

L'ÉPI info

Le journal saisonnier de votre coopérative Les 7 épis



Sommaire

- Actualités p.2&3

Ne ratez pas le dîner-concert du printemps, samedi 18 mai, 20h à Croc'épi.

- Animations magasin p.4,5&6

Des innovations, une conférence et une visite chez un de nos producteurs locaux.

- Portrait producteur p.7

René Kermagoret, maraîcher bio à Kervignac, transmet à la jeune génération.

- Dossier écocide p.8&9

Interview de Valérie Cabanès, la porte-parole "ARRETONS L'ECOCIDE EN EUROPE"

- Les engagements biocoop p.10&11

Un point sur la gamme "Ensemble pour plus de sens" et le projet "Energies partagées"

- Les produits coups de coeur p.12

Les nouveautés et les coups de coeur, proposés en magasin.

Le mot du Conseil de Surveillance

Notre coopérative, toujours en mouvement...



Un mot tout d'abord sur notre structure juridique, nos statuts.

Comme vous le savez (ou pas), nous sommes une Société Anonyme Coopérative de Consommation à capital variable, à Directoire et Conseil de Surveillance. Le nom est un peu pompeux, ou simplement long, question de point de vue, mais c'est la simple

réalité. Cela suppose une structure vivante et dynamique dans tous les secteurs. Que ce soit pour les membres du Directoire ou pour les membres du Conseil de Surveillance (ces derniers sont des adhérents comme vous et moi).

Nous respectons le cahier des charges BIOCOOP qui nous garantit une bio de qualité, Biocoop est également notre « fournisseur » principal, portons donc son enseigne.

Si je me permets ce rappel, c'est que notre structure nécessite aujourd'hui d'étoffer son conseil de surveillance. Le nombre maximum de personnes membres du conseil de surveillance ne doit pas dépasser 9, et ce nombre est nécessaire. Aujourd'hui nous sommes 5, et deux vont l'intégrer lors de la prochaine assemblée générale, le 19 juin à Croc'épi. Mais il nous faut plus de forces vives.

Je fais donc un appel aux bonnes volontés car un renouvellement régulier est indispensable pour que ce type de gestion d'entreprise ait un sens. Nous sommes tous adhérents, consom'acteurs, et nous aimons cette gestion coopérative.

Nos défis sont nombreux, nous procéderons cette année au déménagement de Lanester, ce magasin va certainement devenir notre vitrine, ensuite nous devons certainement repenser le magasin de Lorient, sans oublier le restaurant et le magasin de Mellac.

Si vous souhaitez intégrer le conseil de surveillance, merci de prendre directement contact avec moi par l'adresse mail suivante : bernard.cossec@orange.fr

Bernard COSSEC, Président du Conseil de Surveillance

Les cours de cuisine enfants au restaurant

**Pour les 6/12 ans**

Mercredi 15 mai : les biscuits bretons
Mercredi 12 juin : atelier bonbon

**Cours confirmé 8/14 ans**

Mercredi 27 mai : le kouing aman
Mercredi 19 juin : le milk-shake aux fruits de saison

Le restaurant propose 2 cours par mois, toujours le mercredi matin de 10h à 12h au restaurant Croc'Épi, impasse Jean St Marc. 12€ le cours enfant (6/12 ans), 15€ le cours confirmé (8/14 ans). Réservations : 02 97 88 31 38 jusqu'à 15h ou crocepi@orange.fr

EN MAGASIN : LES ANIMATIONS CULINAIRES DE SYLVIE

Découvrez la cuisine bio, chaque mois dans vos magasins. Sylvie Jézéquel se consacre aux cours et animations "Cuisine" à Lorient, Lanester et Mellac. Diététicienne de formation, elle donne des recettes, conseils et fait goûter ses délicieuses préparations sur différents thèmes

La cuisine équitable

Vendredi 3 mai, Lorient
Mercredi 15 mai, Lanester
Vendredi 24 mai Mellac

Les « crèm'cuisine » végétales

Vendredi 31 mai, Lorient
Vendredi 7 juin, Mellac
Mercredi 12 juin, Lanester

Les fruits d'été

Vendredi 21 juin, Lorient
Vendredi 28 juin, Lanester
Vendredi 5 juillet, Mellac

« Pique-nique & bio »

Vendredi 12 juillet, Lanester
Vendredi 9 août, Lorient
Vendredi 16 août, Mellac

Cuisiner bio sans se ruiner

Vendredi 23 août, Lorient
Vendredi 30 août, Lanester
Vendredi 6 septembre, Mellac



Conférence sur les Elixirs floraux DEVA avec Jean-François LE GALL vendredi 7 juin, à 20h au restaurant Croc'Épi à Lorient

Jean-François Le Gall, pharmacien spécialisé en produits dérivés du végétal, tiendra une conférence sur les élixirs floraux (ou Feurs de Bach) vendredi 7 juin prochain à 20h au restaurant Croc'Épi à Lorient - Entrée gratuite.

Source d'équilibre et de bien-être, les élixirs floraux sont utilisés pour harmoniser la vie psychique, stimuler notre vitalité et nous aider à relever les défis de l'existence. Ils agissent en transformant les émotions, les habitudes et les attitudes comportementales qui entravent l'épanouissement personnel et qui perturbent la santé (lire p. 5).



Assemblée Générale de votre Biocoop Les 7 épis Mercredi 19 juin à 20h, restaurant Croc'Épi

sur seconde convocation si, comme lors de toutes les assemblées précédentes, la première réunion ne réunissait pas le quorum nécessaire.

Chaque année, au mois de juin, l'Assemblée Générale des 7 épis invite tous les coopérateurs à participer aux choix, décisions et votes de la coopérative, pour continuer de mener à bien, ensemble, le projet commun de développer une bio locale, écologique et solidaire. Vous avez un numéro d'adhérent? Alors venez à l'AG! La soirée se terminera par un pot de l'amitié et une dégustation de produits préparés par l'équipe du restaurant Croc'Épi.

Dîner-Concert Bobby & Sue

Samedi 18 mai à Croc'épi

ça va swinguer au restaurant bio Croc'épi, samedi 18 mai pour le concert du jeune et déjà célèbre duo jazz breton Bobby & Sue. RDV à 20h autour d'un apéritif de bienvenue.

