

Mai-juin 2024

LA GAZETTE

DE LA

Vidourlenque

SOMMAIRE

2

La vie du magasin

6

Communauté

4

L'écho des rayons

8

Agir, s'informer

Crédit photo : denigeza de Pixabay



VIE DU MAGASIN

Édito

La pluie est enfin arrivée ! Et avec elle, nos nappes phréatiques ont recommencé à se remplir. Voilà de quoi se rassurer pour l'été qui approche. Pour autant, l'année 2023 nous a montré que des aléas peuvent survenir, nous laissant dans un état de sécheresse préoccupant.

Dans ce contexte et sans trop connaître ce qui nous attend, nous devons veiller collectivement à la ressource en eau, et ne pas la laisser piller.

Un exemple tout récent : dans l'Hérault, une commune a cédé une nappe phréa-

tique à Cristaline. Résultat, on continue à produire du plastique et encore du plastique, tout en privatisant un bien commun qui s'avérera peut-être essentiel dans les années à venir.

ET SI NOUS ARRÊTONS CE GASPILLAGE ?



Équipe

Le moment des examens arrive pour Lorik, Loris, Lou et Omar.

Les garçons arrivent au bout de leur BTS dans le domaine du commerce, de la gestion et du management.

Quant à Lou, cette année elle suivait un bachelor dans la communication. Dans ce cadre elle a activement participé à la rédaction des Gazettes de la Vidourlenque depuis le mois de janvier.

Tous les quatre sont avec nous jusqu'à la fin août et d'ici là nous leur souhaitons bon courage pour leurs examens !

Jusqu'à la mi-juin, nous accueillons Lana en stage. Nous vous remercions d'avance pour votre accueil chaleureux !

Jours fériés, jours fermés !



Le mercredi 1er mai, c'est la Fête du Travail ! C'est dans tout le pays une journée de lutte pour les droits des travailleurs, et le magasin sera évidemment fermé.

Le mercredi 8 mai, on fête la victoire de 1945.

En ce jour de mémoire, le magasin sera fermé. Le jeudi 9 mai et le lundi 20 mai sont quant à eux des jours fériés issus de fêtes religieuses. Comme pour chaque jour férié, le magasin sera fermé.

Merci de votre compréhension !

Livraisons

POISSON FRAIS ET FUMÉ
TOUS LES MARDIS MATINS

**VIANDE BOVINE
DE MARSILLARGUES**

LES DATES NE SONT PAS ENCORE CONNUES

PÂTISSERIES DU GARD
TOUS LES MARDIS MATINS



Animations

DÉGUSTATIONS

Dans le cadre de l'opération Bio Réflexe destinée à mettre en valeur les produits bio d'Occitanie, des dégustations vous seront proposées en magasin le jeudi 30 et le vendredi 31 mai.

COLLECTE BIO-SOLIDAIRE
Vendredi 14 et samedi 15 juin

Comme chaque année, une collecte de biens de première nécessité au profit de l'épicerie sociale et solidaire de la Calade à Sommières.



Consigne du verre

La consigne commence à se développer en France. Quelques petits fournisseurs s'y sont déjà mis (liste à droite).

Et pour généraliser le processus, des acteurs régionaux travaillent à développer la filière. Dans notre région, il s'agit d'**oc'consigne** qui est une coopérative locale.

Elle collecte le verre éligible, nettoie les bouteilles, les reconditionne, et enfin les remet dans le circuit.

Les bouteilles concernées portent le logo du réemploi, que voici :



RAYON DROGUERIE: les bidons de lessive **A cause des Fées**



RAYON HYGIÈNE : tous les pots de dentifrices et déodorants **Endro**, les flacons des déodorants **Cozie****

RAYON FRAIS : tous les bocaux **Boc d'Oc**** et les bouteilles de sève de bouleau de Lozère



**Consigne payante

MERCI

GRÂCE À VOUS,
BIOCOOP A REVERSÉ
960 000 €*
POUR SOUTENIR DES PROJETS
DE COMMERCE ÉQUITABLE
EN FRANCE EN 2023.

biocoop

* Montant versé aux gouvernements régionaux, nationaux et européens pour le soutien à la production agricole, à la transformation et à la distribution de produits agricoles. Ce montant est réparti entre les gouvernements régionaux, nationaux et européens.



