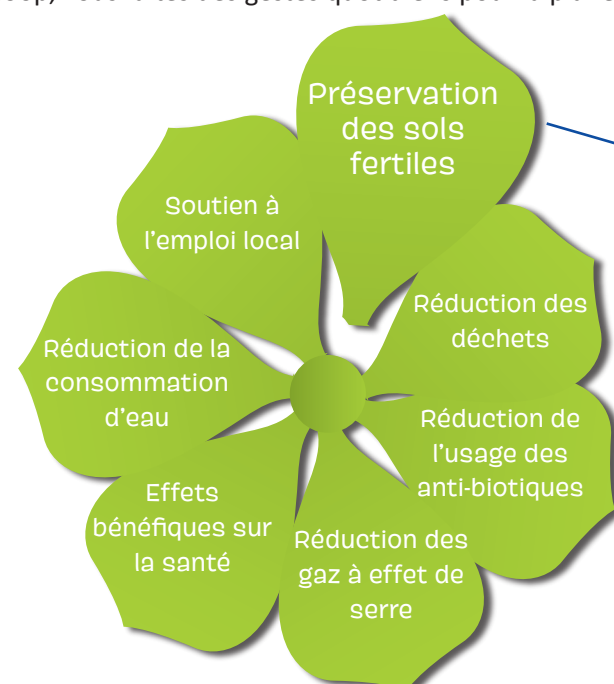


TOUT CE QU'IL Y A DERRIÈRE UN ACHAT CHEZ BIOCOOP

Sans forcément vous en rendre compte, ou sans être un(e) militant(e) déclaré(e), en faisant vos courses de produits biologiques et locaux dans les magasins Biocoop, vous faites des gestes quotidiens pour la planète.



Un sol fertile n'est pas qu'un simple « support physique des cultures agricoles », mais plutôt comparable à un organisme vivant, composé de micro-organismes et qui demande d'être nourri par de la matière organique, comme du compost par exemple.

La structure très complexe d'un sol vivant est une composante indispensable pour la réussite en agriculture biologique et demande une grande technicité de la part des maraîchers.

En agriculture dite « conventionnelle », un travail

Pour en savoir plus :

https://www.lesechos.fr/21/11/2007/LesEchos/20051-068-ECH_la-desertification-s-empare-des-sols-fertiles.htm
http://www.natureetprogres.org/revue_nature_progres/articles/article79.pdf

L'initiative

16ans : l'âge de raison ? C'est en tout cas celui de Greta Thunberg, lycéenne suédoise à l'origine du mouvement Youth For Climate. En septembre dernier, Greta décide de manquer la classe pour aller chaque semaine se poster devant le Parlement suédois, réclamant que son gouvernement respecte les engagements pris lors de la COP21 à Paris.

Sa détermination fait des émules et beaucoup la rejoignent, collégiens, lycéens, étudiants se retrouvent dans son discours. Elle se rend en décembre à la COP24 plaider devant les représentants de 200 pays. Belgique, Allemagne, Pays-Bas, Suisse, France : le mouvement s'étend chez les jeunes, qui exigent des mesures macro-économiques autant que des initiatives locales.

Le 15 mars, c'est ainsi près de 200 000 jeunes qui ont manifesté dans toute la France, et environ 1 600 000 répartis dans 120 pays pour une revendication commune : l'application des accords de Paris et un sursaut des Etats face aux bouleversements climatiques. Ces jeunes expriment leur crainte de l'avenir et de la colère, mais affichent aussi un enthousiasme et une responsabilisation dont nos décideurs politiques et économiques auraient à s'inspirer ! Les 13 et 14 avril se sont tenues les premières assises de Youth For Climate France, posant les bases d'un mouvement qui se veut pérenne. Deux jours plus tard, Greta Thunberg a tenu un discours poignant devant le Parlement Européen, précédant les élections du 26 mai prochain, où, demande-t-elle, que ceux qui ont le pouvoir de voter le fassent aussi en conscience de ces jeunes qui ne l'ont pas encore, mais vivront le monde de demain.

