



AN DELIENN

L A F E U I L L E

46

Sommaire

- La coopérative et vous
- Solidarité
- Réponses aux consom'acteurs
- Des nouvelles du jardin
- Le commerce équitable
- Rayon boucherie-traiteur de Brest
- Une bière collaborative
- Le magasin Kerbio Rive Droite à Brest
- « Vous prendrez bien un petit café ? »
- Local et bio

Édito

Dans l'histoire de notre coopérative, il y a 40 ans, ce sont des pionniers, des consommateurs militants en recherche de produits locaux non traités aux intrants de synthèse qui se sont lancés eux-mêmes dans la production maraîchère, boulangère, animalière, laitière ou de transformation et qui sont devenus pour certains d'entre eux des producteurs partenaires historiques des magasins Biocoop de l'Ouest, même de France ! Bon nombre d'entre vous les connaissez. Vous pouvez les retrouver sur les marchés locaux, à la ferme, ce qui donne un « visage » à des producteurs avant de n'être que des « produits » ou des « affiches » en rayon.

La grande distribution s'est inspirée de ces codes, de cette militance pour finir par marteler depuis peu sur tous les tubes cathodiques ou réseaux sociaux des messages à la sémantique calquée sur les lignes directrices de la politique de Biocoop. Cela n'a eu pour résultat que de jeter la confusion autour de la bio pour promouvoir un bio opportuniste, au cahier des charges allégé.

Chez Biocoop, un cahier des charges exigeant porte haut et fort notre projet commun car il répond à vos exigences les plus fortes, les plus engagées afin de reprendre la main sur une agriculture qui se doit d'être respectueuse de l'environnement et des femmes et hommes qui en sont les acteurs. Forts d'être en réseau, nous sommes capables depuis le début d'envoyer nos acheteurs et « experts produits » sur les différents lieux de production afin de contrôler et certifier que les produits importés dans nos rayons sont biologiques, issus d'une agriculture qui respecte l'environnement et une charte sociale que promeut le Commerce Équitable Nord/Sud et Nord/Nord.

Des exemples nombreux viennent étayer notre conviction qu'il faut un cadre pour pouvoir garantir à chacun d'entre vous une transparence sans faille. Et nous nous engageons à suivre cette route depuis toujours, ce qui fait la force de Biocoop.

Pour être crédible il faut être exigeant !

Xavier Reunbot, membre du Directoire

LA COOPÉRATIVE ET VOUS

Nous tenons à vous remercier pour votre participation au questionnaire concernant un futur service de livraison à domicile. Il est important pour nous de tenir compte des souhaits de nos adhérents. Nous vous tiendrons au courant ici et sur les réseaux

sociaux de l'avancée de ce nouveau service, alors n'hésitez pas à nous suivre !



SOLIDARITÉ

La collecte Réglez-moi ça !

Le samedi 12 mars dernier, nous avons organisé une journée de sensibilisation et de collecte de produits d'hygiène intime avec l'association « Réglez-moi ça ! » qui lutte contre la précarité menstruelle et les discriminations. Cet événement qui a eu lieu suite à la journée internationale des droits des femmes (le 8 mars) s'inscrit aussi dans un partenariat à plus long terme avec « Réglez-moi ça ! », puisque nous avons depuis mis en place des boîtes à dons permanentes dans les 9 magasins de la coopérative Finisterra.

Nous tenons à vous remercier pour votre générosité et votre mobilisation lors de cette collecte. Grâce à vous, nous avons récoltés 26 cartons au total, sans compter les dons qui ont été faits depuis via les boîtes permanentes.

Tous ces dons sont redistribués à des associations locales : la Croix-Rouge, La Halte, Le Bureau Info Jeunesse, l'Association Union Pirate, les Restos du Cœur, l'épicerie solidaire de Quizac et de la ville de Guilers, le Secours Populaire de Morlaix et de Plouzané.

Avoir ses règles n'est pas un choix, le vivre dignement est un droit.

Merci pour cet élan de solidarité !

