



La vie du magasin



Situé dans un ancien atelier de ferronnerie, notre magasin vous ouvre ses portes :

- du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 19h30,
- le samedi de 9h30 à 19h30 sans interruption.

Cette lettre existe désormais dans une version pour les personnes ayant des difficultés à lire les petits caractères. N'hésitez pas à la demander en caisse !

Info livraisons

😊 **Viande de génisse et de veau de Lozère, foie de veau :** Rendez-vous le jeudi 19 octobre en fin de matinée

😊 **Viande de taureau de Camargue**
La date n'est pas fixée, rendez-vous au début du mois.

😊 **Pâtisserie artisanale, certifiée N&P***
Rendez-vous le mercredi 18 octobre dans l'après-midi. Si vous avez l'âme d'un(e) gourmand(e), vous pouvez laisser vos coordonnées en caisse, nous vous contacterons quelques jours avant pour prendre votre commande.

* Le label Nature & Progrès ne correspond pas à la définition officielle de l'agriculture biologique; néanmoins, il est plus rigoureux que le règlement bio.

On s'explique

Œufs, comté... les nouvelles de la pénurie

La ponte des œufs chez nos producteurs locaux reprend doucement, et devrait revenir à la normale dans le courant du mois. En attendant, la pénurie qui a commencé au début du mois de septembre continue. Nous vous assurons que nous faisons notre possible pour la limiter au maximum !

Désormais, c'est le comté qui nous fait défaut !

En raison d'une demande très forte, d'une météo défavorable à la lactation et d'une stricte limitation de la production AOP Bio, la disponibilité sera donc plus ponctuelle à présent, et pour plusieurs mois. En remplacement de ce fromage incontournable, nous vous proposerons de goûter la meule de Savoie, un fromage à pâte pressée cuite, assez proche du comté et très fruité.

Nouveau !

😊 Au rayon frais, de nouveaux produits végétariens feront leur apparition à la mi-octobre : galettes aux céréales et légumineuses fabriquées en coopérative, soupes individuelles, dessert végétal à l'avoine. C'est aussi le retour de la choucroute crue, un aliment lactofermenté excellent pour la santé !

😊 Au rayon à la coupe, vous pourrez découvrir (en lot exceptionnel) des fromages de vaches du Pays Basque.

Agenda

😊 Le samedi 28 au soir : On passe à l'heure d'hiver !

Info don militant

Vous pouvez demander l'arrondi de votre panier en caisse, en faveur de l'association Terre de Liens, association qui lutte contre la spéculation foncière en achetant des terres et en les louant à des paysans bio.

Au mois d'août, 30,35€ ont été récoltés dans notre magasin, pour un total d'environ 230€ depuis le début de l'opération, en janvier. Bravo à tous !



Biocoop soutient les jeunes entreprises de la bio

Depuis janvier, la coopérative Biocoop a mis en place une opération « Jeunes entreprises de la bio ». Le principe est de simplifier le référencement de nouveaux fournisseurs, en fonction de certains critères :

- une petite structure récemment créée,
- proposant des produits particulièrement intéressants.

Ainsi, ces petites entreprises pourront bénéficier de l'appui du réseau pour se lancer. Régulièrement, notre magasin recevra des nouveautés.

Mais pas au mois d'octobre, rendez-vous en novembre !

Réduction des déchets

N'hésitez pas à réutiliser : sacs de vrac en papier ou en tissu, boîtes d'œufs, bocaux... Ils doivent être parfaitement propres, en bon état et bien sûr, aptes au contact alimentaire.

Vous pouvez bien sûr fabriquer vos propres contenants, des sacs en coton par exemple. Pensez à demander la tare avant de les remplir !

Si vous avez des animaux, n'hésitez pas à demander si nous avons quelques épluchures à vous donner...

En magasin, vous trouverez tout une palette de contenants réutilisables. Et depuis peu, pour vos pique-niques : des bouteilles en verre et des boîtes pour emporter votre déjeuner ou votre en-cas.

Bon à savoir, du samedi 7 au jeudi 12 octobre, c'est la semaine de réduction des déchets ! Le moment parfait pour améliorer nos pratiques.

Le producteur du mois



Cela fait douze ans que Sylvie Molard est installée dans les Cévennes du Gard, à Saint-André de Valborgne. Secrétaire à Nîmes, elle a passé un brevet professionnel de responsable d'exploitation agricole en 2005 et s'est alors lancée dans l'agriculture en élevant des poules puis en concoctant des confitures.