Vos courses en ligne

Vous pouvez faire vos courses en ligne :
www.biocoop.fr

Une fois préparées par nos soins, elles vous attendront au magasin.

Vos problèmes de santé vous empêchent de rester longtemps debout ? Vous manquez de temps ? Ce service est peut-être fait pour vous !

Tout notre catalogue n'est pas disponible en ligne, il vous sera peut-être nécessaire de faire des compléments en magasin.

NOUVEAU !

PLANIFIEZ VOS MENUS

Désormais, il vous est possible de vous servir de ce site internet pour planifier vos repas. Des idées recettes vous sont proposées en fonction de différents critères que vous choisissez.



Et si on refaisait une beauté au magasin ?

Vous le savez, nos meubles réfrigérants sont vieillissants, si bien que le congélateur est même partiellement en panne. Le remplacement de ce dernier ne pourra pas se faire sans le remplacement de tout le meuble frais. C'est un gros chantier, et pour cela nous aurons besoin de fermer le magasin quelques jours (nous sommes d'accord, le plus court sera le mieux). La date n'est pas arrêtée car plusieurs acteurs doivent se coordonner, mais il se pourrait que cela se passe aux alentours de la fin juin. Nous vous tiendrons informés !



Les chaleurs sont déjà installées, et parfois on se fait surprendre. N'hésitez pas à nous solliciter pour remplir votre gourde, nous le ferons avec plaisir !

Vous n'avez pas de gourde ? Pas de soucis, nous vous servirons un ou plusieurs verres d'eau !

L'ÉCHO DES RAYONS

Fruits et légumes



LES FRUITS DE JUIN

Le banc des fruits va beaucoup bouger dans les prochaines semaines, vous avez pu voir l'arrivée des fraises, des framboises ou encore des myrtilles mais c'est pas tout ! En juin, les pastèques, les melons, les cerises ou encore les abricots font leur apparition pour donner encore plus de couleurs à vos salades de fruits !



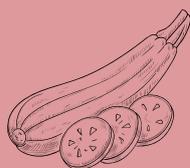
LES FRAISES LOCAL & DE SAISON !



En mai, les fraises sont à l'honneur ! Retrouvez les fraises de Vincent (Congénies) et Philippe (Saint-Nazaire de Pézan). Bonnes à croquer, elles peuvent aussi être utilisées pour faire des pâtisseries délicieuses. N'hésitez pas à nous demander des idées, nous sommes nombreux dans l'équipe à avoir de super recettes.

BONNE DÉGUSTATION !

FÊTE DE LA SAISONNALITÉ !



DU 2 AU 6 MAI



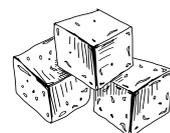
Les courgettes sont à l'honneur !
Origine France



Produits frais



NOUVEAUTÉS VÉGÉ



Trois nouveautés végé arriveront courant mai. Du haché végétal aux pois et féveroles, tofu grillé à la mexicaine et dessert pois et chocolat.

APÉRO !



En juin, plusieurs promotions vous invitent à l'apéro : tartare d'algues classique, houmous à la coriandre, saucisson à la noisette, fromage de brebis en bloc à couper en dés, chèvre à tartiner, pâte feuilletée, olives vertes dénoyautées (au détail), blinis... mais aussi une offre éphémère de tapenades à la tomate, aux olives, houmous tomate basilic, ou encore mix d'olives.

Bref on le sent, l'heure de l'apéro arrive !



FROMAGES À LA COUPE



Pour la fin du printemps, et si vous essayiez la pizza à la scamorza ? Cette variété fumée de mozzarella se marie parfaitement avec une préparation de pizza ou bruschetta !

EN PANNE !



La partie basse de notre meuble congélateur est en panne & une partie de nos produits surgelés est en réserve.

N'hésitez pas à demander si vous ne trouvez pas votre produit préféré !

Non alimentaire



L'ÉTÉ ARRIVE

Un délice pour les sens ou un moment difficile à passer ?
Nous avons ce qu'il vous faut.

Pour les amoureux de l'été, nous vous proposons des produits parfumés au monoï (pour la douche, les cheveux ou la peau), nos célèbres paires de tongs en latex équitable, des parfums d'été, des guides de voyages. Pour se protéger du soleil, nous avons également des chèches et des crèmes solaires.