La distribution de paniers aux étudiants en partenariat avec le Secours Populaire

Le 5 avril dernier, 300 paniers ont été distribués aux étudiants brestois. Les paniers, composés de produits d'hygiène, de produits secs (huile, conserve de poisson, fruits secs, pâté, confiture, ...) ainsi que d'oranges et de produits laitiers, ont pu être partagés grâce à l'impulsion du Secours Populaire, et à l'engagement des partenaires locaux, dont Finisterra.

Avec l'engagement au sein d'Épicerie Solidaire en Réseau, des partenariats avec les épicerie solidaire locales, et les collectes au profit d'associations d'aide alimentaire, Finisterra entend sincèrement proposer une alimentation de qualité pour tous.

Nous vous donnons rendez-vous les 10 et 11 juin prochain pour la Collecte Bio Solidaire.



RÉPONSES AUX CONSOM'ACTEURS



Dans le cadre des temps de rencontre que nous organisons dans les 9 magasins tous les mois, nous nous sommes aperçus que vous, consommateurs, vous interrogez beaucoup sur les produits, le bio, le local, la coopérative... Nous souhaitons donc répondre au plus grand nombre d'entre vous et nous ouvrons donc une nouvelle rubrique « Réponses aux consom'acteurs » dans la lettre d'info An Delienn.

Est-ce que tout ce que vous vendez est bien bio ?

OUI. C'est inscrit dans le cahier des charges Biocoop. Les magasins s'engagent à vendre des produits certifiés bio. Et on ne transige pas avec la règle, les magasins sont contrôlés de façon inopinée tous les ans par deux organismes certificateurs indépendants.

Le réseau Biocoop va même au-delà du simple label bio. En effet, le réseau, par le biais de son cahier des charges exigeant, s'interdit de vendre certains produits pourtant certifiés bio.

Voici quelques exemples : un produit bio à 95% mais avec des arômes non bio : vous n'en trouverez pas chez nous ! Un produit bio produit dans la région d'Almería en Espagne exploitant des hommes et des femmes et dénaturant le paysage : pas chez nous ! Un produit bio acheté à l'autre bout du monde, venu par avion alors qu'il est

disponible en local : impossible, dans les magasins Biocoop, pas de transport par avion et priorité au local.

Mais est-ce qu'un produit bio d'Espagne ou d'Italie est vraiment bio ?

OUI. Celui-ci est contrôlé et analysé avec le même règlement européen qu'un produit bio français. La différence que vous trouverez dans les magasins Biocoop, c'est que nous privilégions les achats locaux, s'il n'y a pas d'offre disponible, nous achetons à un producteur en France. Et enfin, pour certains produits, dans les pays du bassin méditerranéen.

Nous attachons une grande importance aux critères sociaux et écologiques au-delà du cahier des charges bio. Le réseau Biocoop travaille aussi avec des partenaires européens sur la durée, avec des engagements forts, permettant la confiance réciproque.

DES NOUVELLES DU JARDIN



Vous avez la main !

De nombreuses animations sont prévues avec Vert le Jardin, les mercredis 27 avril, 11 et 25 mai, 8 et 22 juin, venez nombreux à partir de 14h pour créer, imaginer et aménager cet espace de vie en devenir.

En ligne d'arrivée, une belle journée festive le 22 juin pour « inaugurer » et lancer la

phase concrète du projet. Les enfants des écoles de Pen ar Streat et de Saint Jean-Baptiste auront tout le loisir de mettre les mains dans la terre avec des animations scolaires en partenariat avec Vert le Jardin pour s'approprier aussi ce coin de verdure.

Nous avons également besoin de vous pour la dernière ligne droite de la campagne du Budget Participatif de la ville de Brest, le vote final aura lieu du 10 au 24 juin. On compte sur votre mobilisation pour transformer l'essai et donner un vrai coup de pouce au projet.

AGENDA

Mardi 17 mai : Assemblée Générale

Elle se tiendra cette année en présentiel et aura lieu à 18h30 au centre socioculturel de Lesneven. Un pot de convivialité sera offert à l'issue de l'AG.