Une prochaine mobilisation internationale sera organisée le vendredi 24 mai, avec en perspective l'Assemblée Générale de l'ONU en Septembre.

Vous souhaitez partager une initiative locale ? Écrivez nous à contact@finisterra.fr

ÉPISODE 4

Un sol vivant est indispensable pour pouvoir produire notre nourriture, mais la partie supérieure fertile des terres, aussi appelé humus, ne représente qu'une fine couche de quelques dizaines de centimètres sur la surface de notre planète. Partout dans le monde, elle est de plus en plus menacée par l'érosion et de mauvaises pratiques agricoles.

La
Bio
— nous —
rassemble

COMITÉ DE RÉDACTION

Yann Clugery
Régine Eildé
Marie Hélène Le Fur
Monika Lodes
Jean-Christophe Ramel
Nicole Renouf
Xavier Reunbot

Responsable de la publication :
Yann CLUGERY
Président du directoire

Tirage à 2000 exemplaires.
Gratuit et aime circuler.

Retrouvez toutes les publications
sur : www.finisterra.fr

Mail : contact@finisterra.fr

Imprimé sur du papier PEFC avec
des encres végétales par Longitude
Ouest - Plouguerneau

Pour votre santé, mangez au moins
5 fruits et légumes (bio !) par jour :
mangerbouger.fr

32
Mai - Juin 2019

8 magasins coopératifs

Kerbio Siam Brest

02 29 62 14 41

Lundi

15H-19H

Du mardi au jeudi

9H-13H 15H-19H

Vendredi et samedi

9H-19H

Kerbio Centre Ville Brest

02 98 46 45 81

Lundi

15H-19H

Du mardi au jeudi

9H-13H 15H-19H

Vendredi et samedi

9H-19H

Kerbio Rive Droite Brest

02 98 45 45 28

Du lundi au samedi

9H-19H

Kerbio Europe Brest

02 29 00 33 33

Du lundi au samedi

9H-19H

Bio Abers St-Renan

02 98 32 61 02

Du Lundi au jeudi

9H-13H 14H30-19H

Vendredi et samedi

9H-19H

Prim'Vert Lesneven

02 98 83 07 06

Du lundi au samedi

9H-19H

Coccinelle St-Martin-des-Champs

02 98 63 42 04

Du lundi au samedi

9H-19H

Kastell Bio St-Pol-de-Léon

02 98 19 59 79

Lundi

14H30-19H

Du mardi au jeudi

9H-13H 14H30-19H

Vendredi et samedi

9H-19H

www.finisterra.fr

La lettre d'information des magasins

Finis Terra
Membre du réseau **biocoop**

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

L'assemblée générale annuelle de notre coopérative Finis Terra s'est tenue le mardi 16 avril à Brest. Outre les habituels rapports, les sociétaires présents ont été informé du départ de Marie Hélène Le Fur, qui animait donc sa dernière AG après plus de 30 ans de bons et loyaux services. Un grand merci à elle !



Voici le retour des échanges entre les sociétaires, salariés et Conseil de Surveillance à la suite de l'assemblée générale.

- Quels sont les rapports entre Finis Terra et Terre de Liens ?

Chaque année, une Enveloppe Alternative est répartie entre différents projets suivant les dossiers reçus, Terre de Liens fait partie des associations soutenues.

- Il y a beaucoup de gâchis de sacs en magasin, pourquoi mettre un avocat dans un emballage ?

Dans les magasins, nous essayons d'informer les consom'acteurs à utiliser moins d'emballage en leur proposant des alternatives. Nous constatons néanmoins de plus en plus de personnes réutilisent sachets, sacs en tissu ou boîtes. En juin, une journée « sans sac » vous sera à nouveau proposée.

- Quelle est la politique d'achat par rapport au local ?

Nous achetons prioritairement en local, ce qui représente 20% de nos achats. Il faut que le producteur soit en adéquation avec le cahier des charges de Biocoop, pour cela une visite est effectuée par le magasin avant de valider le référencement.

