

Prix: 8.00 CHF



BioConsommActeurs

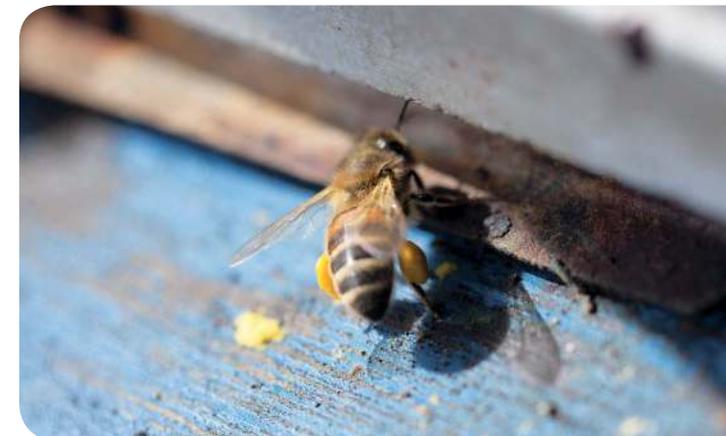
BULLETIN D'INFORMATION

1/2017



Une sélection parmi les nombreux avantages de l'agriculture biologique

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



SOMMAIRE

ÉDITORIAL	page 3
JARDINAGE BIOLOGIQUE	page 4
SAUVETAGE BIO	page 8
RECETTES	page 10
AU DELÀ DE L'HORIZON	page 12
APICULTURE BIO	page 14
PROBLÈMES ÉTHIQUES	page 16
BRÈVES	page 18
PRIVILÈGES	page 20

Pasta tessinois avec de l'eau de source pure en qualité Demeter.



VANADIS

Aliments de haute qualité - certifiés Demeter

ÉDITORIAL

SOYONS NOUS-MÊMES!

Baba, on a le choix... au rhum, cool, géant noir chez les pirates... en fait tous délicieux ou gentils... Bibi, il y a aussi plusieurs possibilités... un petit truc bizarre sur la tête d'une dame, ou le gazouillis d'un marsupilami dans son nid...

Bobo, toujours du choix... maman bobo... les bobos qui achètent leurs denrées et leur genre... Bubu, là on se demande si je suis gaga – non! pas Lady – à force de glouglou... même bio...

Bonbon, bombes, boubou, bambou: je vous fais grâce d'un (in)certain nombre de possibilités. À vous de les explorer...

Bébé, là on n'a plus le choix. On est coincés. Not «Baby» like «Chéri(e)». Non. Bébé, c'est lui qui est demain, c'est elle qui est grâce. Le demain de l'incertitude, la grâce de la clairvoyance. L'une répondant à l'autre – à choix. À la manière des robots dont on nous rabâche les oreilles, sûrs de leurs algorithmes de décision dictés par l'incertitude qui n'a pas été touchée par la clairvoyance? À la manière de vous et de moi, pataugeant dans la boue mondialisée en se raccrochant à nos certitudes bien terrestres, bien matérielles? Ou en en émergeant grâce à la grâce à laquelle nous n'avons toujours rien compris? On peut compter les bactéries dans le sol, les étoiles dans le ciel... mais peut-on quantifier la joie dans un cœur – et même dans un chœur?

Après avoir lancé notre projet «Encouragement de l'apiculture bio», nous pouvons vous dire merci, chers membres BioConsommActeurs. Et encore merci. Car vos dons ont dépassé toutes nos espérances (largement plus de 20'000 francs, cf. p. 14). Oui, l'abeille est emblématique. Emblématique de la santé de Bébé. Or l'une signale que l'autre ne va pas bien. Je simplifierai

en disant que l'abeille est une des branches sur lesquelles l'agriculture est assise. À elle de savoir si elle veut la couper ou la consolider. Votre argent va permettre à 20 à 40 apiculteurs de mieux vivre avec leurs abeilles et à leurs abeilles de mieux vivre sur Terre. Ne baissons pas les bras: nous avons besoin de pouvoir continuer sur cette extraordinaire lancée.

Bébé David, Agrochimie Goliath? Peut-être bien. Mais rappelez-vous qui a gagné, comment et pourquoi! La pierre contre le fer, la détermination contre l'orgueil... à vous les autres métaphores. Bébé c'est moi, Goliath c'est eux? Mais c'est moi qui ai construit ma fronde, c'est moi qui ai choisi mon caillou, c'est moi qui ai dit à mon bras «Va!», donc choisis ce que tu mets dans ton caddie – avant de passer à la caisse: la clairvoyance n'a pas encore supprimé l'incertitude. Tant pis. On paiera les produits. Bio.

Manuel Perret

DATE À RÉSERVER ABSOLUMENT

Notre assemblée générale annuelle aura lieu le samedi 17 juin à la ferme-restaurant d'Engollon NE La Terre Ô Fées (<http://terreefees.ch/>) à partir de 09h30, puis visite du domaine et repas bio. Nous vous espérons nombreux car nous avons besoin de vous, de votre approbation et de votre soutien pour continuer notre travail! L'invitation et l'ordre du jour vous parviendront en temps voulu.

PRÉSENTATION DE LA FONDATION ECOJARDINAGE ET DE SES FORMATIONS

EN 2017, ECOJARDINAGE A 10 ANS D'EXISTENCE ET FÊTE SES 6 ANS D'ACTIVITÉ COMME FONDATION RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE. C'EST L'OCCASION DE FAIRE UN PETIT RAPPEL DE NOTRE HISTORIQUE, DE NOTRE RAISON D'ÊTRE ET DE NOS BUTS.

Tout a commencé il y a quelques années, lors d'expositions où, comme vigneron, je présentais mes vins en biodynamie. J'aime y expliquer comment je produis mon raisin et élève mes vins plutôt que d'en décrire les qualités gustatives. Celles-ci sont évidemment très importantes pour moi, mais elles dépendent beaucoup des goûts de chacun, des habitudes de consommation et de l'état de l'être au moment de la dégustation. Qui d'entre nous, à un retour de vacances, n'a pas été déçu par un vin que nous avons trouvé sublime sur place au moment magique de la dégustation dans une atmosphère de détente!

Pour moi, chaque plante est en effet un organisme vivant, dans un contexte global. Notre époque a tendance à vouloir des spécialistes dans tous les domaines, et elle compartimente ainsi le savoir. Si toutes les plantes sont différentes, avec des besoins variables, elles ont toutes des bases fondamentalement identiques: il leur faut un terrain fertile et vivant pour croître. Cela pourrait se résumer à un bon compost, qui représente en effet 90 % de leurs besoins, mais il faut aussi compter avec une aide en cas de perturbations extérieures, comme des ravageurs ou des conditions climatiques qui favorisent les maladies. Cette aide peut se concrétiser en utilisant des «amis» des plantes, qu'elles reconnaissent comme tels, par exemple d'autres plantes qui possèdent des matières actives complémentaires.

Ainsi, observateur et curieux de nature, j'ai très vite ressenti que je devais encore plus expérimenter pour mieux comprendre la nature et mieux transmettre mes idées. Ces expérimentations ont commencé en fait par le bio en 1990 déjà, puis, en 2002, avec la biodynamie et plus particulièrement l'utilisation de tisanes et de décoctions pour renforcer nos plantes cultivées. Dès 2003, en suivant diverses approches thérapeutiques pour les humains, j'ai transposé ces connaissances sur le végétal et j'ai pu constater avec plaisir que l'homéopathie par exemple fonctionne aussi sur les plantes. Enfin, j'y ai ajouté dès 2009 la géobiologie et des approches du type «jardin de fildohrn».

Lors des dégustations mentionnées plus haut, certains clients m'ont demandé comment faire pour appliquer ces principes à leur jardin car ils étaient très intéressés par mon approche naturelle des soins aux vignes. C'est ainsi qu'ont commencé dès 2007 des cours complets de jardinage bio et biodynamique. Le nombre de participants n'a pas cessé d'augmenter depuis lors. C'est réjouissant pour nos sols, l'eau et la biodiversité, car, pour moi, cultiver bio est la priorité. Pourquoi? Afin de laisser aux générations futures des ressources naturelles saines et en abondance. Ce faisant, en 2011, nous avons créé avec deux amis la Fondation Ecojardinage pour permettre un meilleur développement de nos activités par la coopération et l'intelligence collective.