Nous nous réjouissons de vous y retrouver en physique !

Si vous ne pouvez vous y rendre, des pouvoirs sont disponibles en magasin !

Mardi 31 mai : Conférence sur le Commerce Équitable

Au Beaj Kafé à Brest

Vendredi 10 et samedi 11 juin : Collecte Bio Solidaire

Pour la 4^e édition, les 9 magasins participeront à la Collecte Bio Solidaire. Vos dons seront distribués à nos partenaires locaux (épicerie sociale et solidaire ou des associations de solidarité alimentaire) et la coopérative reversera un don financier à hauteur de la marge cumulée par vos dons. Une démarche 100% solidaire !

On compte sur vous !

Du 31 mai au 30 juin : Fête de la bière

Avec l'arrivée des beaux jours, venez vous rafraîchir en magasin avec la fête de la bière. *L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. ⚠️*

Du 15 au 30 juillet :

Travaux au magasin Kerbio Centre Ville

Le magasin du centre ville de Brest va se refaire une beauté en été ! Les 3 autres magasins de Brest resteront ouverts et sont accessibles en tram.

LE COMMERCE ÉQUITABLE



« Le commerce équitable, des valeurs qui nous rapprochent »

Telle est la thématique de cette 22^e édition de la Quinzaine du Commerce Équitable qui se tiendra du 7 au 22 mai 2022 dans toute la France. Ce temps fort annuel de sensibilisation et de mobilisation, porté par l'association Commerce Équitable France, célèbre aujourd'hui la complémentarité entre filières locales et internationales rassemblées autour de valeurs communes. Plutôt que d'opposer « ce qui vient de près » à « ce qui vient de loin » comme simple choix de consommation, le commerce équitable est une manière de « commercer autrement » par rapport au fonctionnement économique mondial dominant qui creuse les inégalités et écrase les petits producteurs, conséquence d'une recherche constante de profit et d'un marché dérégulé.

Mais alors concrètement, c'est quoi le commerce équitable ?

C'est un partenariat commercial basé sur le respect, le dialogue et la transparence, qui vise à une plus grande équité et solidarité dans le commerce mondial mais aussi local. Il est encadré juridiquement à travers notamment les labels certificateurs. C'est un commerce qui s'inscrit dans une dynamique vertueuse en contribuant au

développement durable :

- au niveau social, il offre des conditions commerciales garantissant les droits et la dignité des producteurs, grâce à des partenariats à long terme, une juste rémunération de leur travail mais aussi une juste répartition de la valeur ajoutée des produits entre les différents acteurs d'une filière.

- au niveau environnemental, il contribue à la préservation de l'environnement, de la biodiversité et des territoires, notamment par le maintien des cultures locales, le soutien à l'agriculture biologique et de manière plus générale des pratiques respectueuses de la terre.

Biocoop soutient le commerce équitable Nord/Sud avec les petits producteurs de café, de thé, de cacao, de banane ou encore de sucre. De manière complémentaire, nous développons depuis plus de 20 ans des filières de production équitables France, avec nos paysan-ne-s associé-e-s. Concrètement, ces producteurs sont regroupés au sein d'organisations collectives 100% bio. En coopération avec Biocoop, ils ont fixé un cahier des charges de commerce équitable. Les produits à marque Biocoop intègrent au maximum les matières premières issues de ces groupements de producteurs sociétaires. **Pour valoriser l'agriculture biologique paysanne française !**

Nous organisons une conférence sur le commerce équitable le mardi 31 mai au Beaj Kafé à Brest. Restez connectés, on vous en dit plus prochainement !

RAYON BOUCHERIE-TRAITEUR DE BREST

Une nouvelle équipe s'est formée au rayon boucherie-traiteur du magasin Biocoop Kerbio Europe à Brest, on en a profité pour vous préparer une vidéo sur nos engagements en matière d'agriculture bio, de local et de bien-être animal. Vous pourrez retrouver la vidéo sur notre site

internet dans les prochains jours. Depuis quelques semaines, le service boucherie propose également des colis de viande sous-vide et prêts à être congelés, pour vous permettre de faire des économies !