- Pourrait-on avoir une carte d'adhérent reconnue sur toute la France ?

Quand vous allez dans un magasin Biocoop, présentez votre carte d'adhérent Finis Terra, vous aurez ou non une remise. Elle dépend du statut et de la politique commerciale de chaque magasin. Dans les 8 magasins Finis Terra, nous appliquons les 4% de remise aux biocoopés extérieurs.

- Quels sont vos interlocuteurs financiers ?

Le CMB et la NEF sont nos 2 banques. Pour la récente rénovation de Kerbio Rive Droite, nous avons contracté un emprunt à la NEF.

- Chaque magasin est-il indépendant pour ses commandes à la centrale d'achat ?

Oui, chaque magasin est autonome sur ses commandes, il ajuste en fonction des demandes, des ventes et bien sûr de la place disponible en rayon. Par contre, les prix de vente sont les mêmes dans les 8 magasins (hormis les fruits et légumes).

- Où se situe la centrale d'achat ?

La plateforme (PFGO) pour le grand Ouest est à Melesse, près de Rennes et déménage cet été pour s'agrandir sur la commune voisine à Tinténac.

En dehors de nos achats locaux, 97% des produits viennent de notre centrale.

Une fois l'AG terminée, tout le monde a pu se restaurer autour du buffet.



VISITE À QUÉMÉNÈS

L'île de Quéménès est un petit bout de terre, entre Le Conquet et Molène, propriété du Conservatoire du littoral depuis 2003. A la suite d'un projet lancé à l'été 2017, Amélie et Etienne ont pris le relais des précédents locataires pour neuf ans, et plus si affinité ...

Objectif de ce projet pour le Conservatoire : maintenir une activité économique, entretenir l'espace insulaire, et développer un accueil touristique contrôlé. Pour y arriver, le couple développe une activité agricole de culture et d'élevage en agriculture biologique tout en accueillant en chambre et table d'hôtes à la ferme d'avril à novembre. Sur le caillou, Amélie et Etienne sont reine et roi de la débrouille !

Pendant trois jours, les visiteurs goûtent à la vie insulaire, avec récupération d'eau de pluie, électricité produite sur place et eau chauffée via des panneaux solaires. Tout cela donne une saveur toute particulière au séjour, nous faisant réfléchir en conscience sur nos pratiques et nos consommations. L'hospitalité du couple vous garantit le sourire !

Dans les rayons de nos magasins Biocoop, vous trouverez la pomme de terre de Quéménès, la nouvelle à pointée le bout de son tubercule d'ailleurs, et bientôt ail, oignons, échalotes parfois même transformés en confits ! Exploitation 100% bio, celle-ci est doublement contrôlée, d'une part par l'organisme certificateur bio, mais aussi par le Conservatoire du littoral qui a son propre cahier des charges environnemental.

Le plus épique est certainement le voyage des produits de l'île au continent, soumis aux innombrables contraintes de l'océan et de la météo. Alors, s'il manque une feuille de fougère sur la cagette, ou si les patates ont un petit goût salé, c'est certainement que la mer était agitée ...



Amélie et Etienne dans les champs - Crédit Margot Le Moan

Pour en savoir plus : www.quemenes.bzh

JOURNÉE SANS SAC

Vendredi 7 juin 2019

Nouvelle journée Sans Sac
Réduisons ensemble le nombre
de sacs kraft !

Pensez à apporter vos contenants
réutilisables : bocaux, sacs, etc.



L'île compte une dizaine de bâtiments, il y eut jusqu'à quarante habitants.



Les panneaux solaires et l'éolienne apportent l'électricité nécessaire.