La raison d'être principale d'Ecojardinage est, depuis le début, de faire en sorte que de plus en plus de personnes prennent conscience des méthodes respectueuses de la vie et de la nature

et les appliquent dans leur jardin, mais aussi dans leur vie de tous les jours. Pour cela nous donnons des cours dans différents domaines et offrons la possibilité de faire des stages pratiques. Ces activités se passent essentiellement sur le site de Bex qui présente beaucoup d'exemples concrets, et s'ouvrent progressivement à Essert-sous-Champvent près d'Yverdon-les-Bains, où le terrain prend forme petit à petit depuis quelques années. La patience est la mère des vertus dans le domaine de la nature!

Nos buts principaux sont le développement et la diversification de nos formations, d'y ajouter des cours 100 % pratiques, de rester dans une approche simple et complexe en même temps, comme on peut le voir dans la nature. Sans oublier l'édition et la diffusion de notre agenda lunaire qui nous permet de communiquer nos principes à un large public.

Les formations en permaculture

La Fondation Ecojardinage a ainsi organisé en 2013 des cours d'initiation à la permaculture. À ce jour nous comptons déjà 300 personnes intéressées et formées. Toujours en 2013, nous avons lancé le 1er cours certifié de design en permaculture en Suisse Romande, et depuis nous avons formé plus de 100 participants dont certains qui ont reçu un Certificat de Design en

permaculture (CDP) pour avoir suivi un total de 72 heures de cours.

J'ai moi-même suivi une 1ère formation en permaculture au printemps 2010, ayant remarqué que cette manière de penser et de s'occuper de la nature me semblait déjà familier et correspondait à ma vision de la vie. Je me suis passionné pour le sujet, par différentes lectures, visites, cours et autres informations, et je cherche maintenant petit à petit à les mettre en pratique. Je fais aussi partie des trois personnes ayant un CDP et qui vont bientôt obtenir un Diplôme de designer en permaculture. Cette formation demande un travail personnel important, sur 3 ans environ, avec le développement de différents designs et beaucoup d'applications pratiques sur le terrain et dans la vie.

Un site pour les formations certifiées et une carte des permaculteurs certifiés, des lieux de formation et des chantiers participatifs:

En 2016, nous avons créé un nouveau site internet (<http://permaculture-certifiée.ch/>) réservé prioritairement aux permaculteurs de Suisse romande. On y trouve de nombreuses informations pratiques, une carte des lieux de formation, des chantiers participatifs et les références de membres qui ont fait un CDP en Suisse ou ailleurs.



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

LE CLUB ÉCOJARDINAGE – UN PARTENARIAT ENTRE BIOCONSOMMATEURS ET LA FONDATION ÉCOJARDINAGE AVEC SES AVANTAGES, SES ACTIVITÉS POUR 2017, LES SURPRISES POUR LE PRINTEMPS:

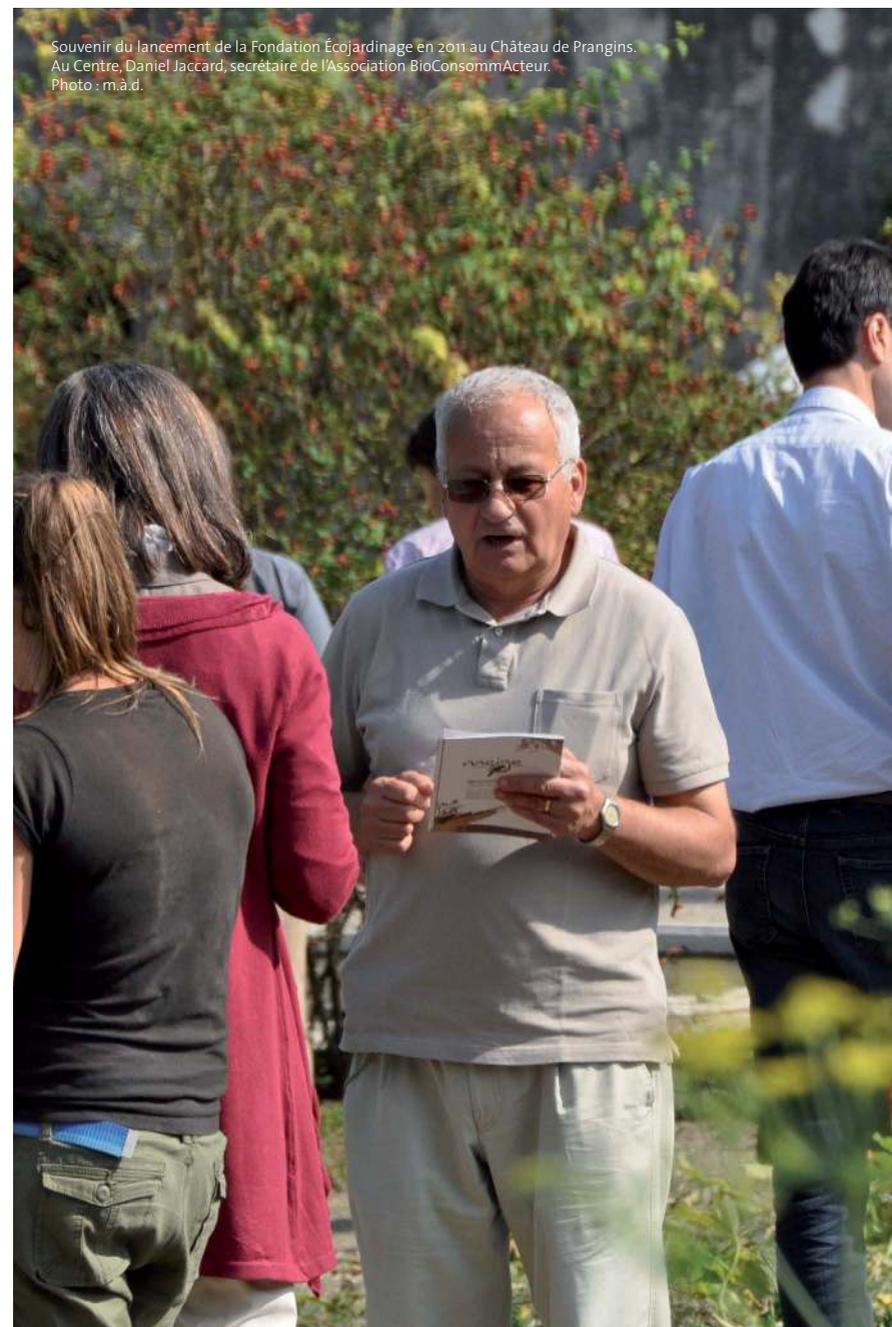
Les avantages offerts aux membres du Club, avec la Carte Supercarte Eco+:

- Le site du club: <http://club-ecojardinage.weebly.com> et ses informations pratiques
- Des rencontres dans diverses manifestations
- 10 % de réduction sur les cours et conférences que nous organisons
- Un accès gratuit au programme du club
- Deux demi-journées d'information sur les produits (incluses dans le programme)
- L'Agenda lunaire biodynamique (168 pages en couleurs), véritable guide du jardin biologique, pour 10.- Fr. au lieu de 12.- Fr. (gratuit pour 2017)
- Un accès privilégié à de nombreux documents de jardinage (dossiers exclusifs et fiches pratiques originales) dans les pages réservées aux membres du Club sur le site www.ecojardinage.ch (BioConsommActeurs niveau 2)

Agenda du Club

- 2017 sera une année pleine de rencontres et de surprises, avec un programme bien rempli.
- Dimanche 9 avril, à Bex: Journée plantons
- Dimanche 9 avril, à Bex, 16h - 18h: Préparation et explication de la bouse de corne issue de la biodynamie
- Mardi 11 avril, à Essert-sous-Champvent, 16h - 18h: Préparation et explication de la bouse de corne issue de la biodynamie
- Mercredi 10 mai, à Bex, 15h - 17h: Préparation et explication d'un élixir pour soigner son jardin
- Lundi 29 mai, à Bex, 17h - 19 h: Communiquer avec son jardin (base de géobiologie pour le jardin)
- vendredi 16 juin, à Essert-sous-Champvent: 06h - 08h: Préparation et explication de la silice de corne issue de la biodynamie
- Samedi 17 juin, à Bex, 06h - 08h: Préparation et explication de la silice de corne issue de la biodynamie
- Mercredi 5 juillet, à Bex, 15h - 17h: Visite du lieu en permaculture
- Mercredi 12 juillet, à Essert-sous-Champvent, 15h - 17h: Visite du lieu en permaculture
- Mercredi 20 septembre, à Bex, 18h - 20h: Une butte en permaculture
- Vendredi 10 novembre, à Bex, 19h - 21h: Conférence sur l'électroculture

Pierre-Alain Indermühle
www.ecojardinage.ch
Voir vos privilèges à la page 26



Souvenir du lancement de la Fondation Écojardinage en 2011 au Château de Prangins.
Au Centre, Daniel Jaccard, secrétaire de l'Association BioConsommActeur.
Photo : m.à.d.

