS LE DIRA !

La racine du mot « cultiver » veut dire « honorer », « aimer ». Un agriculteur se doit d'être avant tout un « cultivateur », c'est autre chose que les mots actuellement utilisés dans le domaine agricole comme par exemple « exploitant » agricole, exploiter, exploitation... Il n'est pas logique qu'un agriculteur qui aime sa terre et ses animaux épande tant de produits nocifs et toxiques dans ses champs dans le but d'obtenir de belles récoltes. Cela témoigne de sa méconnaissance de techniques plus propres et moins chères qui sauvegarderaient son patrimoine, ses terres et son indépendance envers tous ces intrants extérieurs, pour cultiver ses terres et récolter le fruit de son travail. Aujourd'hui le fruit du travail de l'agriculteur conventionnel est récolté par l'industrie agrochimique, les semenciers et l'état, tandis que l'agriculteur est maintenu sous dépendance par ces mêmes organismes. Ce n'est pas une fatalité. Chacun peut se former et sortir de cette dépendance en appliquant des

techniques agricoles adaptées, hors des sentiers battus. Les techniques d'électroculture vont dans cette direction.

Définition et histoire

L'électroculture désigne diverses pratiques visant à stimuler la croissance des plantes en les soumettant à des champs électromagnétiques ambiants qui sont captés puis rediffusés par différents types d'installations. Après un engouement marqué, si ce n'est pratique du moins théorique, à la charnière du XIXe siècle et du XXe siècle, l'électroculture, quand bien même dépouillée de ses aspects les plus artisanaux et irrationnels, fut déconsidérée et même dénigrée activement dans les années 1920-1930 pour des raisons plus économiques et techniques que strictement scientifiques et/ou théoriques. Les progrès de l'électrophysiologie et de l'écophysiologie ont parfois permis de mieux délimiter la réalité de pratiques, par ailleurs diverses, qui interviennent soit seulement au niveau de la germination soit durant tout le développement de la plante ou de l'arbre. L'électroculture n'est plus aujourd'hui pratiquée que très marginalement, soit par des particuliers soit par des institutions et des organisations plus académiquement reconnues. On ne peut qu'être impatients que des instituts scientifiquement reconnus fassent des recherches sérieuses sur le sujet.

L'expérience personnelle de Yannick Van Doorne, formateur chez Écojardinage

Une réflexion de départ serait de se demander : Pourquoi l'électroculture a-t-elle été censurée...

au point même que le mot a été retiré des encyclopédies ? Il n'y a qu'à chercher à qui profite le crime... en tout cas ça s'est passé au moment de l'avènement économique et politique de l'agrichimie. Ma démarche personnelle m'a conduit à réétudier la question et à faire des essais. En 2009, j'ai expérimenté une nouvelle technique d'électroculture sur un champ d'un hectare. Jusque-là j'avais fait quelques essais positifs et discrets dans un jardin potager. J'avais notamment réussi à doubler la récolte d'une production d'oignons grâce à une ancienne technique de Justin Christofleau.

Été 2009, des tournesols géants en pleine croissance !



J'ai obtenu ce résultat dans un jardin équipé d'électroculture, avec des antennes magnétiques à la cire d'abeille conçues cette même année par mes propres soins pour l'expérience. Je répète ici qu'il n'y a pas d'input d'électricité du réseau, toutes ces installations ne font que capter et rediffuser des champs électromagnétiques ambiants. Vous observez des tournesols déjà immenses et encore en pleine croissance, la fleur est encore en formation et a fini par mesurer plus de 50 cm de diamètre (presque un

record mondial !). Je mesure 1 mètre 82, ce qui fait des plants de tournesols mesurant plus de 3 mètres de haut ! Sur un autre champ d'essai, ce dispositif a permis de tripler une récolte de choux par rapport aux années précédentes. Depuis lors, d'autres agriculteurs ont aussi pu obtenir des résultats exceptionnels grâce à cette technique d'électroculture : les antennes magnétiques à la cire d'abeille... et surtout : pas d'engrais ni de traitements autres que le soin attentionné des plantes et l'électroculture !