UNE BIÈRE COLLABORATIVE

Ce printemps, Finisterra s'associe à Cézon pour vous proposer une bière éphémère locale et collaborative !

Cézon, c'est la micro-brasserie artisanale que Matthieu Lerustre a créée en 2019 à Lannilis. Son nom, emprunté à une petite île des Abers, reflète à merveille le concept de la brasserie. Dans cet ancien hangar agricole au bord de la voie verte, il produit des bières créatives de haute fermentation au fil des quatre saisons : la Cézon de printemps (une Ale au miel), d'été (une Froment Américaine... leur incontournable !), d'automne (une Dry Stout) et d'hiver (une Dubbel Belge). Ainsi que les bières éphémères qui sauront vous étonner !

Derrière l'identité visuelle de Cézon nous retrouvons Sophie, la compagne de Matthieu et graphiste indépendante, qui a créé tout l'univers graphique de cette brasserie singulière. Les étiquettes évoquent des paysages finistériens dont l'harmonie des couleurs nous rappelle les nuances gustatives et les notes aromatiques que l'on retrouve en chacune des bières.

Cézon est aussi une brasserie engagée, qui se fournit en matières premières biologiques et locales en priorité, qui limite son impact écologique par un soin accordé à la gestion de l'eau et à la revalorisation des déchets et qui favorise les circuits courts.

À l'occasion de la fête de la bière qui aura lieu du 30 mai au 30 juin prochain dans les magasins du réseau Biocoop, la coopérative Finisterra et la Brasserie Cézon s'associent pour vous proposer une bière éphémère blonde style American Pale Ale, agréable et légère, aux notes fruitées... à la croisée d'un chemin entre Terre et Mer.



MERCI FÉLICIE !

Félicie, salariée militante depuis la première heure dans nos magasins Kerbio à Brest part en retraite et nous tenions à lui souhaiter une bonne continuation et surtout la remercier pour son engagement et son implication au sein de la coopérative Finisterra qu'elle a vu grandir. Alors un grand merci Félicie pour toutes ces années de collaboration !

Voici quelques mots qu'elle adresse à l'ensemble des adhérents, consommateurs et salariés.

1988, mes premiers pas dans le « Petit Kerbio », rue de Gasté à Brest...

1989, un saut de puce vers la rue Kerfautras à Kerbio Centre Ville.

2004, un envol vers Kerbio Rive Droite.

2022, un grand pas de fait, qui annonce pour moi l'heure du départ en retraite !

Vraiment heureuse d'avoir partagé ensemble toutes ces années à œuvrer pour le développement d'une Bio respectueuse de la Terre et de l'Humain, dans les valeurs d'une Coopérative Engagée.

Continuons sur ce chemin valorisant et constructif

Un grand merci à vous tous, adhérents, consommateurs et à toute la grande équipe de Finis Terra pour cette belle aventure humaine et professionnelle qui restera pour moi un parcours d'une grande richesse, dans le sens noble du terme ! Avec le plaisir de se retrouver au détour d'un rayon...

À très bientôt, donc !

Félicie, magasin Biocoop Kerbio Rive Droite à Brest.

COUP D'ŒIL DANS LE RETRO : 2004

Biocoop Kerbio Rive Droite a ouvert ses portes en 2004, afin de répondre à une augmentation importante de la consommation de produits bio à Brest. Il s'agit du deuxième magasin à Brest, Kerbio Centre Ville étant le premier ouvert 20 ans auparavant. Le magasin et l'équipe ont vécu l'arrivée du tram à Brest avec un arrêt en face (arrêt Coat Tan direction Plouzané).

Mais si vous êtes plutôt du genre à pédaler sur les pistes cyclables aux

alentours, un parking à vélo flambant neuf est disponible devant le magasin.

En 2019, il a bénéficié d'un relooking complet. Le plafond a été réhaussé pour donner une impression d'espace et tout le mobilier a été intégralement changé et a réservé pour l'ouverture d'un autre magasin Biocoop. Le rayon fruits et légumes a été déplacé pour être mis en valeur à l'entrée.