C'est à la rencontre d'un paysan viticulteur, Louis Julian, qu'elle se propose de faire du vinaigre avec les fonds de cuve de ce dernier. Elle fabrique aussi des moutardes, et vend le tout sous la marque Aigre-doux Sud Cévennes.

Les vins utilisés sont certifiés bio, également sous mention Nature & Progrès et sans sulfite. Sylvie fait macérer ses vinaigres dans des cuves de bois, puis ils sont aromatisés avec du miel, des herbes ou encore des fruits dans des bonbonnes en verre. Les plantes utilisées sont cultivées dans son jardin ou cueillies dans des zones préservées de toute pollution. Et toute sa production est certifiée bio et sous mention Nature & Progrès.

Tout est artisanal, de la cueillette à la moutarde broyée à la meule de pierre, la macération des plantes dans le vinaigre ou encore la mise en pots. Dans l'atelier de Sylvie, le temps a son importance. L'infusion des plantes, selon les espèces, va de quelques jours à plusieurs mois. La moutarde, elle, prend dix jours pour arriver à maturité (et perdre de son piquant). Quant à la cueillette, elle suit le fil des saisons dans ces Cévennes intemporelles.

Agir, s'informer

A lire/à voir

☺ Soutenir la coopérative SCOPTI

Ils ont repris leur entreprise en coopérative. Comme avant, ils proposent des infusions (bio) et du thé. Aujourd'hui, ils sont en difficulté et lancent un sociofinancement pour que leur initiative puisse perdurer.

Soutien et infos : <http://www.scop-ti.com>

Bon à savoir : vous pourrez retrouver certaines de leurs tisanes dans nos rayons au mois d'octobre !

☺ Écoresponsabilité au travail

L'ADEME a publié des fiches pour savoir comment limiter son impact environnemental au bureau, comme optimiser l'envoi et la réception de mails, covoiturer, bien utiliser l'imprimante, ...

Plus d'infos : <http://www.ademe.fr/guides-fiches-pratiques>

☺ Les dessous de l'alimentation bio

Une série d'entretiens avec Claude Gruffat, militant bio de la première heure et aujourd'hui président de la coopérative Biocoop, dans lesquels sont abordés de nombreux thèmes qui nous touchent et nous intéressent : l'histoire de la bio, l'autonomie des agriculteurs, la permaculture, les semences, les prix de la bio, les pratiques de la grande distribution... Les questions ne sont pas complaisantes mais les réponses honnêtes.

Un livre intéressant pour comprendre Biocoop et ses valeurs.

Info locale et engagée

☺ Dimanche 1 octobre : Fête de la Confédération paysanne

Dès 9h à St-Géniès de Malgoirès (30)

Un marché paysan, des ateliers, des débats, des jeux pour enfants, des expos, le tout accompagné de musique et de dégustations ! L'occasion de discuter des pesticides et d'agriculture bio et paysanne.

Plus d'infos : Marianne Plus conf30@orange.fr / 04 66 63 16 90

☺ Dimanche 1 octobre : Grande foire de la petite agriculture

De 9h à 18h30 au Domaine des 3 fontaines, au Pouget (34)

Une journée organisée par les associations qui soutiennent l'agroécologie. Au programme : un marché paysan, des conférences, des démonstrations de matériel agricole (outils à main, traction animale, bicytractor, ...).

Plus d'infos : <http://www.marchepaysan34.org>

☺ Vendredi 13 octobre : Réunion d'information Les Co-wattés

A 19h, salle polyvalente de Vérargues (34)

L'association Les Co-Wattés organise une soirée d'informations sur les coopératives de production d'énergies renouvelables, afin de lancer un ou des projets pour les habitants de Vérargues et des communes proches.

L'association Les Co-Wattés est un groupe de personnes réunies autour d'un projet local d'énergie renouvelable et citoyenne.

Objectif : Contribuer à la transition énergétique sur notre territoire en :

- Développant une énergie respectueuse de l'environnement
- Produisant de l'énergie à un juste coût, sans mauvaise surprise
- Sensibilisant les citoyens, les collectivités locales et les entreprises à la maîtrise de la consommation d'énergie.

Plus d'infos : <http://www.lescowattés.fr>

☺ Samedi 14 octobre : Jour de la Nuit

Le jour de la nuit est une journée de sensibilisation à la pollution lumineuse, à la protection de la biodiversité nocturne et du ciel étoilé. Partout en France, des communes et des citoyens vont éteindre leurs lumières. Des sorties ou animations sont prévues.

Mauguio : sortie nature et observation astronomique, animations surprises. Gratuit sur inscription

Infos et inscription : Dominique GOURMELON 04 67 29 34 99 dominique@mjcmauguio.carnon.fr

D'autres animations sont prévues dans des villes et villages de la région.