LES CLIENTS À LA RESCousse DE L'ÉPICERIE BIO D'ÉCHALLENS

L'ANNONCE DE LA FERMETURE DU MAGASIN BIO ET DIÉTÉTIQUE D'ÉCHALLENS A PROVOQUÉ UN ÉLECTROCHOC QUI A ENTRAÎNÉ UN PRÊT SANS INTÉRÊT ET LA CONSTITUTION D'UNE ASSOCIATION DE SOUTIEN. M. MICHEL BAERISWIL NOUS RACONTE L'AVENTURE.

Grâce au soutien de nos clients, nous ne serons pas contraints de fermer les portes de notre magasin à Échallens. D'ailleurs, nous n'en revenons toujours pas. Alors que nous étions résolus à fermer notre épicerie bio à Échallens le 29 février 2016, une double initiative est tombée du ciel: un de nos clients nous a fait un prêt sans intérêt et d'autres ont décidé de créer une association de

soutien. Résultat, le commerce est resté ouvert et les nuages qui s'amoncelaient sur son avenir ont disparu. «Nous vivons un conte de fées en vrai!».

L'aventure avait débuté en 2009. Quittant mon métier de travailleur social, j'ai succédé à Monsieur et Madame Blaser dans l'ancienne laiterie du village, une épicerie de produits bio, locaux, véganes ou sans gluten. Une reconversion en partie motivée par les difficultés à trouver des produits adaptés aux intolérances alimentaires d'une de nos propres filles. Mais à peine avions-nous trouvé notre vitesse de croisière que la Commune débutait des travaux routiers. Barrières, camions et pelles mécaniques eurent

vite fait de faire fuir les clients. Avec un chiffre d'affaires en baisse de 30 %, nous n'avons pas eu d'autre choix que de nous séparer de notre vendeuse à 80 %.

Casser le cercle vicieux des dettes

L'un de nos clients (ndlr: qui souhaite rester discret) m'a d'abord proposé un prêt sans condition ni intérêt pour remettre tous les comptes à zéro et casser le cercle vicieux des dettes et des intérêts sur les dettes. Nous sommes encore remués par tant de générosité. Puis des clientes et des clients nous ont dit que cette épicerie ne devait pas fermer et qu'ils allaient créer une association de soutien.

Lors de rencontres des clientes se sont exprimées: «Même si je fais des achats dans les grands magasins, je trouve dans cette épicerie des produits qui n'existent pas ailleurs, explique Martine Loestcher. Préserver une diversité de produits et de choix est aussi un moyen de lutter contre la mondialisation galopante.» «Échallens doit rester un bourg vivant, renchérit Valérie Damone. Pour cela, il faut se battre contre les fermetures de commerces, car chacune nuit aux autres.»

Retrouver de quoi investir – avec vous!

L'assemblée constitutive de l'Association des amis de l'épicerie bio d'Echallens (AEBE) à eu lieu le 19 avril 2016 et, depuis, l'aventure continue avec plus de 100 membres inscrits et le lancement d'une recherche de fond dont voici les coordonnées:

<https://wemakeit.com/projects/sos-epicerie-bio-d-echallens>

Nous sommes en effet Aujourd'hui à un carrefour. C'est pour cela que nous nous adressons à vous. Nous avons besoin de vous, concrètement! En effet, avoir de beaux locaux c'est très bien, mais il faut encore acquérir du mobilier et quantité de

matériel, y compris (cerise sur le gâteau) un système de distribution en vrac, afin de développer une vente écologique et personnalisée. Et c'est là que nous aimerions beaucoup pouvoir compter sur vous. Par une participation financière d'un montant de votre choix, vous contribuerez à nous permettre de continuer ce projet qui est au service de toute la région et nous tient à cœur. En résumé, le but est de pouvoir continuer le développement du magasin avec une augmentation de près d'un tiers de la surface de vente et l'installation d'étagères pour le vrac. Nous offrons aussi des produits de proximité.

Michel Baeriswil,
Épicerie challoise «OBIO»
Route d'Yverdon 2
1040 Echallens
Voir votre privilège à la page 23



Vitalité Santé
Le pas vers la vitalité et la santé naturellement

Polarity Thérapie
Equilibre corps coeur esprit

Bilans oligo-éléments métaux lourds
Massages
«Breuss» relaxant profond du dos
Ambre et pierres semi-précieuses
Taoïste

Danse - Expression corporelle
Enfants & ados
Méthode Margaret Morris

Sylviane Buchilly
Thérapeute diplômée - Agréée ASCA
Rue du Pont 22 - 1003 Lausanne
www.vitalitesante.ch
Tel : 077 410 42 82

SALADES EXPRESS AUX ALGUES MARINES

DÉBUT MARS, LES LÉGUMES N'ÉTANT PAS ENCORE SORTIS DE TERRE, NOUS DEVONS NOUS RABATTRE SUR LES DENTS-DE-LION QUI POINTENT LEUR NEZ DANS LES CHAMPS OU RETOURNER À LA CAVE POUR CHERCHER DES LÉGUMES DE GARDE. POUR CE NUMÉRO, JE VOUS PROPOSE DE CONFECTIONNER DES SALADES RÉALISÉES EN UN CLIN D'ŒIL, UNE AVEC LE CHOU-FLEUR, L'AUTRE AVEC LE CÉLERI-POMME, QUI DE PLUS SE MAINTIENNENT TRÈS BIEN QUELQUES JOURS AU FRIGIDAIRE, AGRÉMENTÉES D'ALGUES, LÉGUMES MARINS PAR EXCELLENCE.

Les algues sous forme de paillettes permettent de pénétrer facilement dans le monde marin et ses saveurs. Elles seront alors considérées comme un complément alimentaire qui contient abondance de nutriments nécessaires à l'organisme humain, et ceci sous forme concentrée, naturelle et hautement assimilable.

L'eau de mer contient toutes les substances minérales existantes assimilées et incorporées dans les tissus des algues, d'où la variété et la richesse extraordinaire en ces substances qui relancent le métabolisme, ce qui est idéal après l'hiver. Pour éviter le pourrissement après la récolte, les algues sont rapidement mises à sécher, d'abord à l'air libre où elles perdent une grande partie de leur

eau, puis dans des fours à basse température (< 40 °C) pour éviter la destruction des vitamines. Broyées ensuite en poudre fine, elles libèrent les précieux nutriments qu'elles contiennent.

Les légumes saisonniers font partie d'une diversité biologique nécessaire pour éviter la monotonie culinaire et empêcher les carences nutritionnelles grâce aux composants spécifiques qui les caractérisent et aux vertus particulières contenues dans chaque espèce végétale alimentaire.

Râpé finement, le chou-fleur se transforme en salade tout à fait digeste, et comme il reste cru ses propriétés bénéfiques pour la santé sont conservées. Le céleri-pomme, au goût plus affirmé, est déjà plus connu sous sa version crue. Les huiles végétales aux saveurs chaudes s'accordent bien avec ces deux légumes, de même que les saveurs acidulées et parfumées qui relèvent la texture des légumes tout en les préservant de l'oxydation.

Pour ces deux recettes, nous avons opté pour l'huile de chanvre, à la belle couleur vert foncé (chlorophylle) et à sa légère saveur de noisette. Et contrairement au chanvre dont est issu le

cannabis, les graines de chanvre ne contiennent aucune substance psychotrope (THC), cela va sans dire, et l'huile qui en est extraite regorge d'atouts. C'est une alliée-santé du quotidien grâce à sa richesse et à son équilibre en oméga-3 et en oméga-6, deux acides gras essentiels que notre corps ne produit pas et qui nous sont uniquement apportés par notre alimentation. Au robot, c'est très simple: on fait la sauce en premier dans le bol, ensuite viennent tomber dessus les légumes hachés. Reste juste à mélanger.