«Duo intimiste du Far-west breton, Bobby & Sue mise sur l'émotion. La voix de Sue vous cueille dès les premiers mots soufflés à l'oreille. Tour à tour envoûtante et fatale, elle se met au service de mélodies dépouillées sur les grilles évoluées de Bobby, qui joue les funambules à la guitare et au piano. Tantôt jazz, parfois soul, un brun country, toujours blues : Une véritable invitation au voyage au cœur de la musique américaine aux multiples couleurs, qu'ils s'approprient à travers leurs compositions originales écrites à quatre mains.»

Tarifs : 25€, 12€ (- de 10 ans) : Apéritif + Repas + Café

Infos, réservations : 02 97 88 31 38 (jusqu'à 15h) ou 02 97 37 91 56

par mail : communication@les7epis.fr

Nombre de places limité, réservations obligatoires en magasin ou au restaurant.



Nettoyage de plage avant l'été

*Rendez-vous le samedi 25 mai 2013,
à 10h sur la plage de Toulhars.*

Vos magasins les 7 épis organisent un grand nettoyage de plage le samedi 25 mai de 10h à 13h sur la plage de Toulhars à Larmor-plage. Cet événement s'inscrit dans le cadre des Initiatives Océanes. Ce sont des événements emblématiques de la Surfrider Foundation Europe, une association qui protège nos océans de toutes sortes de pollutions. Pour ce nettoyage, venez

avec vos enfants, cette action a pour but de sensibiliser sur la durée de vie des déchets et sur l'importance de ne pas les jeter dans la nature. Chaque seconde, l'être humain déverse 206 Kg de plastique dans les océans et cela représente 75% des déchets aquatiques. 500 milliards de sacs plastique sont utilisés tous les ans dans le monde et seul 5% sont recyclés. Sans oublier la faune, 1 million d'oiseaux et 100 000 tortues meurent chaque année à cause de cette pollution. C'est pourquoi nous vous attendons, armés de vos gants. Le nettoyage de plage se terminera par une dégustation de produits bio préparés par votre magasin.



*Des produits équitables,
des produits solidaires,
C'est ce que nous vous
proposons de découvrir
pendant cette quinzaine.*

jusqu'au 19 mai, c'est la quinzaine du commerce équitable avec de nombreux événements organisés partout en France. Depuis toujours, la Biocoop respecte le travail des producteurs afin que tout le monde soit gagnant, du producteur aux consommateurs. Notre démarche est celle du commerce équitable, nord-sud mais aussi nord-nord. Cela signifie qu'il existe un réel partenariat entre Biocoop et les artisans-producteurs du sud comme du nord. Des contrats sont signés et

garantissent de bonnes conditions de travail, une vente tout au long de l'année à un juste prix pour le producteur et un produit de qualité pour le consommateur. Les 7 épis s'associent à cette opération en offrant des petits déjeuners issus du commerce équitable. Rendez-vous mercredi 15 mai à Lorient, vendredi 17 mai à Lanester et samedi 18 mai à Mellac. Vous trouverez plus d'informations sur <http://www.quinzaine-commerce-equitable.fr>



Les 7 épis et le sport

Trail de Mellac

Le 14 avril dernier, le fameux trail de KERNAULT à Mellac était organisé par l'association des « Tamalou » pour la 5ème année consécutive. Tous les ans, votre Biocoop de Mellac est partenaire de l'évènement sur tout le ravitaillement : jus d'orange, fruits secs, gâteaux secs, pains spéciaux, fruits (oranges et bananes). Les produits sont offerts à l'arrivée pour la plus grande joie des 500 coureurs. C'est Carole, salariée du magasin de Mellac, qui s'occupe de toute l'organisation. Chapeau et merci Carole !

Nouvelle certification écologique pour notre coopérative

Les 7 épis labellisés « Entreprise éco-responsable »

Grâce à l'entreprise « Eco-action + » basée à Brest, notre coopérative est nouvellement labellisée « Entreprise éco-responsable de Bretagne ». Les 7 épis viennent de signer une charte visant à sensibiliser tous les collaborateurs et salariés de l'entreprise à respecter le tri dans les locaux. « Eco-action+ » a mis en place dans chaque magasin, différentes grandes boîtes pour la récupération et le tri du papier bien sûr mais aussi des piles, des batteries (téléphones et ordinateurs) et des consommables d'impression : toners laser et cartouches d'encre. Toutes les ampoules basse consommation, luminaires et tubes néon des magasins sont également ramassés par la jeune entreprise brestoise avec un enlèvement une fois par mois. Cette démarche de logique environnementale s'inscrit au niveau local et régional car toutes les unités de recyclage, traitement ou réemploi des matériaux récupérés, se situent en Bretagne. Cette démarche est interne à la coopérative mais vous avez dû remarquer qu'« Eco action+ » a aussi mis en place des récupérateurs de piles pour les consommateurs à chaque entrée de magasin.



Entreprises
co-responsables
de BRETAGNE



Dimitri développe la solution de transformer l'eau présente dans l'air

“Eau Pour Tous” crée de l'eau propre à consommer, partout dans le monde

EAU POUR TOUS est un fond de dotation (structure à mi-chemin entre l'association et la coopérative) qui développe des solutions innovantes comme celle de transformer l'eau présente dans l'air pour la rendre propre à la consommation. Ainsi, “Eau pour Tous” facilite l'accès à l'eau potable en déployant des générateurs, partout dans le monde. Dimitri Nascaro, lorientais et consommateur des 7 épis, crée cette structure en 2012. Son idée : coupler les énergies renouvelables, l'accès à l'eau et l'humanitaire. Il a déjà co-créé en 2004 l'association lorientaise « Les amis de Ceylan » suite au Tsunami pour venir en aide au Sri-Lanka et a permis la reconstruction de 43 maisons.

Il présente au mois de juin dans vos magasins les 7 épis, un générateur d'eau atmosphérique, qui produit de l'eau potable à partir de l'air ambiant. Venez goûter cette eau à partir du 7 juin au magasin de Lorient,

Puis la machine sera transférée le 14 juin à Lanester, et enfin à partir du 21 juin à Mellac.