Enfin, des répulsifs et soins anti-moustiques compléteront votre trousse spéciale été !



TOUS AU JARDIN



Il est encore temps de s'occuper du jardin ! Vous trouverez en magasin le nécessaire : semences paysannes et bio, quelques produits pour aider vos plantes, ainsi que quelques accessoires et une petite librairie spécialisée.

FÊTES DES PARENTS



Le 26 mai c'est la fête des mères ; le 16 juin la fête des pères. Comme chaque année, nous vous proposerons quelques idées cadeaux pour gâter vos proches.

SUS AUX MOUSTIQUES



Il a fallu attendre la fin de l'hiver pour avoir un peu de pluie, mais désormais les moustiques sont de retour. Nous avons reçu tout ce qu'il faut pour s'en protéger : bougies, répulsifs, huiles à diffuser, soins après-piqûre...

JOLIE PROMO POUR LES BOUTS DE CHOU



Au mois de mai, un certain nombre de gourdes de la marque Popote seront en promotion ! Les laits infantiles de la même marque, en 2e et 3e âge, seront également en promo. D'autres produits du rayon vous seront proposés avec une remise. **Rendez-vous au joli mois de mai !** Et en juin, c'est l'hygiène dentaire pour les enfants qui sera en promo.

Épicerie salée et sucrée

L'APÉRO



Sablés, chips, mini stick, tartinables, etc.
Oui oui, c'est bien toutes les nouveautés apéro pour le mois de mai ! L'été arrive et pour l'occasion nous vous proposons d'agrandir la gamme apéro !

FÊTE DE LA BIÈRE !



Du 21 mai au 31 mai c'est la fête de la bière !

Pour l'occasion, différentes bières seront disponibles exceptionnellement en magasin ! Nous vous proposerons encore plus de choix que d'habitude ! Et bien sûr des promos intéressantes !!

NOUVEAUTÉS

VARIÉTÉ est arrivée au magasin !!
DE GRAINES ET DE GOÛT

Au programme : de la crème, de la sauce et du houmous, des légumineuses...!!

OFFRE SPÉCIALE

Mi-mai, gingembre mariné ! Il sera parfait pour accompagner vos sushis !
Livraison de sushis presque tous les mardis !



EN MAI, LE COMMERCE ÉQUITABLE EST À L'HONNEUR !



Chocolats, farines, maïs ou encore lait de brebis, nous vous expliquons un peu mieux ce le commerce équitable représente à la page suivante !

LA COMMUNAUTÉ

AGIR, S'INFORMER, SE RENCONTRER

Recettes

Muffins à la mimolette d'Elody

POUR 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

- 125G DE FARINE
- 2 OEUFS
- 100G DE LAIT
- 75G D'HUILE
- 70G DE MIMOLETTE
- 1/2 CC DE POUDRE À LEVER
- SEL, POIVRE & PERSIL



LES ÉTAPES

- Préchauffer le four à 150°C.
- Dans un bol, mélanger la farine, la levure et les œufs. Bien remuer.
- Ajouter ensuite le lait et l'huile. Saler et poivrer.
- Couper la mimolette en petits morceaux et l'ajouter au mélange. Bien remuer.
- Verser la préparation dans des moules à muffins. Enfourner pendant 30 minutes.
- Laisser tiédir puis démouler.
- Déguster les muffins tièdes ou froids, accompagnés d'une salade.

LA QUINZAINE



COMMERCE ÉQUITABLE

Du 4 au 26 mai

règles sont fixées, qui précise les engagements de chacune des parties.

La définition du commerce équitable se caractérise par les 7 points clés suivants :

- Des prix rémunérateurs pour les producteurs, basés sur les coûts de production et une négociation équilibrée
- Un engagement commercial pluriannuel entre les producteurs et les acheteurs
- Le versement d'un montant supplémentaire destiné au financement de projets collectifs
- Une autonomie des producteurs grâce à la mise en place d'une gouvernance démocratique
- La transparence et la traçabilité des filières
- La sensibilisation des consommateurs à des modes de production socialement et écologiquement durables
- La valorisation des modes de production respectueux de l'environnement et de la biodiversité

Plus d'infos sur www.quinzaine-commerce-equitable.org

Le commerce équitable et Biocoop

28%
de commerce
équitable
dans notre offre

Café, chocolat,
banane, sucre,
thé (hors Japon)
sont forcément
équitables

Le commerce équitable est une valeur fondamentale chez Biocoop, qui développe des filières équitables au sud (produits exotiques) mais également au Nord (légumes secs, farine, légumes, etc.). Biocoop, notamment par le biais des groupements de producteurs sociétaires de la coopérative, a d'ailleurs activement pris part à la création du label Bio Équitable en France.