Salade de chou-fleur à l'ao-nori

Ingrédients pour 4 personnes:

- Un chou-fleur de petite taille
- Un citron
- 1 cuillère à soupe d'huile de chanvre bio de première pression à froid
- 1 cuillère à soupe d'huile de colza bio de première pression à froid
- 1 cuillère à soupe de levure de bière
- 1 cuillère à soupe de poudre d'algue ao-nori
- 1 cuillère à café de sel marin

Salade de céleri-pomme à la nori

Ingrédients pour 4 personnes:

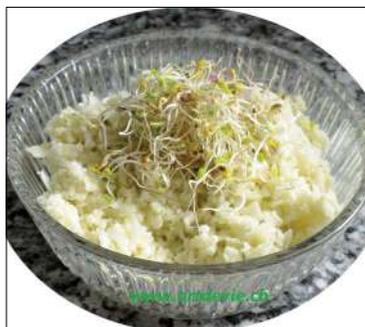
- Un citron
- 1 cuillère à soupe d'huile de chanvre bio de première pression à froid
- 1 cuillère à soupe d'huile de noix bio de première pression à froid
- 1 cuillère à soupe de levure de bière
- 1 cuillère à soupe de poudre d'algue nori
- 1 cuillère à soupe de sauce soja, par exemple au goût coriandre-wasabi
- 1 cuillère à café de raifort cru (Demeter)

Préparation:

- Préparer la sauce dans un bol après avoir exprimé le jus du citron.
- Parer les légumes. Le chou-fleur en petits bouquets. Éplucher le céleri-pomme et le couper en quartiers.
- Au robot, émincer finement les légumes au-dessus du bol contenant la sauce.
- Mélanger le tout rapidement afin d'éviter l'oxydation.
- Se garde au frais quelques jours.

Bon appétit!

Katrin Fabbri, thérapeute diplômée. Atelier de cuisine végétarienne vitalité. www.artdevie.ch
Voir votre privilège à la page 25



Vous cherchez une autre façon de cultiver, je suis là pour vous apporter une solution qui vous convienne.

- Entretien
- Création
- Taille douce
- Potager
- Cours
- Traitements
- Ateliers
- Conseils
- Suivi saisonnier



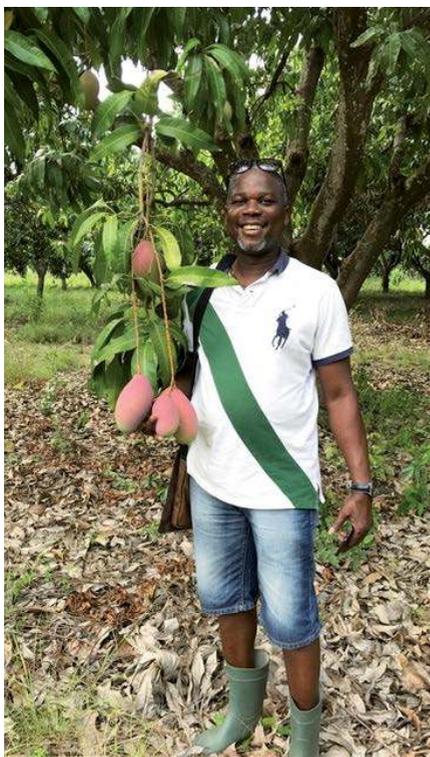
Pousse Nature Sàrl
1870 Monthey
www.poussenature.ch
+41 24 472 28 83

les solutions vertes
pour vos cultures et vos jardins
bio ou biodynamique

QUAND FRUITS EXOTIQUES RIMENT AVEC VRAIE BIOÉTHIQUE

PATRICK DEEGBE A CRÉÉ AVEC WAD UNE STRUCTURE QUI PRIVILÉGIE LES FRUITS BIO DU GHANA, EN COMMERCE ÉQUITABLE. RETOUR SUR IMAGE GRÂCE À NOS CONFRÈRES DE 24H.

Ah, l'amour! Celui qui a poussé Patrick, ingénieur agronome au Ghana, dans les bras de Christiane, infirmière suisse, a donné naissance à deux filles mais aussi à une entreprise éthique et équitable



de vente de fruits exotiques. Reprenons depuis le début: Patrick Deegbe fait son bachelors d'ingénieur agronome au pays, avant de venir faire son master à l'École polytechnique de Zurich en 1991.

De retour au Ghana, il rencontre Christiane qui, après un an, rentre en Suisse. Patrick, évidemment, la suit. Les amoureux se marient. Lui se perfectionne avec un master en environnement et devient auditeur dans ce domaine pour les normes ISO 14 000.

Mais les mandats sont trop rares. «Au Ghana, les choses sont toujours compliquées mais la terre est magnifique. C'est un pays de Cocagne.» Il a gardé le contact avec un groupe de paysans de Weija, aide à y acheter un tracteur puis un bus, avant de fonder WAD pour Weija Agricultural Development. L'idée étant de développer une agriculture bio qui permette aux producteurs de vivre correctement. «Au début, on a essayé



de faire des plantes aromatiques parce que ça pousse comme des mauvaises herbes là-bas. Mais on n'avait pas de chambre froide pour les conserver avant l'envoi.»

Un jour, Patrick fait venir trois cartons d'ananas. Cette variété Pain de sucre, très allongée, à la chair presque blanche, a un goût extraordinaire et un équilibre parfait entre l'acidité et le sucré. Les premiers fruits séduisent les Suisses à qui il les fait goûter. «Encore aujourd'hui, j'ai des clients qui les appellent les «ananas de Patrick», rigole le patron avec son accent fleuri. Lui qui n'a pas les bases de gestion sent bien qu'il y a affaire à faire. Il améliore la chaîne de transport pour arriver à vendre ici des fruits cueillis deux jours plus tôt en Afrique. Il fait le tour des épiceries bio (il en livre désormais une vingtaine dans toute la Suisse), conquiert certains restaurants. «Mais attention, c'est un produit haut de gamme, mûr, goûteux, bio et équitable, tout cela a son prix.» Aujourd'hui, sa petite entreprise de trois personnes importe de 120 à 200 cartons d'ananas



Pain de sucre par semaine.

Mais Patrick veut aider davantage de paysans ghanéens. Après les ananas, voici les mangues

de la région de Somanya, dans l'est du pays. «On en importe cinq variétés que je ne peux pas vous montrer aujourd'hui, parce qu'on est hors saison. Revenez entre avril et juillet.»

Faire le plein de saveurs

On goûtera alors les Keitt, les Kent, les Julie, les Erwin et les Palma. WAD propose également des papayes de Mepon, aussi à l'est du pays. Et des fruits de la passion, des noix de coco, des piments, des bananes. Si Patrick fournit ses magasins et ses restaurants, et quelques grossistes qui livrent à de grandes chaînes, il aime surtout le contact avec le client. Depuis dix ans, il vend donc ses produits au marché lausannois le samedi, et dans son petit dépôt de l'avenue C.-F.-Ramuz, à Pully, les mercredi après-midi et vendredi. On trouvera aussi chez lui beaucoup de fruits séchés. Parce qu'il a monté au pays une petite usine qui s'en occupe, avec toutes les contraintes bio. Chips de bananes plantain, noix de cajou grillées, papayes séchées, etc. sont faits dans les règles de l'art.

Et puis, avec Christine aux fourneaux, WAD fabrique aussi des sauces de piments, des confitures, des concentrés de gingembre. «Nous avons aussi créé une association de soutien. J'organise l'assemblée générale chaque année à Sembrancher (VS). Pourquoi? Parce que je suis originaire de Sembrancher», dit-il en éclatant de rire...

Infos pratiques
www.wadco.ch
Magasin (Av. C.F. Ramuz 101, 1009 Pully, tél. 021 626 18 15 ou
078 803 04 84)
ouvert me 14 h - 18 h,
ve 10 h - 13 h 30 et 16 h 30 - 19 h.

Sources : 24H et wadco.ch

POURQUOI DÉVELOPPER L'APICULTURE BIO?

LES PAYSANS BIO SONT DE PLUS EN PLUS NOMBREUX, LA DEMANDE DES CONSOMMATEURS POUR LE MIEL BIOLOGIQUE SUISSE AUGMENTE FORTEMENT, MAIS IL Y A PEU DE MIEL BIO SUR LE MARCHÉ. NOTRE ASSOCIATION BIOCONSOMMATEURS A SUSCITÉ GRÂCE AUX DONS DE NOS MEMBRES UN ÉLAN POUR L'APICULTURE BIO. QU'AVONS-NOUS FAIT AVEC L'ARGENT DE CES DONS? VUE D'ENSEMBLE.