Un concert de Gospel est organisé le 17 mai à 20h30 à l'église Sacré Cœur du Moustoir, Boulevard

Léon Blum à Lorient. Les bénéfices de la soirée seront entièrement reversés à Eau pour tous

Plus d'infos sur : www.eaupourtous.org



Conférence vendredi 7 juin à 20h au restaurant Croc'épi

DES FLEURS DE BACH... AUX ELIXIRS FLORAUX CONTEMPORAINS



Jean-François Le Gall, formateur en élixirs floraux, nous livre un avant goût du contenu de sa conférence...

AU COMMENCEMENT, ETAIT LE DR BACH

Il est bien sûr impossible de parler d'élixirs de fleurs sans commencer par décrire l'aventure de ce médecin anglais : le Dr Bach qui les a découverts il y a 70 ans, entre 1930 et 1936 pour être précis.

L'originalité de sa vie est particulièrement intéressante si l'on prend en compte l'évolution de cet homme confortablement installé dans les beaux quartiers londoniens (Harley Street). Il va se remettre en cause au point d'abandonner son confort matériel pour mettre au point un nouveau système de santé qui, comme toute innovation dans ce domaine, suscite d'abord l'incompréhension et le rejet de ses pairs... Ses qualités d'observation hors du commun et son intuition lui font penser que l'origine des maladies se trouve dans le psychisme et il cherche dans la nature un moyen de rétablir, de façon naturelle et le plus simplement possible, l'équilibre perturbé de ses concitoyens. Ainsi, il classera ses patients en sept catégories en fonction de l'état d'âme négatif qui les caractérise et qui bloque leur développement harmonieux : la peur, l'hypersensibilité aux influences et aux idées, la solitude, l'incertitude, le souci excessif du bien être d'autrui, le manque d'intérêt pour le présent, le désespoir... Toute la théorie de la thérapie florale est résumée dans cette approche psycho-émotionnelle qui vise à utiliser ce catalyseur qu'est l'élixir floral pour ré-harmoniser les émotions. Cette façon d'appréhender les choses, utilise parfois la métaphore musicale qui « ré-accorde » l'homme à son état psychique optimal. L'élixir floral fait davantage référence à la physique qu'à la chimie dans la mesure où l'on explique son action par une résonance entre l'homme et cet état sublimé du végétal que représente la fleur.

Cette « quintessence » est spécifique d'une espèce florale et apporte un message que l'on peut assimiler à l'antidote d'un état d'âme négatif qui nous perturbe. De tous temps et dans toutes les traditions du monde, les fleurs accompagnent les émotions humaines encore fallait-il penser à en faire un système thérapeutique

structuré. C'est Edward Bach qui le premier aura franchi cette barrière qui fait passer la partie la plus noble du végétal du domaine esthétique au domaine thérapeutique.

DEFINITION ET FABRICATION D'UN ELIXIR

Le mot élixir dérive de l'arabe « el axir » qui signifie l'essence... On appelle ainsi toute préparation dont l'alcool sert de support au principe actif ou à « l'essence » d'une plante. Pour fabriquer un élixir floral on



procède en deux étapes : Il faut d'abord obtenir l'élixir-mère par macération solaire de fleurs dans de l'eau. Dès leur cueillette, les fleurs sont immédiatement déposées à la surface d'une eau de source très pure, puis exposées au soleil dans leur milieu naturel pendant plusieurs heures. L'élixir-mère ainsi obtenu après avoir retiré les fleurs est mélangé à de l'alcool de fruit qui sert de conservateur et de vecteur énergétique. Après dynamisation, l'étape suivante consiste à préparer l'élixir floral définitif en diluant au 120^{ème} l'élixir mère dans un mélange eau-alcool de fruit. Il est important de réaliser cet élixir au moment du pic de floraison et dans un environnement non pollué.

LES 38 ELIXIRS DU DR BACH

La subtilité des fleurs est une évidence, vous ne serez donc pas surpris d'apprendre qu'Edward Bach mit un certain temps à percer leur secret. Il ressentait intuitivement qu'elles concentraient en elles des vertus autres que celles du végétal utilisé en phytothérapie à dose pondérale mais il fallait en capter toute la subtilité et après expérimentation de la rosée

des fleurs il eut l'idée géniale d'utiliser l'énergie solaire pour extraire et saisir les propriétés des fleurs sauvages. Il faut souligner la profondeur de l'analyse d'Edward Bach car elle prend en compte des notions que la médecine de l'époque négligeait complètement à savoir l'approche psychologique qui confine parfois à la psychanalyse. Il est remarquable par exemple de savoir que la peur n'est pas considérée comme une entité en soi mais on donnera une fleur différente pour quelqu'un dont la peur s'apparente à de la terreur (Hélianthème) et quelqu'un qui a peur pour son entourage (Marronnier rouge). Après avoir expérimenté, sur lui-même l'élixir d'impatience, il mettra au point 12 premiers élixirs, les « 12 guérisseurs ». D'autres découvertes viendront ensuite et on peut considérer qu'en 6 ans il mettra au point une palette d'élixirs floraux (38 en tout) permettant de soulager l'essentiel des troubles du psychisme humain dans ses caractères fondamentaux.

Il réalisera une seule association de fleurs : le fameux « Rescue », élixir de rétablissement par excellence, ouvrant ainsi la voie à une approche très intéressante qui est la recherche de la synergie en associant les fleurs entre elles.

LES ELIXIRS CONTEMPORAINS

Nous ne rendrons jamais assez hommage aux « fleurs de Bach » qui prennent en charge les fondamentaux de la psychologie humaine mais depuis la fin des années 70 sont apparus de nouveaux élixirs... Il aura fallu près de 50 ans pour oser poursuivre l'œuvre de ce grand médecin que les Anglais appelaient le nouvel Hahnemann... Cette fois, l'initiative vient des Etats-Unis et ces nouveaux pionniers s'appellent Richard Katz et Patricia Kaminski à l'origine de la Flower Essence Society. L'approche est toujours la même, intuitive et expérimentale, mais les élixirs floraux de la nouvelle génération abordent des thèmes apparus dans les préoccupations de nos contemporains : communication, sexualité, créativité, confiance en soi mais aussi bien être physique (des sportifs de haut niveau utilisent les élixirs pour se préparer aux épreuves)...