Vaincre la méfiance

Bien que de nombreuses techniques d'électroculture aient été inventées pas très loin de chez nous, en France, c'est souvent bien plus loin à l'étranger que ces inventions sont reconnues et appliquées. Dans la plupart des pays, les freins principaux sont les préjugés, la peur de rater et de se faire remarquer. J'ai cependant déjà pu installer des dizaines d'hectares avec les techniques d'électroculture : plus de 25 hectares au Canada, plusieurs hectares en France, en Belgique et en Suisse. Bientôt de nouvelles installations seront opérationnelles en Afrique et en Asie.

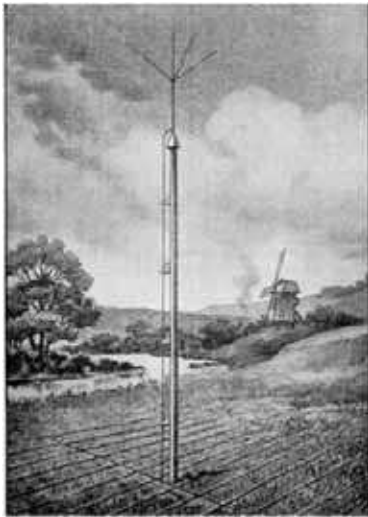
Une question qu'on me pose souvent : Que peut-on faire dans son jardin, de manière simple et pas chère ?

L'électroculture est un vaste sujet. Il y a des dizaines de techniques différentes et souvent complémentaires. Une réponse audio et de très nombreuses informations sur les dispositifs existants se trouvent sur le site www.electroculturevandoorne.com.

Quelques exemples historiques

Le dispositif d'électroculture nommé électrovégétomètre était utilisé par le Frère Paulin, ancien

directeur de l'école d'Agriculture de Beauvais (1890), une institution Française de renommée internationale. L'électrovégétomètre est une antenne montée sur une perche et reliée à des fils de fer enterrés dans le sol autour de la perche. Une dizaine de ces antennes disposées dans un champ de 1 hectare suffisait à fertiliser le champ. Ce dispositif d'électroculture permettait de se passer d'autres engrais et d'obtenir des résultats et des récoltes impressionnantes, dépassant les résultats des techniques d'agriculture avec les engrais chimiques et organiques de l'époque.



Voici un livre, devenu quasiment introuvable, sur le sujet de l'électroculture. Il est signé de l'inventeur et industriel Justin Christofleau, que l'on voit sur la photo, exposant une plante d'une taille exceptionnelle cultivée avec ces méthodes. Entre 1920 et 1930, il a vendu des milliers d'appareils fertilisateurs électromagnétiques dans le monde entier, avant d'être victime de campagnes de dénigrement. Son décès en 1939 a pour longtemps stoppé le développement de l'électroculture.



Des poireaux géants !

L'image incroyable issue d'un test très sérieux réalisé à l'office des inventions dans les années 1920... maintenant devenu le CNRS (France).



Côté technique, je vous présente l'antenne magnétique :

Il s'agit d'un dispositif d'antennes magnétiques enterrées tout autour du champ à des endroits précis pour augmenter l'énergie magnétique



et électromagnétique du champ, en vue de participer à la fertilisation et à la croissance des cultures. C'est une technique adaptée pour le maraîchage, les potagers, les pépinières, l'horticulture, l'arboriculture, la vigne. La durée de vie et de fonctionnement du dispositif est de plus de 10 ans. Prix indicatif, installation comprise : entre 2000 et 3000 euros par hectare (technique protégée, modèle déposé par Yannick Van Doorne).

Photos ci-dessous :

À gauche : nouvelle antennes à condensateurs magnétiques créées en 2012.

Au milieu : antenne et bêche (pour creuser les trous pour les emplacements des antennes). Pour les grandes surfaces on utilise une tarière

professionnelle.