L'abeille est assurément l'une des icônes majeures de l'environnement vivant. Sa santé et la vitalité de ses colonies sont surveillées attentivement, notamment eu égard aux impacts que peut avoir l'activité agricole. Dès lors des liens entre l'apiculture et une agriculture respectueuse de l'environnement devraient être privilégiés. Pourtant force est de constater que les relations entre ces deux mondes ne sont pas aussi manifestes qu'attendues. Un groupe d'intérêt s'est constitué en 2016 grâce à l'impulsion de BioConsommActeurs pour renforcer les ponts entre apiculture et agriculture biologique.

Groupe d'intérêt bio

Compte tenu d'une accessibilité somme toute très réaliste de l'apiculture bio et d'une labellisation, l'Association BioConsommActeurs a incité Bio Suisse, BioVaud, le FiBL, ainsi que des personnes actives en apiculture bio, à créer en 2016 un groupe d'intérêt visant à fédérer les acteurs, à coordonner les activités, à informer ou à proposer à des cours. Les travaux de cette plateforme voient leurs premières concrétisations dès cette année. Deux soirées d'information générale sur l'apiculture bio ont été données en janvier et en février, et un cours de perfectionnement pour apiculteurs confirmés aura lieu le 1er avril (voir en bas de l'article).

Les dons des membres de l'Association BioConsommActeurs lui permettent d'encourager la reconversion à l'apiculture bio au moyen d'une subvention unique de démarrage de 500 francs versée en cas de première certification Bio Bourgeon ou Demeter réussie. Cela concerne tout

apiculteur s'engageant en bio, que sa collaboration soit avec un agriculteur bio ou bien PER. À cet effet, les étapes à suivre pour une labellisation sont décrites dans une feuille de route (www.bioconsommateurs.ch > Apiculture). Elle reprend les grandes lignes de la fiche technique du FiBL («Exigences pour l'apiculture biologique») et d'autres informations présentées sur www.bioactualites.ch > Élevages > Abeilles.

Quelques chiffres

Dans de nombreuses fermes bio ou conventionnelles, l'apiculture est séparée de l'activité agricole car elle est gérée par des personnes externes au domaine. Cette particularité a conduit à une réglementation spécifique sur l'apiculture bio, et le principe de globalité des domaines agricoles biologiques n'est pas exigé, sinon pour le paysan apiculteur. Cette spécificité a conduit à des liens bien souvent distants entre les deux activités, en témoigne la faible part de miel labellisé bio. La demande croissante des consommateurs pour des produits bio et l'augmentation continue des surfaces agricoles bio sont désormais une incitation à augmenter la part bio du miel suisse. Si la production agricole bio représente 13 % des surfaces et entreprises agricoles en Suisse (> 6000 exploitations bio), on pourrait s'attendre à une part analogue pour l'apiculture bio, voire davantage eu égard aux objectifs environnementaux exprimés par les milieux apicoles. Cela représenterait au moins 2'200 apicultrices et apiculteurs bio, dont une partie au bénéfice d'une labellisation.

Cahier des charges

Les exigences de l'apiculture bio se concentrent surtout sur les pratiques apicoles dans la ruche et concernent moins le territoire sur lequel les abeilles butinent. Dans la ruche, le nourrissage de races adaptées se fait uniquement avec des

aliments bio et d'importantes réserves de miel et de pollen sont laissées à la colonie pour l'hivernage. La lutte contre les maladies passe par la prévention, et en cas de nécessité de traitement, des matières actives naturelles sont utilisées. Un cycle autonome de la cire est privilégié et un suivi des résidus est effectué en particulier pour les produits utilisés en apiculture. Les ruches sont faites de matériaux naturels. L'entretien de l'intérieur des ruches ne se fait qu'avec des produits tels que la propolis, la cire, les huiles végétales.



Le rognage des ailes des reines ne se pratique pas. Les abeilles achetées viennent d'autres entreprises apicoles bio. Les exigences restent relativement souples pour ce qui concerne le territoire sur lequel les abeilles butinent: au moins 50 % des surfaces doivent être bio, en zones de végétation naturelle ou encore PER dans un rayon de 3 km autour des ruches. On ne saurait donc exiger un contexte 100 % bio ou naturel. Et à l'inverse une apiculture en milieu urbain n'a pas vocation d'une labellisation bio.

S'informer et se former

Informations générales:

www.bioconsommateurs.ch > Apiculture

www.bioactualites.ch > Élevages > Abeilles.

Cours: Un cours de perfectionnement bio pour apiculteurs

confirmés sera organisé le 1er avril

(renseignements et inscription:

www.bioactualites.ch > Actualités > Agenda).

Manuel Perret, BioConsommActeurs, Raphaël Charles, FiBL, et

Pascal Olivier, Bio Suisse.

Photo

Auteur: FiBL, Maurice Clerc



Il y a de la place pour place pour une apiculture bio!

L'ALTERNATIVE À LA TUERIE DE POUSSINS: L'ENGRASSEMENT DE POUSSINS MÂLES

IL Y A UNE SOIXANTAINÉ D'ANNÉES, AUCUNE POULE DOMESTIQUE NE PONDAIT 120 ŒUFS PAR AN, LES MÂLES ÉTAIENT ÉLEVÉS COMME FOURNISSEUR DE VIANDE. AUJOURD'HUI, LA PRODUCTION D'ŒUFS ET L'ENGRASSEMENT SE FONT SÉPARÉMENT. À CHAQUE FOIS, DES SÉLECTIONS, RACES OU LIGNÉES SPÉCIFIQUES SONT UTILISÉES.

Grâce à un élevage ciblé, à des croisements ingénieux et à des aliments performants, les poules pondeuses modernes arrivent à pondre jusqu'à 310 œufs par an. Pour leurs homologues masculins, il n'y a plus d'utilisation: ne pondant pas d'œufs et ne produisant que peu de viande, ils ne peuvent pas être engraisés pour des raisons

économiques. Ils sont donc triés à l'écloserie le jour même de l'éclosion et tués avec du CO₂, même dans le secteur bio.

Ces poussins sont utilisés, ensuite, comme nourriture pour animaux dans des zoos et chez des éleveurs privés, le reste étant éliminé dans des installations de biogaz. Malgré que la mise à mort des poussins soit légale en Suisse, ce gaspillage de vies est contestable tant d'un point de vue moral, éthique qu'écologique.

Avec l'engraissement de poussins mâles, KAGfreiland offre une alternative éthiquement correcte et respectueuse des animaux tout

en préservant la vie des poussins mâles. En même temps, KAGfreiland permet une prise de conscience que pour chaque poule il naît aussi un coq.

Au domaine Eichberg à Seengen, membre de KAGfreiland depuis de longues années, coqs et poules de ponte KAGfreiland grandissent ensemble. Ils bénéficient de pâturages et sont élevés pendant 85 à 90 jours en plein air.



Les coqs sont ensuite transformés en spécialités pour l'alimentation humaine.

Les jeunes coqs représentent une alternative très goûteuse aux poulets engraisés intensivement. Grâce à une durée d'engraissement deux fois plus longue et à l'exercice physique, les animaux engraisés moins de la poitrine, mais possèdent, en revanche, davantage de viande aux cuisses, plus goûteuse et aromatique. Si chaque acheteur d'œufs consommait également deux à trois jeunes coqs et poules adultes par an, le circuit naturel pourrait être bouclé et le projet s'autofinancerait

KAGfreiland, Bio-Eichberg et BioPartner

Si vous désirez ce genre de produits (œufs et/ou viande), votre magasin bio peut les commander chez le grossiste bio BioPartner à Seon.



Le Shop Bio.ch demeter BIO SUISSE

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

Films: En visite chez deux nouveaux en Romandie

La Romandie vit un petit «Bioboom». Plus d'une centaine de producteurs se sont annoncés l'année passée pour le bio. Visite chez deux Vaudois en début de reconversion, Christian Streit à Aubonne et Christian Hofer à Mont-sur-Rolle. Tous deux répondent dans le film à des questions sur les raisons qui les ont décidés à se reconvertir au bio, sur les réactions des collègues, sur les défis techniques et agronomiques qu'ils ont rencontrés ou qu'ils voient se profiler à l'horizon et sur leur évaluation de la situation du marché. Réalisation: Milo Stoecklin, FRI (Fondation Rurale Interjurassienne) et Thomas Alföldi, FiBL (Institut de recherche de l'agriculture biologique).