C'est le début d'une nouvelle ère qui verra se développer de nouveaux centres de recherche un peu partout dans le monde. En France, le fer de lance de cette recherche, Philippe Deroide, responsable du laboratoire DEVA et de l'institut de recherche et de formation sur les élixirs floraux, GAÏA, développe depuis 1985 de nouveaux élixirs répondant aux problématiques de notre époque. Pour rentrer plus facilement dans l'univers des élixirs floraux, il existe des associations d'élixirs floraux que l'on appelle « complexes » qui nous permettent de faire face aux défis de la vie moderne dans les meilleures conditions pour nous accompagner notamment dans les périodes clés de l'existence : Grossesse, Adolescence, Age mûr...

INTERET ET LIMITES DES ELIXIRS FLORAUX

Quand on parle d'élixirs floraux, il me semble important de garder les pieds sur terre et de définir au mieux leur rôle qui est d'abord de favoriser l'épanouissement du psychisme ou de susciter une détente qui aura une action bénéfique sur notre bien être physique, sans se substituer à une démarche médicale car ce ne sont pas des médicaments. Leur action est très subtile et ils sont très utiles pour favoriser le lâcher-prise qui nous fera prendre du recul et cela suffit parfois à modifier le cours des choses en mettant fin à un cercle vicieux de crispation. C'est aussi une aide efficace pour travailler sur soi, pour cerner au mieux sa personnalité et entreprendre un cheminement basé sur le fameux « connais-toi, toi-même » de Socrate.

AVENIR ET ELIXIRS FLORAUX

En ce début de nouveau millénaire, on

parle beaucoup de retour à la nature, il est probable en effet que l'homme du 21^{ème} siècle devra remettre en cause son mode de vie s'il ne veut pas compromettre l'avenir de la planète. Dans le domaine de la santé, le concept de prévention est devenu une priorité et on peut lire dans un rapport très sérieux de Foreseen (observatoire international des tendances sociologiques) intitulé : « Du corps machine à la santé harmonique » que : « Après la révolution des corps commencée dans les souffrances physiques de la Grande Guerre et achevée dans les plaisirs de la libération sexuelle, une nouvelle révolution s'annonce, celle de la santé. Le corps ne sera plus demain cet objet dont on use et abuse et que l'on abandonne une fois brisé à la toute puissance d'une médecine mécaniste mais le sujet autonome d'une médecine holistique.

Fabienne Glasson mène son activité en GFA, avec l'aide de "Terre de Lien".

Les jardins de Fanon à Rohan

Il y a 7 ans, Fabienne Glasson décide de travailler avec les plantes et les herbes, sauvages, aromatiques, bienfaitantes... Elle s'intéresse aux plantes de manière holistique, dans leur globalité, pas seulement d'un point de vue thérapeutique mais aussi pour leur texture, leur saveur, leur goût, leur couleur, leur odeur... et leurs bienfaits comme remèdes de la terre. Ce qu'elle aime avant tout dans cette activité c'est la partie cueillette, être à quatre pattes dans l'herbe toute la journée pour ramasser l'infiniment petit... les pétales de coquelicots, les fleurs de bourrache, les queues de cerises...

Elle souhaite en 2006, acquérir des terres pour en faire son métier, mais la pression foncière est telle que son besoin de financement est trop important à assumer seule. 25400€ sont nécessaires pour accéder au foncier et démarrer son activité. Une solution s'offre à elle : la constitution d'un GFA (Groupe-ment Foncier Agricole).

Le GFA

Il s'agit d'une sorte de SCI spécifique au milieu agricole. Des personnes ayant de l'argent disponible et souhaitant investir dans un projet, achètent des parts, 100 € la part dans le cas de Fabienne. Ainsi ces gens deviennent sociétaires du GFA et co-propriétaires des terres sur lesquelles elle travaille. Fabienne est locataire, elle verse un fermage (loyer) aux sociétaires du GFA. L'activité fonctionne ainsi depuis 2005.

Le rôle de Terre de Lien

Les Jardins de Fanon bénéficient depuis leur création d'un soutien de la part de l'association « Terre de Lien » qui propose exactement ce système de GFA mais à grande échelle. Le but de « Terre de Liens » est de rendre accessibles les terres agricoles disponibles à un maximum de producteurs qui souhaitent s'installer et développer leur activité, notamment



en bio. Il est toujours possible de devenir actionnaire de la foncière Terre de Lien. Plus d'infos sur <http://www.terrede-liens.org/>

Nouveau local

Pour l'heure, Fabienne construit un local professionnel de 70 m². 50% de la surface serviront à sécher les plantes, l'autre partie servira de lieu de stockage, d'ensachage et accueillera le public. Ce bâtiment est entièrement construit en matériaux écologiques : structure et ossature bois, murs en paille, enduits de terre (du jardin) sur les murs intérieurs et extérieurs, isolation en ouate de cellulose, cloisons en fermacell...

Vendredi 14 juin, vos Biocoop les 7 épis et Fabienne Glasson proposent une journée de découverte de Rohan et des Jardins de Fanon. Départ à 10h00 du magasin de Lorient (en co-voiturage), arrivée à Rohan vers 11h. Visite des halles et ballade dans la ville située sur les bords de l'Oust et du Canal de Nantes à Brest. Pique-nique chez Fabienne (prévoir le pique-nique) et visite de l'activité des Jardins, du local professionnel, réponses à vos questions... Pour participer à cette journée appelez Aude à Lorient au 02 97 37 91 56 ou envoyez un mail à communication@les7epis.fr.



Renan et Germain reprennent le GAEC du Hingair à Kervignac

René transmet à la nouvelle génération



Le plus célèbre des producteurs locaux des 7 épis, René Kermagoret, a pris sa retraite le 1er janvier 2013. Et c'est une véritable page qui se tourne pour nos magasins. Célèbre, car René est connu comme le loup blanc dans le monde la bio. Véritable pionnier des 7 épis (il approvisionne nos biocoops depuis 25 ans), René a aussi été membre actif puis président du GAB 56 (Groupement des Agriculteurs Biologiques du Morbihan) de 2006 à 2009. Aujourd'hui à 63 ans, il choisit de lever le pied et de faire confiance à deux jeunes passionnés de maraîchage pour s'occuper de ses terres et continuer de développer une bio respectueuse et efficiente.

Fervent défenseur du vivant, militant anti-OGM, René s'engage d'abord à Merlevenez en 88 puis à Kervignac en 95 avec moins d'un hectare de terre. Il part de rien, ses parents agriculteurs pensent que la bio est un retour en arrière, ils ont une attitude plutôt négative face à son projet. Mais René persiste, il croit fermement aux travaux de l'agronome écologiste et auteur de nombreux ouvrages René Dumont. **« René Dumont m'a sensibilisé aux problèmes agro-environnementaux, dit-il. Les bases de la bio, je les ai trouvées dans les ouvrages de Steiner et surtout Dominique Soltner et d'autres moins connus, on se réfère toujours à ces principes. ».**

A l'époque, la profession n'est pas structurée, le peu d'agriculteurs qui se lancent en bio se retrouvent seuls face à un travail monstre car l'agriculture biologique ne dispose pas d'autres outils que l'huile de coude pour désherber, fertiliser... ou cultiver, tout simplement. Les débouchés ne sont pas non plus énormes et les volumes vendus sont relativement faibles. Mais la Biocoop de Lorient, installée depuis 1991 dans une petite boutique rue de Larmor, puis à Lanveur, permet à René de vendre ses produits avec une certaine garantie. **« Les 7 épis m'ont permis de développer mon activité en toute sécurité »** dit-il.

Aujourd'hui, le Gaëc du Hingair s'étend sur 4 hectares et demi, dont 2 hectares en fruits et légumes (95% de légumes). Renan et Germain héritent d'une belle exploitation, bien con-

nue dans la région et qui fonctionne parfaitement (avec une météo clémente, bien sûr). **« Nous avons vendu des légumes le 2 janvier, après seulement 2 jours d'activité, c'est un vrai luxe »**, nous dit Germain.

La transmission de l'entreprise s'est passée idéalement. Renan Lopin 35 ans, travaille chez René depuis 10 ans, il est embauché directement après son stage de BTS horticole. Il connaît bien la ferme et toute la production légumière. Germain Mahéo 31 ans, a, lui, bénéficié d'un contrat de parrainage qui a largement facilité la transmission de l'entreprise. Les deux garçons ne se connaissaient pas, tous les deux souhaitaient s'installer en maraîchage mais pas seuls. Ils se sont bien trouvés, chez René.

Au niveau des rôles, ils se partagent les tâches : administratif et entretien matériel pour Renan. Entretien paysagé, fertilisation et communication pour Germain. Ensuite ils alternent un mois sur deux le travail de livraison, conditionnement et de récolte. Et puis René est toujours là en cas de coups de bourre ou pour les « corvées », comme ils disent. Car René habite toujours sur place, il loue ses terres aux repreneurs. **« J'ai laissé le choix aux gars »,** dit-il. **« Ils pouvaient acheter la maison et les terres, j'étais prêt à partir, mais ils ont préféré le système de location ».** Cette solution n'empêche pas les deux jeunes gens de se projeter dans un gros projet d'installation. Ils souhaitent construire un hangar agricole tout en bois pour faire un bureau, un atelier, un espace de stockage... mais aussi pour couper le cordon avec René car l'accès aux terres se fait encore par chez lui.

« Nous bénéficions aujourd'hui d'un contexte favorable et aussi d'aides financières conséquentes, du coup on est plutôt confiants pour l'avenir, » dit Renan.

« C'est pas gagné les gars ! » prévient affectueusement René, **« même si aujourd'hui la demande en fruits et légumes bio est supérieure à l'offre, que la profession s'est pas mal structurée, que vous êtes très forts en informatique et que vous êtes bien organisés... il va falloir bosser dur et ne pas compter ses heures. Moi j'ai travaillé en été jusqu'à 90h par semaine les premières années. Vous deux, malgré les aides dont vous bénéficiez, vous ne pourrez pas rester regarder voler les oiseaux pour avoir un revenu ! On nous dit que les produits bio sont chers, pour nous paysans bio ils sont trop bas par rapport au travail fourni ».** Il est vrai que les jeunes ont envie d'avoir une vie. Quand la météo les empêche de travailler et que le vent est bon, Renan le Kitesurfer et Germain le véliplanchiste foncent à l'eau pour s'adonner aux plaisirs de la glisse. Mais les deux générations se rejoignent sur un point, le plus important : leur vision du travail en agriculture biologique. Pour eux, l'éthique ne doit pas être un frein à la rationalisation du travail. Au Hingair, chaque tâche est calée, chaque geste est réfléchi. **« On prend le temps de ne pas perdre de temps »**, nous dit Germain. **« Avec Renan, on veut réussir pour montrer aux conventionnels qu'on est crédible. On souhaite leur prouver qu'on peut avoir un revenu correct et une vraie vie, en travaillant en bio ».** Le pari est ambitieux mais les jeunes agriculteurs sont prêts à en découdre.

Arrêtons l'Ecocide en Europe !

Si l'on vous donnait la possibilité, aujourd'hui, à vous consom'acteurs, d'impulser une loi qui pourrait mettre un terme à la destruction de nos écosystèmes et garantir l'avenir des générations futures... Vous seriez partant pour signer ? Et bien il existe une possibilité de le faire, en rassemblant un million de signatures provenant d'au moins 7 pays européens. C'est ce que propose Valérie Cabanès, juriste en droit international et porte-parole pour la France de l'initiative citoyenne « Arrêtons l'écocide en Europe ». Elle nous explique comment cette loi, si elle est votée au parlement européen, peut renverser le sort réservé à notre belle planète ...

D'où est partie cette initiative citoyenne européenne, comment vous êtes-vous engagée dans ce projet de loi ?

Suite à une conférence faite avec le chef amérindien Raoni à Paris pour défendre l'Amazonie contre la construction de barrages géants, une auditrice m'a interpellée pour me dire qu'une initiative souhaitant donner des droits à la nature se constituait et cherchait un représentant en France, en juin dernier. Je me suis d'abord renseignée sur le projet de loi qui en est à l'origine, à savoir celui proposé par l'avocate anglaise Polly Higgins à la commission des lois des Nations Unies en 2010. Elle demande à ce que le crime d'écocide soit reconnu 5ème crime contre la Paix et puisse être jugé par la Cour pénale internationale. J'ai trouvé cela brillant, je me suis donc proposée pour rejoindre ce groupe de citoyens européens qui souhaitaient aussi interpellier la commission européenne sur le crime d'écocide. L'Europe est Prix Nobel de la paix, elle doit montrer l'exemple.

Concrètement, qu'est-ce que cela va changer, comment cela va se traduire pénalement si cette loi passe ...

A l'heure actuelle, les directives européennes protègent des éléments de la nature (le sol, l'air, les espaces protégés, les espèces menacées) mais ne reconnaissent pas le rôle des écosystèmes en tant que tel et la dépendance des humains à ceux-ci. Si cette loi passe ce ne sont plus seulement des personnes morales qui seront reconnues responsables

de crimes contre l'environnement, mais des personnes physiques. Nous voulons que les dirigeants, en tant que personnes physiques, puissent être tenus responsables afin qu'ils réorientent leurs choix vers des technologies moins polluantes, ou moins dangereuses. En étant sous la coupe des actionnaires, et jamais inquiétés par la justice, ils continuent à agir de façon irrespectueuse. Là ils feront plus attention, et seront en capacité de dire non. Le crime d'écocide sera aussi reconnu en dehors du territoire européen si commis par des Européens (c'est nouveau aussi) et l'importation de produits issus d'un écocide sera interdite sur le territoire européen, afin d'éviter les délocalisations. Et oui, Polly Higgins a pensé à tout ! Toute impunité sera levée, même pour des chefs de gouvernement, et la notion de complicité sera reconnue (conseillers, financiers...)

Cet aspect répressif de la directive a en fait une visée dissuasive et incitatrice. Si la directive est votée, elle prévoit dès sa mise en vigueur une période de transition technologique qui permettra aux entreprises de se mettre en conformité avec la loi avant que des sanctions puissent être applicables. Ainsi, un patron ne pourra être poursuivi pendant les 5 premières années d'application, pendant ce temps il sera en mesure, sous le couperet de la loi, d'inciter sa société, ses actionnaires à investir dans des technologies nouvelles, moins polluantes et ainsi contribuer à accélérer la transition énergétique. Les politiques n'ont pas réussi, sous la pression des lobbies, à imposer cette transition. La loi doit le faire aujourd'hui car il y a urgence. 43% des ressources terrestres ont été utilisées pour l'homme, le point de rupture est à 50%... et il se présente dans quelques décennies.

Cela paraît incroyable qu'aucun homme n'ait encore pu être tenu responsable des dégâts causés à l'environnement ... jusqu'à ce projet de loi

C'est la première fois que des personnes physiques pourraient être inquiétées quand il y a catastrophe environnementale, sans mort d'homme. En cela nous souhaitons donner des droits à la nature, c'est à dire reconnaître que détruire un écosystème est un crime en soi, que ce crime ne peut être juste calculé en valeur marchande, commerciale comme c'est le cas aujourd'hui. D'où l'importance

d'une justice restauratrice qui est aussi un point de ce projet de directive.

Cette loi permet de replacer l'homme à sa juste place dans le cycle de la vie, elle oblige à un changement de paradigme qui n'est pas nouveau chez les populations autochtones qui vivent en symbiose avec leur environnement, mais qui est révolutionnaire dans la pensée moderne occidentale. Elle a de plus un impact énorme sur nos modes de consommation, les énergies fossiles sont de fait remises en question, la technologie nucléaire aussi, les mines à ciel ouvert, les immenses barrages, l'agriculture intensive, tout ceci doit être remis en question si l'on regarde la nature non plus comme une ressource, mais comme la matrice qui nous permet en tant qu'espèce de rester en vie. Derrière les mots juridiques, c'est notre relation au vivant qui est questionnée. La loi ne prévoit plus de prendre en compte le facteur risque d'une technologie mais la hauteur des conséquences d'une catastrophe, c'est pourquoi même la technologie nucléaire est remise en cause selon ce principe, car les conséquences d'un Fukushima sont incommensurables et ça aussi c'est totalement nouveau c'est le principe de précaution à l'état pur.

Quand la firme pétrolière anglaise BP est jugée pour la catastrophe dans le golfe du Mexique, son amende est calculée en fonction des pertes financières des riverains de Louisiane. Idem pour Total et l'Erika. Avec cette loi, nous pourrions poursuivre une société et ses dirigeants pour avoir tué des milliers de goélands et des millions de poissons au nom d'une association de défense des animaux, ce pour leur valeur écologique. En France, cette notion commence à être débattue sous le nom de préjudice écologique, mais pour l'instant, les patrons sont tranquilles.

On peut, nous citoyens, aider à faire en sorte que cette loi passe ?

Oui, en tant que citoyen, on aurait pu se contenter de signer une pétition; mais où va cette pétition ? Pour l'Europe, elle va sur le bureau du président de parlement européen qui n'a absolument



pas mandat à proposer des lois. C'est la commission européenne qui propose les lois au parlement européen. Le traité de Lisbonne a mis en place un outil de démocratie directe et participative, l'initiative citoyenne européenne.

Cet outil permet aux citoyens de faire eux-mêmes une proposition de loi/directive à la commission qui a le devoir de l'étudier si elle réunit un million de signatures de soutien dans au moins 7 pays européens, ensuite la commission soumet le projet au parlement mais en échange de cet engagement démocratique, la commission nous oblige à sécuriser le site de collecte de signatures sur un serveur dédié et certifié, et demande à vérifier que les personnes qui signent sont réelles (code captcha) et européennes (carte d'identité demandée).

On peut aussi signer sur papier?

Oui on peut signer sur papier, des formulaires vont être téléchargeables sur le site ou peuvent être envoyés par mail à qui souhaitent les imprimer. Je centraliserai ensuite les formulaires pour les faire valider par la CNIL en fin de parcours et les transférer à la CE, là aussi un numéro d'identité est demandé, il faut voir cet appel comme un vote citoyen. Quand on vote à la mairie, on vient avec sa carte d'identité.

Si cette loi passe cela peut aller très loin, y a-t-il des risques pour vous? Vous pourriez vous sentir menacée, il y a tellement d'enjeux financiers.

On verra quand le million de signatures sera atteint, le bras de fer avec les lobbies à Bruxelles se tiendra après le 21 janvier 2014, d'ici là je fais de la musculation ahah... Mais je suis adepte de Gandhi, alors... Sans rire, je pense que ce projet est un facteur de paix car il permettra d'enrayer des conflits géopolitiques majeurs dans le monde, d'autre part c'est bon aussi pour l'économie mais «la verte»

Et au niveau des OGM? Cette loi pourrait changer les choses ?