À droite : résultats d'un essai sur des champs de choux à Erstein en 2009, on remarque bien la différence de croissance entre les choux avec les antennes magnétiques et ceux du champ témoin.

Voir nos offres de cours sur:
www.ecojardinage.ch

COMPOTÉE DE POIREAU AU CURRY

Comme l'ail et l'oignon, le poireau appartient à la famille des organosulfurés, pas toujours faciles à digérer pour chacun d'entre nous. Pour aider, on associe souvent aux préparations de poireaux des pommes de terre et de la crème, comme p. ex. dans le papet vaudois. C'est d'ailleurs à partir de ce plat typiquement vaudois que m'est venue cette recette.

On remplace les produits laitiers par des algues marines, et celle que nous prendrons sera la wakamé. En petites doses elle ne donnera aucun goût marin tout en conférant au plat une onctuosité et un moelleux dépassant à mon goût de loin ceux de la crème. Et après ce plat, on a une excellente sensation au niveau digestif, c'est plus léger tout en étant nourrissant. En effet, tout comme le poireau, la wakamé contient de nombreux minéraux alcalinisants qui limitent la déminéralisation osseuse. La wakamé est une algue 10 à 15 fois plus riche en calcium biodisponible que le lait. Le poireau et la wakamé contiennent des fibres non solubles qui, après cuisson à feu doux, forment dans l'intestin un mucilage aux propriétés laxatives. Les propriétés du poireau en font un fluidifiant du sang, un anti-infectieux et, grâce à l'algue wakamé, il devient plus digeste et on peut donc mieux profiter de ses magnifiques qualités pour notre santé.

Pour le reste du menu, vous avez le choix d'y ajouter un saucisson, une saucisse aux choux ou de partir du côté des végétariens ...

Ce plat s'accompagne volontiers de pommes de terre cuites à la vapeur. Un plat idéal pour consommer des légumes d'hiver et nous tonifier tout en nous reposant.

Ingrédients pour 4 personnes :

- 2 beaux poireaux bien frais
- 40 g de wakamé fraîche
- 1 dl vin blanc
- Curry
- Sel

Préparation :

- Lavez et préparez le poireau en petites rondelles
- Dessalez et émincez l'algue wakamé
- Chauffez un peu d'huile d'olive au fond d'une casserole à fond épais
- Rajoutez le poireau, mélangez bien. Une fois le poireau réduit, rajoutez l'algue
- Versez un décilitre de vin blanc
- Rajoutez du curry
- Couvrir et laissez mijoter environ 20 minutes
- Salez en fin de cuisson

Art de Vie *Ecoute de Soi*
Equilibre du Corps

Massage thérapeutique
Réflexologie

Cure Détox Vitalité
Atelier Découverte
Alimentation vivante

Katrin Fabbri
Thérapeute diplômée
agréée ASCA

Ch. de Sorecot 23
1033 Cheseaux-sur-Lausanne

www.artdevie.ch
katrin.fabbri@artdevie.ch
079 332 38 09

JUS DE LÉGUMES : LE SOLEIL DE L'AUTOMNE

La courge est un légume qui met de la lumière dans nos assiettes pendant les longs mois d'automne et d'hiver. Aujourd'hui elle vous est proposée en version jus car sa chair juteuse en donne effectivement beaucoup, ce qui la rend également attractive au niveau du budget. Sa saveur douce s'accorde avec des épices chaudes comme la muscade, la cardamome, la cannelle. Un brin de persil relèvera le goût.

La courge est riche en différentes vitamines du groupe B. Elle aura donc un effet favorable sur notre psychisme. Sa richesse en antioxydants et en bêta-carotène lui confère des propriétés anticancéreuses et anti-inflammatoires. Du côté des sportifs, sa richesse en sucres lents leur donnera une bonne énergie tout en ménageant le système digestif et en apportant de précieuses vitamines et minéraux comme le magnésium, le potassium et le sodium dont la courge est abondamment pourvue.