A chacun de vos passages en caisse, vous pouvez demander l'arrondi et ainsi faire don de quelques centimes, au profit de l'association Générations Futures, qui lutte contre les pollutions chimiques, notamment les pesticides, et soutient les victimes de ces pollutions.

AVRIL 2024

17,47€

POUR GÉNÉRATIONS FUTURES



À LIRE

Le média en ligne Reporterre a publié un article parlant de Montagnac, une commune de l'Hérault dont une nappe phréatique a été cédée en toute discrétion à Cristaline.

<https://reporterre.net/En-pleine-secheresse-Cristaline-veut-privatiser-une-nappe-phreatique>

LES ATELIERS DE LA CASTELLE

Savonnerie de la Castelle à Villetelle, le samedi de 14h30 à 17h30.

Découverte de la saponification à froid (60€ par personne)

Vous aimeriez apprendre à faire vos propres savons ? Voici un temps d'apprentissage et de partage de connaissances.

Découvrez le rôle de chaque ingrédient, formulez et personnalisez une recette.



Réalisez votre rituel de soin pour le visage

Vous apprendrez ce qu'est un cosmétique et ce qu'on y retrouve. Vous regarderez ensemble votre besoin et adapterez le rituel au soin de votre peau.

Vous repartirez avec trois recettes préparées durant l'atelier avec des ingrédients simples, naturels, efficaces. (49€ par personne)

Code de réduction pour les biocoopains

ELLE60 (- 10% de réduction)

Infos & réservation

savonneriedelacastelle.com
Onglet "Nos ateliers DIY"



Vous avez un objet à réparer ? Appareil, meuble, bicyclette, jouet, vaisselle, vêtement, objet de décoration, utile ou autre : venez faire l'expérience du « réparer ensemble » au Repair Café. Vous y trouverez outils, connaissances et compétences dans une atmosphère conviviale.

L'entrée est gratuite. Seules les pièces nécessaires aux réparations sont à acheter. Les outils sont mis à disposition.

Les prochaines dates ne sont pas encore connues. C'est d'habitude un samedi par mois de 14h à 17h. Voir sur lunel.com



Faites des habitats à



ENERGIES POSITIVES et douces!

CUISINER - SE CHAUFFER - REFROIDIR...

4

18h

Conférence - Concert

MAI

9h30 à 18h

5

Conférences - Démonstrations
Point info - Ressourçothèque
Ateliers - Expositions

Fanfare . Dégustations . Buvette . Food truck

Junas

Place de l'avenir





Vous souhaitez investir dans l'ESS* ?

* économie sociale et solidaire

Si vous voulez en savoir plus, nous avons rédigé un document assez complet qui vous attend en magasin.



N'HÉSITEZ PAS À LE DEMANDER

GERANCE [at] BIOCOOP-LUNEL.COOP

Vous pouvez également en discuter avec Valérien, qui vous donnera des détails.

Commerçants partenaires

Plusieurs commerçants de Lunel ont accepté d'être dépositaires de notre lettre, dans un esprit d'entraide et toujours de coopération.

Nous les remercions chaleureusement !



La Librairie AB

26 place de la Fruiterie à Lunel - librairie-ab.com

Une super librairie de 35 ans où vous trouverez notamment un large choix de romans

La Malle à Bulles

203 rue de la Libération à Lunel - Facebook : LaMalleABulles
Une librairie née en 2023, spécialisée en bandes dessinées en tous genres.



Restaurant le Very Table

9 avenue du Général de Gaulle à Lunel - Facebook : restaurant.lunel
Un restaurant 100% végétal et partiellement bio

Biocoop LUNEL

268 chemin de la Vidourlenque
34400 Lunel

OUVERT

du lundi au samedi de 9h à 19h30

CONTACT

Biocoop-lunel.coop
contact@biocoop-lunel.coop

09 54 63 53 19

biocooplunel