Evidemment, les OGM comme les pesticides ont un impact sur notre santé, les dernières études le prouvent et ont aussi un impact sur les essaims d'abeilles et la qualité du miel qui devient impropre à la consommation. Sans les abeilles, que devenons-nous ? Sans pollinisation, la vie végétale est condamnée puis tous les êtres vivants qui s'en nourrissent. L'impact des OGM et des pesticides

est reconnu internationalement, mais certains pays nient encore les faits sous la pression des lobbies. En Inde, Vandana Shiva disait encore il y a quelques jours que 75% des abeilles avaient été décimées à cause de certains pesticides, sans compter les 250 000 suicides de paysans cultivateurs de coton OGM, en 16 ans, qui se sont ruinés parce que les récoltes ne sont pas aussi prometteuses que prévues et que les semences OGM doivent être rachetées chaque année. L'utilisation d'OGM engendre plusieurs types de crime d'écocide: celui de crime contre la nature, mais il pourrait aussi être qualifié de crime contre l'humanité et de crime contre les générations, en apportant à une Cour des éléments de preuve. Dans le cadre d'une directive européenne qui reconnaîtrait le crime d'Écocide, les chefs de gouvernement n'hésiteraient pas à bannir les OGM et les pesticides néonicotinoïdes d'Europe car leur responsabilité pénale personnelle serait engagée

Y a-t-il des projets de loi comme ça en dehors de l'Europe?

La notion d'écocide existe dans le droit national de dix pays, 9 en ex-URSS qui ont subi des essais nucléaires de la part de l'Union soviétique, et le Vietnam qui a été victime de l'agent Orange, enfin cette notion est discutée au sein des Nations Unies depuis des décennies, un jour elle sera acceptée car on ne pourra plus faire autrement. Polly Higgins concentre ses efforts sur les pays émergents et insulaires, premières victimes du changement climatique et de la raréfaction de leurs ressources, pour obtenir que le statut de Rome (à l'origine de la CPI) soit amendé. Il faut le vote de 81 pays, c'est pas la mer à boire...

Si cette loi passe, on peut donc espérer une totale révolution en Europe et dans le monde au niveau écologique et économique...

Oui mais il ne faut pas le dire trop fort, cela ferait peur à certains, mais c'est aussi pourquoi je suis super motivée. Je la compare à la déclaration des droits de l'homme de 1789 ou à l'abolition de l'esclavage, personne n'était prêt à ces époques, c'est passé à l'arraché et le monde s'est transformé grâce au droit. Signer l'ICE (initiative citoyenne européenne) en ligne sur <http://www.endecocide.eu>. N'oubliez pas de vous munir de votre carte d'identité ou de votre passeport, ceci afin de vérifier que vous êtes bien citoyen européen.

3 journées de collecte de signatures sont prévues le vendredi 24 mai à Lorient, 31 mai à Lanester et 7 juin à Mellac.

3 questions sur l'Écocide

Écocide, Kézaco ? L'écocide se définit comme la destruction totale ou partielle d'un écosystème, une destruction qui, à grande échelle, menace directement ou indirectement la survie de l'Homme en tant qu'espèce. «Eco» vient du grec ancien «maison». «Cidare» vient du latin : «tuer». L'écocide est donc le fait de «détruire la maison», en l'occurrence la seule que nous ayons : la Terre !

Qui est à l'origine de cette loi ?

L'avocate Polly Higgins a proposé une loi contre l'écocide à l'ONU en Avril 2010. La loi contre l'écocide créera une obligation légale rendant les PDG et Chefs d'État légalement responsables de prévenir tout écocide dans le monde. Ce projet de loi contre l'écocide a été publié dans son livre "La Terre est notre affaire" qui a reçu le Prix des lecteurs en Grande-Bretagne. Un Document de Réflexion pour les Gouvernements, « *Fermons la porte aux activités industrielles dangereuses* », a aussi été soumis à tous les gouvernements. Enfin, une campagne internationale de soutien a été lancée sur le site de Eradicating Ecocide.

Comment faire passer cette loi ?

L'initiative citoyenne européenne est une invitation faite à la Commission européenne de présenter une proposition législative dans un domaine dans lequel l'UE est habilitée à légiférer, l'environnement en faisant partie. Pour proposer une modification de la législation ou ajouter votre signature à l'ECI, vous devez être citoyen de l'Union en âge de voter dans votre pays de résidence. Une fois qu'une initiative a été lancée, 1 million de signatures doivent être recueillies en 1 an provenant d'un minimum de 7 pays différents afin qu'elle puisse être examinée par la Commission européenne. Cet objectif atteint, la Commission européenne examinera la proposition avec les organisateurs et leur donnera une chance de s'exprimer lors d'une audition publique au Parlement européen. La Commission européenne publiera ensuite une réponse officielle, en expliquant sa position et l'action qu'elle a l'intention de prendre, le cas échéant.

Biocoop c'est bien plus que du bio...

Ensemble, Solidaires avec les producteurs

Cet hiver, vos magasins biocoop les 7 épis ont revêtu les nouvelles couleurs du logo « Ensemble, solidaires avec les producteurs ». Banderoles, affiches, petits mots doux... nos producteurs étaient à l'honneur et ils ont été gâtés... vous leur avez écrit des messages, des déclarations, des réflexions qui leur sont allés droit au cœur. Car vous le savez très bien, même si le respect des producteurs est devenu l'argument publicitaire du moment pour les grands distributeurs, ces derniers n'ont pas, dans les faits, changé significativement leurs pratiques. Les agriculteurs restent trop souvent la variable d'ajustement du commerce de masse. Chez biocoop, nous sommes engagés depuis 25 ans pour une agriculture paysanne. Nous travaillons quotidiennement aux côtés des producteurs. Nous contribuons à la mise en place de filières bio pérennes et équitables. Et, gage du sérieux de notre action, des représentants de producteurs siègent à notre conseil d'administration. Le résultat de ce travail aujourd'hui : plus de 600 produits bio du quotidien, conçus et fabriqués de manière solidaire et équitable. Nous nous sentons tous, en tant que consom'acteurs, concernés par ceux qui cultivent et fabriquent nos produits. Vous l'avez prouvé en participant massivement au quizz mis en place dans les 3 magasins, près d'une centaine d'entre vous ont gagné des produits du logo ensemble et nous avons récolté autant de petits mots dont voici un extrait...

*Vos petits mots
aux producteurs...*



Lancement de la campagne de sensibilisation aux alternatives énergétiques

Biocoop s'engage pour la transition énergétique citoyenne

Parce que Biocoop, Énergie Partagée et Enercoop ont en commun la perspective d'une consommation plus responsable et plus tournée vers l'implication des consommateurs, Biocoop lance une grande campagne de sensibilisation à l'énergie verte et citoyenne dans ses 330 magasins de France.

Pourquoi une campagne « Pour la transition énergétique » ?

Hausse du prix de l'énergie, raréfaction des ressources fossiles, risques nucléaires, les enjeux énergétiques dépassent largement la simple sphère technique et interrogent notre consommation.

Plus qu'un simple distributeur de produits bio, Biocoop souhaite favoriser l'émergence d'initiatives citoyennes offrant une alternative à la consommation énergétique.

Pour Claude Gruffat, président de Biocoop « cette campagne pour la transition énergétique illustre l'engagement militant de Biocoop en faveur des alternatives. C'est ce même engagement qui nous a poussés à fonder Enercoop en 2005, le premier fournisseur d'électricité 100% renouvelable, et à soutenir aujourd'hui ces projets locaux et citoyens d'énergies renouvelables qui fleurissent partout en France et qu'accompagne le mouvement Énergie Partagée ».

La transition énergétique est déjà en marche

Alors que le débat sur la transition énergétique reste timide, ce partenariat entend pointer ces initiatives qui tracent la voie vers une modification concrète de nos modes de production et de consommation de l'énergie.

« Nous voulons démontrer que les énergies renouvelables fonctionnent et sont l'avenir énergétique de la France. Chacun peut y prendre part en souscrivant des actions Énergie Partagée à 100 euros qui financeront directement un projet d'énergies renouvelables local porté et géré par des citoyens. Cet investissement, totalement transparent et porteur de sens, sera valorisé en moyenne de 4% par an grâce à la rentabilité des projets », précise Christel Sauvage, présidente d'Énergie Partagée.

« La coopérative Enercoop, la « Biocoop de l'énergie » permet très concrètement et simplement avec son offre d'électricité 100% renouvelable (éolien, photovoltaïque, hydraulique et biomasse) de s'engager pour la transition énergétique. Aujourd'hui 15 000 consommateurs ont fait le choix de changer de fournisseur d'électricité pour être alimentés directement par nos 80 producteurs d'énergie renouvelable. Ensemble, ils montrent qu'il est possible de créer un nouveau modèle énergétique tourné vers l'avenir », rappelle Stéphanie Lacomblez, responsable communication et commercial chez Enercoop.

Des bulletins de souscription sont disponibles en magasin, n'hésitez pas à nous les demander !



Le Biscru, on le mange tout cru



Un biscru ??? C'est quoi ? Un judicieux mélange 100% végétal bio et certifié sans gluten. D'abord 4 graines pré-germées : sarrasin, tournesol, lin doré et psyllium qui apportent à l'organisme protéines, sucres lents et le précieux oméga 3, 6 et 9. Ensuite, une sélection de fruits et de légumes cueillis à maturité, sélectionnés à 80% chez les agriculteurs locaux, gorgés de saveurs, d'enzymes et de vitamines... Parfois des épices et des aromates... C'est tout.

Et c'est fabriqué où ? à Cornillon-en-Trièves en Isère (38)

Et on les trouve où ? Au rayon apéro pour les biscrus légumes et au coin des gâteaux pour ceux aux fruits.

Le chocolat qui criiisp sous la dent

Un nouveau et excellent produit à marque biocoop : cacao et sucre de canne issus du commerce équitable, billettes de céréales fabriquées par Favrichon à partir d'ingrédients majoritairement issus de nos campagnes françaises, seul le riz vient d'Italie. Tablettes réalisées en France par l'artisan chocolatier Castelain. Chocolat d'excellente qualité gustative avec des céréales irrésistiblement croquantes. Sans léci-thine de soja.



Des pshiiits pour tout faire soi-même

Vous fabriquez vous-même vos produits lave-vitre ou votre masque de beauté? Vous pourrez désormais les stocker dans de vrais contenants adaptés à chaque utilisation. Atomiseur pour déodorant naturel, spray pour rafaichir vos plantes ou désinfecter vos petits bobos, falcon-pompe pour vos savons liquides ou laits démaquillants? Plus d'excuses pour ne pas réaliser tout seul ses produits écologiques ET économiques. En plus les bouteilles et les embouts sont en plastique PEHD sans chlore, sans phtalate ni bisphénol... à vos recettes !

La gamme des algues Marinoë Aqua-B a 20 ans cette année !

La marque Marinoë, créée par les finistériens Marie et Patrick PLAN, fête ses 20 ans en 2013. Le couple d'aquaculteurs passionnés a su développer son activité de culture, récolte et transformation d'algues marines dans le petit port breton de Lesconil. Ils pratiquent la cueillette à la main à marée basse ou à partir de bateaux pour les algues de fond (surtout les laminaires). Il existe quatre type d'algues : les brunes, les vertes, les bleues et les rouges.

Marinoë nous offre une petite recette de plusieurs algues mélangées...

TOMATES CERISES FARCIES

Ingrédients : 20 tomates cerises, 1 pot de Tartare Pacifique Marinoë, 1 boîte de thon et 1 barquette de graines germées.

Evidez les tomates cerise. Mélangez le tartare avec le

thon émietté et quelques graines germées. Remplissez les tomates de cette garniture.

Faire son tartare d'algue soi-même est aussi très facile, il vous faut :

- 150 gr de laitue de mer* et 150 gr de dulce*

*Les algues sont fraîches, il faut les laisser tremper 5 minutes, les rincer et les égoutter en les écrasant par poignées dans les mains.

- le jus d'1 citron

- 1 échalote

- 2 gousses d'ail

- 5 cornichons

- 1 verre d'huile d'olive

Placez dans le bol du mixer, l'échalote, les gousses d'ail (desquelles vous aurez préalablement ôté le germe central), les cornichons et mixez.

Rajoutez les algues, le jus de citron, et la moitié du verre d'huile d'olive et re-mixez. Mais pas trop longtemps, pour ne pas en faire de la purée ! Assaisonnez à votre convenance. Bon appétit !