Source : Bioactualités (fra)
Vidéos: www.bioactualites.ch > Films

Fleurs contre ravageurs

La thèse de Matthias Tschumi d'Agroscope révèle des chiffres qui parlent en faveur de la biodiversité. Les populations de larves d'un ravageur, le criocère des céréales, ont diminué de 66 % dans des cultures de blé d'automne sans insecticides grâce à la proximité de bandes de fleurs sauvages. Les dégâts causés aux blés ont diminué de 40 % et l'augmentation des rendements a atteint 10 % dans les zones limitrophes des bandes florales. Dans les cultures de pommes de terre, les attaques de pucerons ont diminué de 77 % à proximité des bandes de fleurs. Matthias Tschumi a reçu pour son travail le prix de la recherche doté de 5000 francs décerné par la société Hintermann & Weber AG.

Source : Bioactualités (fra)

Quand la biodiversité engendre la productivité

Le petit domaine tessinois de montagne

Bourgeon Ai Faii de Claudia Gorbach comporte énormément de surfaces écologiques. La ferme se trouve dans une clairière de forêt sur une montagne du Val Colla sans accès routier. Claudia Gorbach entretient les haies sauvages et cultive des plantes médicinales et des fleurs dans un jardin sauvage, diversifié et en terrasses. Elle a planté il y a une année une haie d'une centaine de buissons et de baies indigènes. Elle tire de ce royaume de biodiversité trois fois par année un paquet-surprise de produits gastronomiques et cosmétiques naturels. Elle se laisse inspirer par la nature et par ses présents saisonniers. Les produits sont tous des créations personnelles faites à la main.



Elle a par exemple composé un paquet bien-être «Été rose»: sel à la rose pour des mets romantico-floraux, sirop lumineusement pourpre aux fleurs de Rose des Alpes, savon à l'églantine divinement floral avec un doux effet de peeling, et enfin un morceau de Formaggella di Capra Grigia – un fromage de chèvre de cette race de ProSpecieRara qui est chez elle au Tessin. Le tout sur des pétales de roses pour une tisane du soir qui fera rosir vos rêves ou pour un bain parfumé à la rose.

Les clients disent que les produits d'Ai Faii sont de délicieuses combinaisons gustatives et des spécialités vraiment belles et sortant de l'ordinaire.

Source : Bioactualités (psh)
Prodotti di Colla, Claudia Gorbach, Ai Faii, 6951 Colla, www.prodottidicolla.ch

Lutte contre le gaspillage

La nouvelle plate-forme «Food Bridge», créée par l'organisation d'entraide Table Suisse, contribue à réduire le gaspillage au sein de l'industrie alimentaire. L'objectif est de mettre en relation les entreprises agroalimentaires qui ont des marchandises excédentaires de bonne qualité avec les organisations d'entraide, à la manière d'une bourse d'échange. Durant la phase pilote en 2015, ce sont quotidiennement plus de 17 tonnes d'aliments qui ont ainsi pu être redistribués à des personnes dans le besoin.

Source : Bioactualités (hir)

Une biodiversité utile!

La plus vaste étude sur la biodiversité jamais effectuée a été dirigée par Markus Fischer, chercheur à l'université de Berne. C'est la première fois que toutes les étapes de la chaîne alimentaire ont été analysées et pas seulement certains aspects. Cette étude, qui a observé 150 prairies pendant 10 ans en Allemagne, a recensé 4600 espèces animales et végétales. Elle conclut en résumé que de nombreux processus prairiaux interagissent mieux quand il y a beaucoup d'espèces différentes. Il est donc important de protéger toutes les espèces qui forment la chaîne alimentaire, car c'est la seule possibilité d'assurer que l'écosystème reste en mesure de fournir les prestations dont l'humanité a besoin.

Source : Bioactualités (ks)

Meilleur revenu par personne en bio

Agroscope a publié en septembre les nouvelles statistiques des revenus agricoles: Le revenu moyen des paysans bio a été en 2015 supérieur à celui des agriculteurs conventionnels de 5,6 % en plaine, de 12,7 % dans les collines et de 11,9 % en montagne... mais en moyenne il ne dépasse pas le minimum vital. Le revenu du travail par unité de main d'oeuvre familiale bio / non bio

était de 57 460 / 54 417 Fr./an en plaine, de 44 144 / 39 172 dans les collines et de 38 209 / 34 158 en montagne.

Source : Bioactualités (fra)

Les premières baies de goji bio de Suisse



Les baies de goji ont une réputation de power-food et peuvent se vendre cher. Elles sont utilisées depuis 6000 ans dans la médecine chinoise à cause de leur grande richesse en minéraux et en vitamines. Il y a très peu de baies de goji produites en bio dans le monde, mais selon l'«Appenzeller Volksfreund» il y en a maintenant en Suisse chez la famille Räss de Benken ZH. La ferme Räss est en outre une des deux fermes bio nominées pour l'AgroPrix d'innovation agricole 2016.

Source : Bioactualités (ks)

FRIBOURG : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Bulle, Gaïa Alimentation Biologique, Marie-Claude Quartier, Rue Victor Tissot 2-4, tél. 026 912 99 20
Rabais 5 % sur les huiles alimentaires

Fribourg, Prosana, Damien Eichenberger, Rue Hans-Geiler 2, tél. 026 321 46 93,
www.naturopathie-fribourg.ch info@naturopathie-fribourg.ch Rabais 3 % sur tout l'assortiment

Marly, Pharmacie la Jonction, Nicolas Sieber, Rte de Fribourg 15, tél. 026 436 31 56
201729@ovan.ch Rabais 5 % sur les flacons d'huiles essentielles Nabio, Ariès et Farfalla

FRIBOURG : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Romont, Au clair de lune, ferme et laiterie biodynamique, Myriam Hurni, Rte de Massonnens 52, tél. 079 352 10 60, www.auclairdelune.ch Nuitées dans une yourte mongole avec dégustation produits de la ferme. Vente directe, privilège 10% sur les conserves et sirops de la ferme.

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

Bulle, La Trame thérapeutique, Françoise Vermot, Praticienne diplômée, Les Ailes de la Vie (Riaz), tél. 079 156 65 16, www.la-trame.com : Rabais permanent de 10 % sur les consultations

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



GENÈVE: MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Genève, Le Marché de Vie, Muriel Bramaz-Cornaz, Rue des Eaux-Vives 25, tél. 022 735 44 34,
Rabais 5 % sur tout l'assortiment sauf sur les produits frais

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

Satigny, Vins, Domaine de la Devinière, Willy Cretegnny, 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 : 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

GENÈVE : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Carouge, Masseur-Rebouteux-Nutrition, ASCA –RME, Hervé Bendelé, tél. 076 581 01 87, www.tadaima.ch herve.bendele@gmail.com, Rue saint-Joseph 9, Rabais 20% si pas d'assurance pour le premier soin, rabais égal au montant non remboursé par votre complémentaire .

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



JURA : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Delémont, Magasin bio&co, Corinne Winkelmann, Rue des Pinsons 17, 032 423 03 08, www.bioetco.ch Rabais 10 % sur toute la gamme cosmétique, les huiles essentielles ainsi que les hydrolats.

Porrentruy, Au Jardin de Cérès, Elisabeth Rohrer-Choffat, Rue des Tanneurs 3, tél. 032 466 47 29, jardin.ceres@bluewin.ch Rabais 3 % sur tout l'assortiment

JURA : BIEN ÊTRE ET SANTÉ

Vicques, Réflexologie tridimensionnelle et hygiène de vie ASCA-RME. Arbo&Sens. Loïc Voelker, Route de Rochefort 45, tel. 079 462 60 68, www.arboetsens.biz loic.voelker@gmail.com Rabais 20% premier soin si pas de complémentaire ou rabais égal au montant non remboursé par votre assurance.

Vicques, Au jour le Jour, Thérapie naturelles, Aurore Früh, Rte de Rochefort 45, tél. 079 839 55 25
www.aujourlejour.ch fruh.aurore@gmail.com Rabais 10% sur les soins.