Plus d'infos : <http://www.jourdelanuit.fr>

Festival Alimenterre

Organisé chaque année du 15 octobre au 30 novembre, le Festival ALIMENTERRE est un événement international qui amène les citoyens à comprendre les causes de la faim et à se mobiliser pour l'accès de tous à une alimentation suffisante et de qualité en France et dans le monde.

Autour d'une sélection de films, le Festival invite les citoyens à participer à des débats lors de projections et à rencontrer des acteurs divers venus d'ici et d'ailleurs qui œuvrent pour une agriculture et une alimentation durable.

Plus d'infos sur les films, les débats... : <http://www.festival-alimenterre.org>

☺ Bientôt dans vos assiettes (de gré ou de force...)

Le dimanche 15 octobre à 9h45 au cinéma Utopia (Montpellier)

Le vendredi 20 octobre à 20h30 à la salle des fêtes de Saint-Hyppolite du Fort (30)

Il y a quinze ans, des firmes agrochimiques comme le groupe américain Monsanto promettaient une révolution agricole high-tech grâce aux organismes génétiquement modifiés. Les rendements des récoltes ont augmenté, mais les effets à court, moyen et long terme de ces OGM n'ont toujours pas été correctement évalués. Face à cette situation, la résistance s'organise : ainsi en Argentine les riverains des champs OGM dénoncent une pollution et une augmentation des maladies touchant les enfants. En France, les pro et anti OGM s'affrontent. Mais un événement pourrait bouleverser la situation : les négociations du traité transatlantique entre l'Europe et les Etats-Unis. Sa signature laisserait la voie libre aux OGM. Enquête de Paul Moreira sur la face cachée de cette industrie et sur son combat pour imposer les OGM.

☺ Vivre dignement de sa terre

Le mardi 17 octobre à 12h à l'espace Martin Luther King (Montpellier)

Autour de la naissance d'une filière saine et durable au Sénégal, ce film nous fait rencontrer, entendre et vivre avec des productrices et producteurs engagés. Nous partageons leur parcours et leur expérience, ces productrices et producteurs nous donnent à voir l'intérêt de techniques agroécologiques pour répondre aux difficultés qui touchent aujourd'hui l'agriculture familiale au Sénégal. Vivre dignement de sa terre redevient possible...

☺ Hold-up sur la banane

Le jeudi 19 octobre à 17h à la Gazette Café (Montpellier)

La culture du fruit tropical le plus consommé au monde fait vivre des millions de personnes. Environ 900 milliards de bananes sont consommées tous les ans dans le monde et chaque français en mange plus de 7 kg par an. Réputée pour être un fruit sain recommandée par tous les diététiciens, elle est au coeur d'un marché mondial qui attise les convoitises.

Sa rentabilité est telle qu'elle s'est transformée en placement financier à très haut rendement, totalement déconnectée de la réalité des plantations.

Conditions de travail proches de l'esclavage, pesticides toxiques utilisés de manière intensive, enquête sur les coulisses d'une guerre commerciale impitoyable entre multinationales.

Info site internet

L'agenda est à jour, les présentations des producteurs locaux s'étoffent régulièrement. Bientôt, tout sera prêt !

Nota bene : comme vous l'avez sûrement déjà remarqué, il est possible de s'inscrire à la lettre d'infos électronique. Mais comme nous n'avons pas encore l'outil *ad hoc*, la lettre n'existe pour l'instant qu'au format papier. Nous gardons précieusement la liste des inscrits, que nous utiliserons lorsque nous saurons dématérialiser cette lettre.

A voir ici : <http://www.biocoop-lunel.coop/>

Info locale et engagée (suite)

☺ Samedi 21 octobre : Gratiféria Montpellier

De 11h à 15h au début des Arceaux

Le principe : une gratiféria est un marché non commercial où l'on peut donner des objets ou proposer des services gratuits, mais aussi en prendre ou en recevoir d'autres librement. **La gratiféria de Montpellier a lieu le 3e samedi de chaque mois.**

☺ Samedi 21 octobre : Repair café

De 14h à 17h, Maison Jean-Jacques Rousseau (Lunel)

Réparer ensemble, c'est l'idée du Repair Café dont l'entrée est ouverte à tous. Les objectifs sont divers : réduire les déchets, préserver l'art de réparer des objets, renforcer la cohésion sociale entre les habitants.

☺ **D'autres événements intéressants peuvent être ajoutés en cours de mois sur l'agenda alternatif demosphere.eu.**