KERBIO RIVE DROITE

Après quatre semaines de fermeture, Kerbio Rive Droite a réouvert ses portes le lundi 6 mai 2019. Les consommateurs et sociétaires ont pu apprécier la rénovation du sol au plafond, de ce magasin ouvert en 2004. Le plafond a été réhaussé pour donner le plus d'air possible. Les meubles ont été remplacés à



La nouvelle façade ne manquera pas de marquer les esprits avec la nouvelle charte graphique Biocoop

LE FLEXITARISME, UNE MODE ? OU UN NOUVEAU MODE DE VIE... ?

On rencontre de plus en plus le terme de flexitarisme ou flexitarien, dans la presse, sur internet, dans les publicités...

Mais à force de le servir à toutes les sauces, on ne sait plus très bien ce que le terme signifie exactement.

Être flexitarien, pour les uns, cela semble vouloir dire manger moins de viande mais de meilleure qualité, pour d'autres, c'est une variante du végétarisme, une sorte de végétarien à temps partiel en quelque sorte.

Sans vouloir séparer nos façons de manger en catégories séparées, sans vouloir cloisonner les choix alimentaires des uns et des autres, nous souhaitons faire le point pour que manger reste un choix conscient et un plaisir, et ceci justement dans toute sa diversité.

Le terme de flexitarisme existe depuis 2003 et était au début une démarche de végétariens

non-militant vers une plus grande flexibilité dans leur alimentation, acceptant de manger de la viande à certaines occasions, quand, par exemple on est invité à partager un repas chez des amis non-végétariens pour ne pas trop leur compliquer la tâche. Le flexitarisme peut aussi constituer une étape intermédiaire pour des personnes qui souhaitent passer d'une alimentation d'omnivore à celle de végétarien mais ne sont pas sûr de pouvoir se passer de viande, de poisson ou de charcuterie du jour au lendemain.

En mangeant ainsi de la viande que très occasionnellement tout en s'assurant une alimentation équilibrée en protéines, (idéalement moitié protéines animales et moitié végétales) le menu du flexitarien est à la base végétarien : riche en protéines végétales, céréales (riz, pâtes, pain, de préférence complètes) associés à des

légumineuses (lentilles, pois chiches, haricots), des légumes bien sûr et des oléagineuses. La consommation occasionnelle de viande apporte dans ce cas des protéines animales supplémentaires qui sont également consommées par le végétarien sous forme de beurre, yaourts, œufs et fromage.

Donc tout le monde s'y retrouve : l'omnivore qui veut préserver la planète et réduire sa consommation de viande aussi bien que la personne qui souhaite se nourrir de façon plus équilibrée pour sa santé, tout en faisant des économies. A chacun de trouver son équilibre personnel et de placer le curseur où il le souhaite. Se familiariser avec la cuisine végétarienne pour devenir flexitarien c'est aussi apporter des nouvelles saveurs et tester des nouvelles recettes, une plus grande diversité vers laquelle Biocoop se fait un plaisir de vous accompagner.

Notre lexique

- Flexitarien : Personnes ayant un régime alimentaire varié, à tendance végétarienne mais consommant viande ou poisson de temps en temps.
- Végétarien : Personnes ayant un régime alimentaire varié à base de céréales, légumineuses, légumes, oléagineuses, œuf et produits laitiers, mais excluant la consommation de chair animale.
- Végétalien : Personnes ayant un régime alimentaire excluant la consommation de chair animale mais aussi tous les sous-produits d'origine animale (lait, beurre, œufs, miel, gélatine....)
- Végan : Personnes ayant un mode de vie qui bannit tout produit d'origine animale, non seulement dans leur alimentation mais également pour les vêtements (cuir, laine, soie) et les cosmétiques.

neuf, et la gamme de vrac a été considérablement élargie avec près de 200 références.

Merci à vous, consom'acteurs, pour votre fidélité à Finis Terra durant ces travaux et merci également aux équipes de Kerbio Europe, Kerbio Centre Ville et Bio Abers pour ces quatre semaines d'affluence exceptionnelle.

Que sont devenus les meubles ?



Toutes les étagères ont été vendues à un nouveau magasin Biocoop situé à Noirmoutier, c'est l'économie circulaire !