JURA BERNOIS: MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

St.-Imier, Oasis santé, Sandra Agatolio Rihs, Rue du Dr.Schwab 14, tél/fax. 032 941 44 51,
oasis-sante@bluewin.ch lundi fermé. Rabais 3% sur tout l'assortiment.



NEUCHÂTEL : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Fleurier, La Ruche Royale, Hedi Balmas, Rue de la Gare 5a, tél. 078 627 26 78, larucheroyale@gmail.com Rabais 3 % sur tout l'assortiment

La Chaux-de-Fonds, Magasin Terrame, Jade Lavergnat, Passage Léopold-Robert 4, tél. 032 968 22 88,
jade-terrame@hotmail.ch , Rabais 5 % sur tout l'assortiment

La Chaux-de-Fonds, Magasin Cérès, Liengme Vincent, Place du Marché 4, tél. 032 913 26 68 vincente-leone@bluewin.ch Rabais 3 % sur tout l'assortiment

Montéziillon, Boutique-Magasin l'Aubier, Christoph Condes, Les Murailles 5, tél. 032 732 22 11 contact@aubier.ch www.aubier.ch 1 café ou 1 thé offert dans notre restaurant à partir de CHF 30.- d'achat

Neuchâtel, Bio-Source, Martin Krähenbühl, Rue Gibraltar 20, tél. 032 725 14 13, fax 032 721 29 50, www.bio-source.ch bio-source@bluewin.ch Rabais 3 % sur l'assortiment (excepté sandwichs)

Neuchâtel, Cérès Autrement, Catherine Matthey, Place des Halles 5, tél. 032 725 26 37, ceresautrement@gmail.com Rabais 3 % sur tout l'assortiment

Neuchâtel, Coopérative des Halles, Nelly Favez, Place des Halles 13, tél. 032 724 46 14,
coopdeshalles@bluewin.ch Rabais 3 % sur tout l'assortiment

Peseux, Magasin Bio-Mag, Flavio Proserpi, Rue E.-Roulet 3, tél. 032 730 10 72, Rabais 2 % sur l'assortiment, sauf fruits, légumes et produits laitiers

NEUCHÂTEL : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

St-Aubin-Sauges, Vin, Caves de la Béroche, Domaine des Coccinelles, Crêt-de-la-fin 1-2, tél. 032 835 11 89 info@caves-beroches.ch www.caves-beroches.ch Rabais : 1 chopine offerte à l'achat de vins du Domaine des Coccinelles, montant min. CHF 100.- (valeur marchandise).

NEUCHÂTEL : RESTAURANTS ET TRAITEUR BIO

Engollon, Kfée-Restaurant, Bertrand et Sylvie Comtesse, Rue de l'Eglise 4, tél. 032 852 04 93, www.terreofees.ch, ouverture du jeudi au dimanche. Offert un sirop maison avec le repas.



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.lapommedapi.ch : Rabais de 10 % sur les huiles essentielles

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

Sion, Magasin Aux Semailles, Dina Vashdev, Porte-Neuve 7 tél. 079 791 13 60, vashdev.dina@gmail.com Rabais 8 % sur les huiles essentielles et parfums d'ambiance

Vétroz, Biofruits SA, Olivier Cordey, Route du Rhône 12, tél. 027 345 39 39, fax 027 345 39 49, www.biofruits.ch : Rabais de 5 % sur tout l'assortiment

VALAIS : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Miège, Vins, Biocave, Famille Elisabeth et René Güntert-Schindler, Ancienne route de 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

VALAIS : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Martigny, Formation Thérapies Energétiques, Cours d'Alimentation Vivante, Yasmine Perreten Shaarawi, Espace Mahana, Rue du Rhône 5, 078.797.54.39, info@lalicornedelumiere.ch, www.lalicornedelumiere.ch Rabais de 10 % sur les soins énergétiques et cours d'Alimentation Vivante

Sion, Masseur-Rebouteux-Nutrition, ASCA –RME, Hervé Bendelé, tél. 076 581 01 87, www.tadaima.ch, herve.bendele@gmail.com, Rue de Condémines 14, Rabais 20 % si pas d'assurance pour le premier soin, rabais égal au montant non remboursé par votre complémentaire

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

Wiler, Bietschhornhütte AACB 2565m, Yann Roulet, tél. 027 22 55, 079 305 85 94 info@bietschhornhuetten.ch, www.bietschhornhuetten.ch, Rabais jusqu'à 20 % sur la carte de restauration 11h-16h ou 1 bouteille de petite Arvine 50cl Bio avec la nuitée

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 et réduction de 10.- à 200.- sur les cours

Vétroz, Gîte des Vergers, Av. des Vergers 70, 1963 Vétroz, 078 971 50 20, info@gitedesvergers.ch, www.gitedesvergers.ch : Rabais de 15 % sur chambre d'hôte avec petit déjeuner, 1 litre de jus de fruits offert pour tout achat de plus de 50 francs dans la boutique.



VAUD : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Cossonay, Chez Karolina, Rue des Laurelles 6, Caroline Kluvers, tél.+fax 021 861 16 23 www.chez-karolina.ch, chez-karolina@bluewin.ch, Rabais 5% sur l'assortiment, sauf sur les produits frais.

Crissier, Les Frondaisons de Bois-Genoud, Magasin Bio, Tania Schüsselé, Route de Bois-Genoud 36, tél. 021 646 57 26. Rabais de 10% sur nos produits ou la gamme du mois

Echallens, Épicerie challoise Obio A & M. Baeriswyl, Route d'Yverdon 2, tél. 021 881 38 04, www.suisse4bio.ch, Produits bio, diététiques, sans gluten et du terroir : Rabais de 2 % sur l'assortiment

La Tour-de-Peilz, Mini-magBio, Av. de la Gare 10, tél. 021 944 15 75 Rabais permanent de 10 % sur la plus grande partie de l'assortiment

Lausanne, Un amour de peau, Cosmétiques Bio et 100 % naturels, Laurence de Crousaz, Rue de Bourg 11, tél./fax : 021 312 33 01 www.unamourdepeau.ch, laurence@unamourdepeau.ch, (fermé le lundi) : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment

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

Le Mont-sur-Lausanne, Marché du Grand Mont, Route du Grand-Mont 16, tél. 021 653 24 49, www.terroirgourmand.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 et Restaurant » de l'association La Branche, Chemin de la Branche 32, tél. 021 612 41 30, www.labranche.ch : Rabais permanent de 7 % 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

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

Pully, Magasin Marcheret Fromage, Rue de la Gare 1, tél. 021 728 13 29, Rabais 5 % sur tout l'assortiment

Pully, Wad, Patrick Deegbe, Av.C.F.Ramuz 101, tél.021 626 18 15, 078 803 04 84, www.wadco.ch wad@wadco.ch Ouverture Mercredi 14h.à 18h.Vendredi 10h à 13h30 et 16h30 à 19h00 Rabais 5 % sur tout l'assortiment.

Rolle, Epicerie Tournesol, Grand'Rue 31, tél. 021 826 14 06 fax 021 826 14 07, epicerietournesol@bluewin.ch, www.epicerietournesol.ch : Rabais de 10 % sur les produits de soin, cosmétiques et compléments alimentaires

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

Vevey, Quinte & Sens, Nancy Bader, Rue de l'Hôtel de ville 11, tél. 021 921 71 71, boutique@quinte-et-sens.bio, www.quinte-et-sens.bio : Rabais 10 % sur toute la gamme cosmétique

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, Facebook : droguerie-herboristerie Hofer www.droguerie-dietetique.ch : Rabais de 5 % sur l'assortiment

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

VAUD : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

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)

Bex, La Ferme de Bornuit son Echoppe et son Shop en ligne, Rte des Placettes 16, J.-L. et A.-F. Nanchen, 079 290 67 15, 079 705 37 49 www.La Ferme de Bornuit.ch, Œufs, légumes, issus de notre production, alimentation Bio: Rabais 10 % sur tous l'assortiment

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

Cugy, Marché Vaney, Christian Vaney, Rue du Village 32, tél. 021 731 26 49, www.marchevaney.com marchevaney@gmail.com Horaire : vendredi 15h.-19h. Samedi 8h.-12h. Rabais de 5 % à partir de CHF 50.- d'achat à la boucherie

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 : www.aucoingourmand.ch , tniederhauser@sunrise.ch

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

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

Suchy, La Ferme du Petit Noyer, Stéphane Deytard, Route d'Ependes 4 tél. 079 361 62 66, www.fermealanoix.ch info@fermealanoix.ch Rabais 5% farines, huiles, pâtes, et produits de la ferme, vente directe tous les jeudis de 17h. à 19h.