Dans ce magasin de 400 m², vous trouverez tout ce dont vous avez besoin pour vos courses : fruits et légumes, produits laitiers, vrac, épicerie salée et sucrée, produits frais, produits de boucherie, pain, produits d'hygiène et cosmétiques. Et depuis quelques semaines, régaliez-vous avec des produits traiteur fabriqués maison par l'équipe de Kerbio Europe et disponibles toute la semaine !

Catherine, responsable du magasin, accompagnée de toute l'équipe vous accueille toute la semaine du lundi au samedi de 9h à 19h. N'hésitez pas à leur demander conseil !



Rayon fruits et légumes du magasin Kerbio Rive Droite



Dégustation de fromage de la semaine du magasin Kerbio Rive Droite



« VOUS PRENDREZ BIEN UN PETIT CAFÉ ? »

« Vous prenez bien un petit café ? »
Personne ne résiste en général à une telle invitation !
En espérant bien sûr bénéficier des bienfaits psychostimulants du café pour se relancer dans son travail.
Si tout le monde connaît la caféine et ses bienfaits à dose modérée, beaucoup d'entre nous ignorent qu'en portant un café à leur bouche, ils touchent du bout des doigts (ou plutôt du bout des lèvres...) des bienfaits insoupçonnés récemment révélés par la biologie cellulaire.
Elle s'intéresse depuis quelques années à tous les mécanismes et substances qui améliorent la longévité en bonne santé des êtres vivants, en espérant trouver dans ces

mécanismes les futurs secrets de jouvence et de nouveaux médicaments...
Or, c'est en améliorant la santé de chaque petite « brique » cellulaire microscopique, dont les milliards constituent chacun de nos organes, que l'on assure une longévité en bonne santé de créatures aussi complexes que l'être humain.

Mais de quoi s'agit-il ?

Toute cellule, de n'importe quel organisme, depuis l'apparition du vivant, possède une capacité potentielle à recycler ses propres déchets et à améliorer en conséquence sa qualité de vie et ses compétences, ce qui sera bénéfique à l'organisme tout entier.
Ce processus s'appelle l'AUTOPHAGIE :

littéralement, la capacité à « se manger soi-même ».
À l'échelon microscopique, le recyclage des déchets est déjà inventé depuis des millions d'années !
C'est le « Spemot » (déchetterie de Brest) cellulaire depuis l'aube de la vie.

Mais quel rapport avec le café ?

On a démontré il y a seulement quelques années que des substances présentes dans le café (des « polyphénols »), qui n'ont rien à voir avec la caféine, étaient capables d'enclencher ce processus d'autophagie.
Ces données viennent corroborer les résultats des études cliniques et épidémiologiques qui relient la consommation de café

à une meilleure santé.
Alors, « un petit café ? »
« C'est pas de refus ! c'est bon pour l'autophagie ! »
Avec ou sans caféine d'ailleurs, si l'on craint quelques effets excitants malvenus.
Et du café dans nos magasins, il y en a pour tous les goûts et sans pesticides bien sûr.

Article
rédigé par
un adhérent
coopérateur



LOCAL ET BIO

Depuis le début de l'aventure Finisterra en accord avec le cahier des charges du réseau coopératif Biocoop, nous avons toujours fait le choix fort de nous engager pour la bio et la production locale bio ! Il nous faut le rappeler, le redire et le re-démontrer à tous les nouveaux visiteurs de nos structures qui sont en quête de sens, qui sont sensibles au dérèglement climatique et aux énormes défis environnementaux en lien direct avec notre consommation et notre lien à la Terre. Il va falloir le redire, reprendre nos « bâtons de pèlerins de la Bio » et convaincre encore que non, les labels « Agriculture Raisonnée », « HVE » (Haute Valeur Environnementale) ou « local » ne suffisent pas à prendre à bras le corps ces défis d'envergure. Les nouvelles générations semblent perplexes face à la multiplication de ces labels, plus ou

moins « bio », plus ou moins respectueux de la production locale et paysanne, ou encore très discutables à propos de leurs engagements sociaux.