Pour donner du corps à ce jus, on peut rajouter du panais, un autre légume d'automne et d'hiver par excellence. Son parfum aromatique s'accorde parfaitement à celui de la courge. Le Dr Norman W. Walker place le jus de panais en tête des jus bénéfiques, en particulier pour le système nerveux. Tant la courge que le panais contiennent beaucoup de potassium, excellent pour le cerveau et contre la déminéralisation osseuse. Le panais est de plus riche en silice et en soufre, fortifiants des phanères (ongles et cheveux).

Décidemment, l'association entre la courge et le panais donne un jus idéal qui nous permettra de garder un moral joyeux.

Ingrédients pour un jus de 2,5 dl :

- 250 g de courge
- Un panais

Préparation :

- Peler la courge, la couper en tronçons
- Brosser le panais, enlever le haut, le couper en rondelles
- Passer alternativement morceaux de courge et de panais dans l'extracteur
- Selon vos goûts, rajoutez à la préparation des épices et/ou un brin de persil

Katrin Fabbri, thérapeute et Atelier de cuisine végétarienne vitalité, www.artdevie.ch, cf. privilèges page 21



mag bio

la nature du futur



PURE GOOD GOOD STUFF

Complément alimentaire riche en protéines de haute qualité additionnées de jus et de purées de fruits.

Sans sucre ajouté. Sans lactose. Sans soja. Sans gluten.



CH 800-000



LACTO-VEGETARISCH

BIODRINKS SA
Freiburgstrasse 23
3280 Morat
www.biodrinks.ch

BIODRINKS



NOUVEAU



MAINTENANT AVEC FORMULES CERTIFIÉES
POUR UN AVENIR PLUS SAIN

**BIO
Ecover**

Dans votre supermarché
magbio vous trouvez les
marques suivantes :



raw
Gaia
Organic
Skin Food

*Un concept cosmétique totalement inédit
100% naturel, 100% vegan, 100% cru*



RENOVATEUR

A L'HUILE DE LIN

Nettoie et nourrit en
profondeur la boiserie des
meubles en une seule opération.

RENOVATEUR
A L'HUILE DE LIN
Secrets
d'Atelier

250 ml

RENOVATEUR
A L'HUILE DE LIN
Secrets
d'Atelier

250 ml

Secrets
d'Atelier

PRODUITS DE RENOVATION NATURELS



secrets-d-atelier.ch

L' ALIMENTATION CRUE, POURQUOI ?

L'ALIMENTATION CRUE EST UNE ALIMENTATION QUI N'A PAS ÉTÉ TRANSFORMÉE ET DONT LES SUBSTANCES VITALES N'ONT PAS ÉTÉ DÉNATURÉES. PLUS UN ALIMENT SUBIT DE TRANSFORMATIONS AVANT D'ARRIVER À NOTRE BOUCHE MOINS SES QUALITÉS NUTRITIONNELLES SONT CONSERVÉES. LES ALIMENTS CUITS SONT DES ALIMENTS TRANSFORMÉS ET DÉVITALISÉS. DE NOMBREUSES SUBSTANCES NUTRITIVES ESSENTIELLES SONT DÉTRUITES PAR LA CUISSON. LA CUISSON ET LA TRANSFORMATION DES ALIMENTS, EN PARTICULIER À HAUTE TEMPÉRATURE, PROVOQUENT DES MODIFICATIONS MOLÉCULAIRES DANS LA NATURE DES PROTÉINES, DES LIPIDES ET DES FIBRES QUI LES RENDENT MOINS FAVORABLES POUR LA SANTÉ.

Les méfaits de la cuisson

Les vitamines sont des substances organiques dont le corps a besoin en très petites quantités. La plupart des vitamines doivent être ingérées avec notre nourriture, or elles supportent mal les transformations, en particulier la cuisson ! Mettez un chou dans l'eau froide et amenez à ébullition, et vous détruisez 75 % de sa vitamine C. Cuisez des petits pois pendant 5 minutes et vous détruisez 20 à 40 % de la thiamine (une des vitamines B) et 30 à 40 % de la vitamine C. La mise en boîte de conserve entraîne des pertes en

vitamines jusqu'à 77 %. Le blé et d'autres céréales perdent entre 50 et 100 % de leur vitamine B6 lorsqu'elles sont traitées et raffinées.

Les enzymes, qui sont des substances organiques aussi essentielles à la santé que les vitamines et les minéraux, participent à toutes les fonctions de l'organisme mais la chaleur les détruit.

Pourquoi choisir l'alimentation crue ?

Les aliments crus sont encore vivants et vibrent d'une qualité particulière d'énergie. Cette énergie, lorsque vous l'introduisez régulièrement dans votre organisme, opère des changements aussi bien physiques que mentaux, vous procurant force, clarté d'esprit, confiance et un sentiment de bien-être qui vous donne envie de faire ce qu'il y a de mieux pour votre corps.

Que manger ? Un équilibre entre les fruits, les légumes verts et les oléagineux (noix, amandes, noisettes, olives, avocats, etc.). La méthode qui consiste à manger beaucoup d'aliments crus n'est pas seulement un régime alimentaire, c'est un mode de vie. Il n'est pas nécessaire de suivre un régime cru à 100 % pour pouvoir bénéficier de ses effets. Dans la mesure du possible, chaque repas doit commencer par de la nourriture crue.

France Droz, Saveurs Crues, www.saveurs-crues.ch



AU FIL DES SAISONS
Vente directe Producteur & Jardinerie
Pépinières, Plants & 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



UNE RECETTE GOURMANDE SANS CUISSON

Gâteau aux carottes

Ingrédients

- 3 tasses de carottes râpées
- 2 tasses de noix de Pécan
- 1/4 de tasse de raisins secs
- 1 cc de muscade moulue
- 1 cc d'épices pour pain d'épice ou d'eau de fleur d'oranger
- Purée de dattes ou de raisins
- 1/2 cc de sel
- zeste d'orange ou de citron ou les deux
- 1/2 tasse de noix de coco râpée

Mettre les noix dans le robot et commencer à les moulin, ensuite rajouter tous les autres ingrédients et former une pâte. Pour faire la purée de dattes ou de raisins, il faut les faire tremper quelques heures puis les mettre dans le robot avec du jus d'orange ou de l'eau (selon les goûts) et réduire en purée.

Former votre gâteau dans un moule. Si vous souhaitez une texture « humide », vous placerez le gâteau au frigidaire quelques heures pour durcir la masse. Pour une texture plus sèche, mettre le moule au déshydrateur pendant 8 à 12 heures.

Glaçage

- 1 tasse de noix de cajou
- 1/2 tasse d'eau
- 2 cs de sirop d'agave
- 3 cc d'huile de coco
- 1 cc de vanille
- 1/4 cc de sel

Bien mélanger le tout au robot pour une consistance crémeuse et laisser durcir 1 heure au frigidaire, puis glacer le gâteau.

France Droz, Saveurs Crues, www.saveurs-crues.ch



Le Shop Bio.ch  

**Magasin en ligne 100% bio
et biodynamique**

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

Frais, sain et goûteux !

www.leshopbio.ch

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

La lutte biologique a été couronnée par le Prix Nobel alternatif

Après le Prix mondial de l'alimentation, le Prix Nobel alternatif. Il est considéré comme un pionnier de la lutte biologique contre les ravageurs. Notamment. L'entomologiste, agronome et expert du développement Hans Rudolf Herren est suisse et a déjà fait souvent parler de lui. Il est le premier Suisse à recevoir le «Right Livelihood Award», c.-à-d. le Prix Nobel alternatif. Ce prix a été attribué cette année à des femmes et à des hommes dont l'action contribue à la sécurité de la vie humaine. Herren est couronné pour son expertise scientifique et son travail pratique révolutionnaire avec lequel il a selon le jury préparé la voie de la «sécurité alimentaire mondiale sur la base d'une agriculture saine et durable». Il se réfère à un programme de dix ans avec lequel Herren a combattu avec succès dans les années huitante la cochenille farineuse qui menaçait gravement les cultures de manioc, cet aliment de base si important pour l'Afrique. Cette action aurait permis de sauver 20 millions de personnes. Herren avait déjà reçu le Prix mondial de l'alimentation en 1995 pour son travail, et il avait utilisé l'argent du prix pour créer l'organisation d'utilité publique Biovision, qui s'engage inlassablement depuis quinze ans pour la mise en place en Afrique d'une agriculture durable et d'une lutte biologique contre les parasites.

Source : Bio Suisse et bioactualité

Bactéries résistantes aux antibiotiques trouvées dans des bovins de boucherie

Dans le cadre d'une étude, des chercheurs des facultés VetSuisse des universités de Berne et de Zurich ont analysé la flore intestinale de 571 bovins de boucherie. Comme l'écrit l'agence de presse SDA, ils ont trouvé dans 48 bêtes des

bactéries qui produisent une enzyme qui détruit les antibiotiques. Ces bactéries ont surtout été trouvées dans des jeunes bovins provenant d'élevages laitiers. L'étude estime que cela s'explique par la généralisation des traitements des mammites avec des antibiotiques. Les chercheurs recommandent donc aux fermes laitières de diminuer les quantités d'antibiotiques. Ces bactéries ne sont qu'indirectement dangereuses pour l'homme et sont détruites par la chaleur. Les paysans bio utilisent déjà nettement moins d'antibiotiques que les autres, et la recherche bio vise à descendre encore plus bas.

Source : bioactualités

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





Pharmacies Populaires

Votre santé au meilleur prix!

Rue de l'Alé 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 33

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

Pour se requinquer et se revitaminer

Jus bruts, smoothies, mousses de lait: Ces boissons sont vraiment délicieuses quand elles sont préparées à la minute et le plus naturellement possible. Et le fait qu'elles agissent comme des cures préventives pour notre santé et le renforcement de notre système immunitaire tombe à pic en ce début d'hiver. La nature nous fournit en toute saison un immense choix de fruits, de légumes, de salades et de plantes sauvages qui nous permettent de diversifier sans cesse notre alimentation. «Nous avons besoin d'autres nutriments au printemps qu'en automne et en hiver, et le moment où telle ou telle plante arrive à maturité n'est pas un hasard ou un caprice de la nature», écrit en substance Rosina Sonnenschmidt. Cette thérapeute explique à l'aide de recettes et de conseils quand et comment quels jus ou boissons à base de mousse

de lait sont bons pour nous. On comprend alors très vite que les smoothies ou les mousses de lait sont bien plus que de délicieux effets de mode. Utilisés dans le cadre d'une thérapie par les jus, ils peuvent détoxifier le corps et réguler le poids, le métabolisme et le système immunitaire. La mousse de lait améliore même l'absorption des vitamines liposolubles. Saviez-vous par exemple qu'un smoothie banane-poire est indiqué contre les taux déséquilibrés de cholestérol, ou qu'une mousse de lait au thé aux épices stimule les organes digestifs et le métabolisme? Richement illustré, «Le pouvoir thérapeutique des jus» (www.unimedica.fr/index.php) décrit exactement les méthodes de préparation et fournit des informations de fond ainsi que des tableaux très clairs sur les nutriments et leurs effets: Voilà de quoi apprendre, savourer et se faire du bien!

Source : InfoNouvelles de Bio Suisse



éKilibre
*Massage
Relaxant / Thérapeutique*

**50% lors de votre 1^{ère} séance
au cabinet de Lausanne**
(jusqu'au 30 mai 2014)

Sandrine Jaquet
Massothérapeute agréée ASCA
079 887 62 16

info@massage-ekilibre.ch
www.massage-ekilibre.ch



Bergerie de Chandossel

1583 Villarepos / FR

Tél. 026 675 30 72, 079 745 28 56

egli.fivian@picomail.ch - www.agneau-bio-lamm.ch

Vente directe

Viande d'agneau - saucisses fumées - viande séchée - laine

Exploitation biologique & détention adaptée aux besoins des animaux

Contribution à la promotion de la race menacée du mouton d'Engadine

Excellent état de santé du troupeau de moutons & utilisation minimale de médicaments

L'herbe comme base de fourrage

Soins et entretien des espaces vitaux de la flore et de la faune

✂

Commande de viande d'agneau bio

Prénom, Nom:

Adresse:

NPO, lieu:

Tél.:

Fax:

Mail:

Demis-agneaux ou agneaux entiers en paquets diversifiés

Variante 1: Ragoût avec os	
à SFr. 28.00 / kg en paquets diversifiés	
<input type="checkbox"/> Demi agneau (~8kg)	
<input type="checkbox"/> Agneau entier (~16kg)	
Gigot(s):	<input type="checkbox"/> entier(s) et/ou* <input type="checkbox"/> en steaks
Côtelettes:	<input type="checkbox"/> coupées et/ou* <input type="checkbox"/> en une pièce (rack)
Epaule(s):	<input type="checkbox"/> rôti roulé et/ou* <input type="checkbox"/> en ragoût
Poitrine	<input type="checkbox"/> ragoût avec os

Variante 2: Ragoût sans os	
à SFr. 33.00 / kg en paquets diversifiés	
<input type="checkbox"/> Demi agneau (~6kg)	
<input type="checkbox"/> Agneau entier (~12kg)	
Gigot(s):	<input type="checkbox"/> entier(s) et/ou* <input type="checkbox"/> en steaks
Côtelettes:	<input type="checkbox"/> coupées et/ou* <input type="checkbox"/> en une pièce (rack)
Epaule(s):	<input type="checkbox"/> rôti roulé et/ou* <input type="checkbox"/> en ragoût <input type="checkbox"/> transformé avec la poitrine
Poitrine	<input type="checkbox"/> en ragoût désossé <input type="checkbox"/> viande hachée <input type="checkbox"/> brochettes à viande hachée <input type="checkbox"/> merguez

et/ou* Seulement si vous commandez un agneau entier, les deux variantes peuvent être cochées!

Je viendrai chercher ma commande à Chandossel.

Livraison par post (express)

Date de la commande:.....

Offre pour les membres de BioConsommActeurs :

Rabais de 5 % si commandé jusqu'au 1^{er} février 2014



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

Jussy, Vins, Domaine Château l'Évêque, Alexandre Mévaux, Route du Château l'Évêque, tél. 022 759 01 90 ou 079 263 22 65, chateauveveque@bluewin.ch : Rabais de 10 % sur l'assortiment

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

Genève, Institut de beauté, Couleurs Bonheur, Caroline Duvillard, Av. de Frontenex 34, tél. 022 735 92 76, www.institutcouleursbonheur.com : Rabais de 30.– sur les soins du visage par la phytobiodermie

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 10 % 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 toutes les céréales entières

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, 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, marche-dugrandmont@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

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.rufbio.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

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

VAUD : RESTAURANTS BIO

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

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

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

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

VOS PRIVILÈGES

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)

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, La vie est un cadeau, www.cadodelavie.ch, Pierrette Aguet, tél. 021 647 54 45, et/ou Cendrine Fuchs, tél. 078 488 39 09, Crissier et Moudon : Divers rabais sur les séances et les cours

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)

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

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

« **Mes Cosmétiques Bio** », Remise permanente de 10 % sur l'ensemble du catalogue de la boutique en ligne sur www.mescosmetiquesbio.ch

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

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



La Branche

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.

laque à l'huile