VAUD : RESTAURANTS ET TRAITEURS BIO

Lausanne, Traiteur Bio, Traiteur-Local, Hélène Lischer Chemin de Bérée 8A, tél. 078 755 39 49, www.traiteur-bio.ch, traiteur-local@traiteur-local.ch Offert avec une commande d'apéritifs : cake aux carottes

VAUD : CONFECTION ET ACCESSOIRES

Lausanne, Boutique Alkena, Planète nature, Textiles naturels et biologique, Rue du Valentin 15, tél. 021 311 63 54, www.alkena.com info@alkena.com Facebook : www.facebook.com/alkenalausanne Rabais 10% Confection et accessoires, femmes, bébés, et enfants.

VAUD : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

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

Bussigny, Parenthèse pour soi, Massages santé, bien-être, thérapeutique et Yoga du Rire, Nathalie de Carli, Ch. De la Saugue 5, tél. 079 464 48 04 www.parenthesepoursoi.ch info@parenthesepoursoi.ch Rabais : 10% sur Massages relaxant ou sportif

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

Chernex, Coach Holistique, Thérapies énergétiques, Alimentation Vivante, Yasmine Perreten Shaarawi, 078.797.54.39, info@lalicornedelumiere.ch www.lalicornedelumiere.ch, Rabais de 10 % sur les soins énergétiques et cours d'Alimentation Vivante

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

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

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

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

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

Epalinges, Centre Eveil, Sylvie Rinsoz Chevallaz, naturopathe, micronutritionniste, Chemin de Florimont 3, 1066 Epalinges, 021 652 79 43, www.centre-veil.ch, sur un abonnement de 10 séances, la 11ème est offerte

Forel/Lavaux, Soins énergétiques aux Bols chantants, Nathalie Michlig, Route de Lausanne 2, tél. 079 271 61 92, www.rythmelavie.ch : Rabais de 10 % sur les soins et sur les Cérémonies sur mesure des passages de la vie (naissance, mariage, funérailles)

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, Cabinet de soins énergétiques, Tony Brancato, Rue Vinet 25, tél. 078 626 98 71, www.soinse-nergetique.ch , info@soinsenergetique.ch : Rabais de 10 % sur la première séance

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, Kinésiologie/ développement personnel/ brain gym/ travail sur l'arbre généalogique. Pierrette Aguet, Ch. du bois-Gentil 80, tél. 076 489 20 31, www.genelibre.ch , 1ère séance rabais de 20.- et spray aurique offert

VOS PRIVILÈGES

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

Lausanne, Institut de Beauté, Nadia Spanhauser, Av. de cour 32, tél. 079 725 09 30, www.institutde-beautenadia.com nadia.spanhauer@hotmail.com Rabais de 10 % sur les produits Melvita et Couleur Caramel et 10% sur le premier rendez-vous

Lausanne, Centre de thérapie naturelle, Cosimina Gualbino, Rue du Pont 22, tél. 079 274 07 88 www.chamadot.org Rabais fr. 20.- sur la première séance.

Orges, Institut Relax, Claude Resin, homéopathe et phytothérapeute, tél. 024 445 17 75, clresin@bluewin.ch : Rabais de 10 % sur tous les produits bio Santarome + conseils gratuits

Prangins, Nutrition/Spagyrie, Cristel Haenggeli, Chemin de Bellevue 1, tél. 079 510 70 55, www.nutrition-sante-gland.ch : Rabais de 15 % sur les consultations

Préverenges, Massage énergétique en mouvements de 8 avec huiles essentielles. Sandra Décaillet, tél. 079 316 77 01. Rabais 30.- fr. sur première séance.

Vuarrens Massages, drainage et réflexologie, agrégation ASCA et RME, Nathalie Perret, Ch. Champ du Clos 12, tél. 024 435 13 19 : Rabais de 10 % sur tous les massages et soins pas remboursés

Yverdon, Massothérapeute diplômée, agrégation ASCA, Sandrine Jaquet, Ruelle Vautier 10, tél. 079 887 62 16, www.massage-ekilibre.ch : Rabais de 30.- sur la première séance (sauf si pris par l'assurance)

Yverdon, Réflexologie Aromajik, agréée ASCA, Martina Lavanchy, Rue du Lac 25, tél. 076 582 26 83 www.aromajik.ch : Rabais de 10 % sur massages et soins pas remboursés, 5 % sur les préparations aux huiles essentielles

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

Bex, Fondation Ecojardinage, Route de la Pâtisserie 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

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 enfants

Lausanne, EASY DATA SAFE. Pour une protection optimale de vos données informatiques. tél. 078 664 51 51, www.easydatasafe.ch : Rabais de 10 % sur l'analyse

Montreux, Secrets d'Atelier, Produits de rénovation naturels et biodégradables. Anne Lamoureux, Rlle de la Baye 2, tél. 021 961 28 08 www.secrets-d-atelier.ch Rabais 10 % sur la gamme des produits cuir

Paudex, GreenCars-Rental, location écologique de voitures livrées à l'adresse de votre choix, tél. 021 558 67 96 www.greencars-rental.ch Rabais de 10 % dès 1 jour de location et 20 % pour une location dès 2 jours et plus

Pompaples, Meige Matériaux, Moulin Bornu, 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

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

ROMANDIE / INTERNET

AromaCos, Schenevey Sébastien, Impasse du Raffort 11, 1695 Rueyres-St-Laurent, tél. 026 411 66 11 www.aromacos.ch info@aromacos.ch (tél. avant de passer votre commande ou dans notre magasin ouvert sur RDV. Huiles essentielles, hydrolats et huiles végétales, produits naturels, cosmétiques. Rabais 10% sur les huiles essentielles, hydrolats et huiles végétales. Offre valable sur notre shop en ligne.

Babygreen.ch, soins bio et jouets écologiques pour bébés et mamans, rue Basse 15, 1422 Grandson, Tél: 076 543 0 543, www.babygreen.ch, contact@babygreen.ch, livraison gratuite avec le code : Bioconso0916

Crêpes Gourmandes, crêpes, apéritifs et desserts bio à domicile. Jeanne Froidevaux, tél. : 079 831 62 13, www.crepesgourmandes.ch / Facebook : Crêpes Gourmandes. Rabais de 10 % pour votre événement : Apéritif d'entreprise, portes-ouvertes, fête de famille, anniversaire etc.

Tissu et Mercerie Ecologique, Au fil de la Nature, Gaëlle Morend Jaquet, 2028 Vaumarcus, 079 387 06 29, www.aufildelanature.ch aufildelanature@gmail.com Rabais de 10% sur l'assortiment, code promotion : BioconsommActeurs

LeShopbio.Ch, La Pâtisserie, 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

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



CENTRE EVEIL

Sylvie Rinsoz Chevallaz
Naturopathe
Agréée ASCA - NVS - RME - SPAK
Tel: 021 652 79 43
Chemin de Florimont 3
1066 Epalinges

www.centre-eveil.ch

Naturopathie
Micronutrition
Diététique
Massages
Réflexologie
Lecture de pieds
Reboutologie
Approche holistique

BULLETIN D'INFORMATION DE L'ASSOCIATION BIOCONSOMMACTEURS

gème année

Parution quatre fois par année

Tirage

2'500 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, Anne Pécoud-Girardet

Graphisme

Alain Perret (alpgraphisme@infomaniak.ch)

Impression

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

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

Publicité

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

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



Pharmacies Populaires

Votre santé au meilleur prix!

Rue de l'Ale 40
Lausanne

Tél. 021 312 35 73

Bd de Grancy
Lausanne

Tél. 021 616 38 62

Av. d'Echallens 61
Lausanne

Tél. 021 624 08 70

Rte d'Oron 4
Lausanne

Tél. 021 652 48 70

Grand-Rue 100
Morges

Tél. 021 801 27 34

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

*Les Herbettes
en Tête*

à Colombettes
à 1628 Vuadens

**Prochaine édition
les 27 et 28 mai 2017**

Le Jardin des Senteurs

www.herbettesenfete.ch

 **EcoCompobag**

+50% de sacs -83% de packaging +38% de source végétale

15
sacs



Le compost enfin accessible à tous

 **BioApply**