Depuis toujours, Biocoop a tenu fermement la barre de ses engagements, de son calendrier de la saisonnalité en harmonie avec une production locale largement représentée à Finisterra et dans tous les magasins Biocoop de la région.
Il est apparu que le local répondait pour certains citoyens davantage à leurs inquiétudes à propos de l'avenir que le label Agriculture Biologique. **Mais rappelons que si le logo « AB » existe c'est bien parce que le logo Agriculture Chimique n'existe pas.** Le logo AB précise que les produits sont certifiés issus de l'agriculture biologique. Celle-ci constitue

un mode de production qui a recours à des pratiques agricoles et d'élevage soucieuses du respect des équilibres naturels. **Biocoop va même plus loin que le cahier des charges européen ou français** car nous refusons tout arôme non bio dans la composition de nos produits (fait toléré en AB française), nous refusons toute trace d'OGM, nous refusons tout produit bio de culture sous serre chauffée, tout transport par avion. Dès que le produit est local et bio, il est en priorité dans nos rayons si les producteurs sont en mesure de nous fournir les quantités nécessaires ou s'ils n'ont pas subi les conséquences d'intempéries malencontreuses. Auquel cas nous pouvons avoir recours à notre plateforme à Tinténac près de Rennes.

Alors compte tenu des préoccupations

importantes au niveau des alertes climatiques, **acheter local non bio ne suffit pas.** Seul il n'offre pas toutes les garanties nécessaires à la préservation des milieux naturels. Par exemple, à Landunvez (29), un élevage porcin vient d'obtenir en 2022 une autorisation d'extension : il élève 12 090 porcs et produit 60 tonnes de lisier par jour, à quelques centaines de mètres d'un bourg, d'une crèche, d'une école et à quelques dizaines de mètres du ruisseau qui va directement à la plage, même plage fermée depuis plusieurs années pour cause de mauvaise qualité de l'eau de baignade.

Alors le local en priorité, évidemment ! Mais avec une certification bio absolument !

CLICK & COLLECT

Rendez-vous sur www.bio.coop pour faire vos courses en ligne !



www.finisterra.fr
contact@finisterra.fr

[f](https://www.facebook.com/biocoopfinisterra29) [i](https://www.instagram.com/biocoopfinisterra29) [in](https://www.linkedin.com/company/biocoopfinisterra29) @biocoopfinisterra29

Ceux qui le souhaitent peuvent recevoir cette lettre d'info par email.
Pour vous y abonner, scannez ce QR code !



Nos magasins

Brest
Kerbio Centre Ville
3, rue de Kerfautras
Tél. 02 98 46 45 81

Kerbio Europe
Place Daumier
Tél. 02 29 00 33 33

Kerbio Rive Droite
114, bd de Plymouth
Tél. 02 98 45 45 28

Kerbio Siam
7, rue Amiral Linois
Tél. 02 29 62 14 41

Plouzané
Finisterra des 3 pointes
22 rue de Kerallan
Tél. 02 57 55 00 33

Saint-Renan
Bio Abers
Zone de Mespaol
Tél. 02 98 32 61 02

Saint-Martin-des-Champs
Coccinelle
3 rue Marcellin Berthelot
ZA de Keriven
Tél. 02 98 63 42 04

Saint-Pol-de-Léon
Kastell Bio
45, avenue des Carmes
Tél. 02 98 19 59 79

Lesneven
Prim'Vert
8 Croas ar Rod
Tél. 02 98 83 07 06

COMITÉ DE RÉDACTION

Yann Clugery
Régine Eildé
Gérard Habasque
Monika Lodes
Pauline Morvan
Camille Pau
Jean-Christophe Ramel
Xavier Reunbot

Responsable de la publication :

Yann Clugery
Président du directoire

Tirage à 1500 exemplaires.
Gratuit et aime circuler.

Retrouvez toutes les publications sur : www.finisterra.fr

Imprimé par Calligraphy Print
Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes (bio !) par jour : mangerbouger.fr
Labus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération