



AN DELIENN

L A F E U I L L E

45

Sommaire

- Des nouvelles du jardin
- La coopération est dans le pré
- Partenariat : Réglez-moi ça !
- Coup d'oeil dans de rétro : Kastell Bio
- Engagés contre l'ultra-transformation
- Cellule Déméter - le Ministère doit revoir sa copie
- Premier vignoble d'insertion : Vigne de Cocagne

Édito

En avril prochain vous serez appelés à vous présenter dans vos mairies respectives, pour effectuer votre devoir de citoyen. De temps en temps nous vous rappelons via nos divers courriers ou publications, qu'à travers vos achats vous vous engagez déjà dans un choix sociétal, politique et environnemental en étant consommateur de votre alimentation 100% bio, en venant dans un des 9 magasins de la coopérative de consommateur Finisterra, qui est elle-même, faut-il le rappeler, membre du réseau coopératif Biocoop, existant depuis 35 ans.

La vie de la coopérative Finisterra évolue, nos engagements territoriaux se concrétisent au fil des années, nous gardons le cap du développement de l'agriculture biologique et de l'accessibilité de la bio au plus proche du consommateur. Nous pérennisons nos actions auprès d'associations (Terre de Liens, La Maison de la Bio du Finistère, Vert le Jardin, Eau et Rivières de Bretagne, Épicerie Solidaires en Réseau, etc.) et nous continuerons à le faire grâce aux choix du conseil de surveillance.

Une des grandes décisions politiques de la coopérative se situe en 2013, lorsque le conseil de surveillance et le directoire décident d'implanter dans un quartier dit sensible le magasin Kerbio Europe à Brest. Le conseil de surveillance s'est exprimé par un vote pour y implanter le siège de la coopérative Finisterra, et cela fait presque 9 ans que nous sommes là et plutôt fiers d'y être. 19% des sociétaires de Kerbio Europe viennent du quartier de l'Europe pour consommer bio. Notre volonté d'une accessibilité au bio et d'une intégration à la vie du quartier est en passe de se concrétiser, notre engagement pour le projet collaboratif d'un jardin dans le quartier de l'Europe en est une preuve. Nous continuerons à défendre la bio de proximité, nous poursuivrons le développement de la bio locale et paysanne, notre engagement restera le même malgré les difficultés qui peuvent toucher la filière, nous garderons le cap. Nous connaissons votre engagement dans la coopérative et dans la bio, nous vous savons engagés politiquement à nos côtés, pour certains depuis plus de 35 ans.

À très bientôt

Coopérativement

Yann Clugery, président du directoire

EN BREF

NOUVEAUX HORAIRES pour le magasin Finisterra des trois pointes à Plouzané



Le magasin Finisterra des trois pointes, situé au 22 rue Kerallan (place du commerce) à Plouzané, change ses horaires et est désormais ouvert en continu du lundi au samedi de 9h à 19h.

En espérant vous y voir prochainement.

PARTENARIAT : RÉGLEZ-MOI ÇA !

Cette année, Biocoop Finisterra crée un partenariat avec « Réglez-moi ça ! », une association loi 1901 qui lutte contre la précarité menstruelle et les discriminations.

Qu'est-ce que la précarité menstruelle ?

La précarité menstruelle est le manque d'accès aux produits d'hygiène intime. Quelques chiffres révélateurs : d'après une étude publiée par *Le Monde* en 2019, les femmes ont leurs règles pendant environ 39 ans soit 500 fois dans leur vie. Le coût des protections périodiques représenterait en moyenne 3 800 euros dans leur vie, et ce sont entre 1,5 et 2 millions d'entre elles qui n'ont pas accès, ou pas suffisamment, à ces produits de première nécessité en France. La précarité menstruelle peut avoir de lourdes conséquences sur la santé physique (en cas de renouvellement insuffisant ou d'utilisation de protections inadaptées) et psychologique (dépression, exclusion sociale, ...), mais aussi des répercussions professionnelles et sur la réussite scolaire des femmes touchées.

La question des règles est un sujet encore tabou dans notre société, tabou qui a longtemps dissimulé son coût. Grâce à la mobilisation de collectifs féministes comme « Réglez-moi ça ! », le sujet apparaît progressivement sur le devant de la scène politique française. Ainsi, en 2016, le gouvernement réduit la TVA sur les protections périodiques à 5,5% au lieu de 20%. Cependant, bien que la conscience collective s'ouvre peu à peu sur le sujet, cette baisse de TVA ne semble pas s'être réellement répercutée sur les prix de vente des produits. Puis, en 2021, des distributeurs de protections hygiéniques gratuites ont été déployés sur les campus universitaires. À quand leur gratuité pour toutes ?

L'accès aux produits d'hygiène intime constitue donc un enjeu de santé publique, mais aussi de justice sociale, de solidarité et d'égalité entre les hommes et les femmes. À travers notre partenariat avec « Réglez-moi ça ! », nous voulons soutenir cette cause qui nous paraît juste et essentielle, en organisant des journées de sensibilisation et de collecte, dont la première aura lieu le samedi 12 mars prochain. Nous prévoyons aussi la mise en place de boîtes à dons permanentes dans certains de nos magasins. Les produits donnés seront ensuite redistribués à des associations locales et aux femmes dans le besoin.



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

N'hésitez pas à suivre « Réglez-moi ça ! » sur les réseaux sociaux :

Facebook : @ReglezMoiCa

Instagram : @reglez_moi_ca

Sources :

https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2019/07/02/precarite-menstruelle-combien-coutent-ses-regles-dans-la-vie-d-une-femme_5484140_4355770.html

<https://www.gouvernement.fr/gratuite-des-protections-periodiques-pour-les-etudiantes>

<https://www.egalite-femmes-hommes.gouv.fr/brisons-le-tabou-des-regles-et-de-la-precarite-menstruelle/>

<https://www.carenews.com/fondation-nexity/news/la-precarite-menstruelle-facteur-d-inegalites-femmeshommes>

DES NOUVELLES DU JARDIN

Rappelez-vous, au mois de janvier, le projet d'un espace de nature au cœur du quartier de l'Europe était soumis aux votes « coup de cœur » du budget participatif de la ville de Brest. La mobilisation a porté ses fruits, nous avons franchi cette étape. Nous entrons donc dans la phase suivante : l'analyse et l'étude de faisabilité des projets du 7 février au 28 mai. Les services de la ville procèdent actuellement à une vérification des projets selon différents critères, il faut que le projet soit :

- localisé sur la commune de Brest,
- d'intérêt général et à visée collective,
- sans frais de fonctionnement (uniquement un investissement de départ qui ne dépasse pas les 200 000 €),
- acceptable et réalisable sur les plans social, environnemental, technique et juridique,
- compatible avec les politiques publiques,
- démarrable dans les 2 ans mais non démarré pour le moment.

Autre point d'avancement : le 17 janvier dernier, le projet a été présenté par Yann Clugery, Camille Pau, Lucile Bourlot et Béatrice Guillemet devant une promotion d'étudiants en master de l'Institut de géoarchitecture de l'Université de Bretagne Occidentale à Brest. Dans le cadre de leur cursus, les étudiants travaillent sur le projet et proposeront des plans d'aménagement. *Merci à Edna Hernández González, maîtresse de conférence en urbanisme, pour son accueil.*

Dernière nouvelle, Vert le Jardin reprend ses actions de temps forts sur le site avec les enfants de l'école Pen ar Streat.

L'inauguration, même s'il s'agit d'installations temporaires, est souhaitée pour la fête de l'été 2022.



LA COOPÉRATION EST DANS LE PRÉ

Le lien entre Biocoop et monde agricole s'est renforcé et formalisé en 2002 lorsque les producteurs partenaires sont devenus des associés de la coopérative Biocoop. Chez Biocoop, nos paysans associés ont un vrai pouvoir. Ils prennent part aux décisions de la coopérative au même titre que les magasins, les associations de consommateurs et les sociétaires salariés pour vous proposer le meilleur de la bio paysanne.

Les paysans associés sont des hommes et des femmes engagés au cœur de notre coopérative pour développer l'agriculture paysanne française sans OGM ni pesticide chimique de synthèse.

Ils distribuent leurs produits dans des conditions équitables co-construites :

farine, huile, lentilles, beurre, transformés ou bruts. Des produits alimentaires, tous issus de l'agriculture biologique.

Ils représentent 19 groupements de producteurs 100% bio, 3350 fermes réparties sur tout le territoire et 4 filières de production : fruits et légumes bio, céréales et protéagineux, lait, produits laitiers et viande.

En achetant des produits estampillés « avec nos Paysan-ne-s Associé-e-s » vous encouragez un processus vertueux de défense de l'agriculture biologique paysanne française.



THÈME DES MOIS DE MARS ET D'AVRIL

MARS

En mars, « engagés contre l'ultra-transformation » chez Biocoop ! Nous vous proposons -10 à -15% de réduction sur une sélection de produits pour consommer moins transformés.

AVRIL

En avril, « tout en beauté pour moi et ma maison » avec des promotions sur des produits non alimentaires.

AGENDA

● Du 1^{er} mars au 16 avril :

Nous vous proposons une sélection de produits de Pâques : des chocolats (tous issus du commerce équitable !), panettones et autres gourmandises, ainsi qu'une carte de produits de boucherie spéciale pour l'occasion.

● Du 19 avril au 14 mai :

Puis la fête des vins et des fromages de printemps suivra, avec du 19 avril au 7 mai, une sélection de fromages incontournables, atypiques et locaux. Du 19 avril au 14 mai, nous vous proposons un choix de vins variés, accessibles et engagés.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération 🍷

INTERVIEW



Monika, salariée du magasin Biocoop Kastell Bio à Saint-Pol-de-Léon.

Quel est ton parcours ?

Avant d'intégrer la coopérative Biocoop Finisterra, j'ai réalisé une formation de responsable de rayon à l'IBEP (Institut Breton d'Education Permanente) de Morlaix. Cliente fidèle de la Biocoop Coccinelle à Morlaix, j'ai été ravie de pouvoir intégrer l'équipe de ce magasin en tant qu'employée polyvalente il y a 6 ans. Par la suite, à l'ouverture de la boucherie, je suis passée au poste de vendeuse au service boucherie/traiteur. Après un congé maternité et l'ouverture du magasin Biocoop Kastell Bio à Saint-Pol-de-Léon en 2018, j'ai saisi l'opportunité de rejoindre ce nouveau magasin. Cela m'a permis d'être polyvalente sur tous les rayons. Aujourd'hui, je m'occupe des commandes de produits liquides, ainsi que des commandes auprès des producteurs locaux.

Qu'est-ce qui te plaît le plus dans ton travail ?

J'ai pu mettre à profit les acquis de ma formation à l'IBEP. J'aime la polyvalence et l'entraide qui règne au sein de notre équipe de 5 personnes. Nos missions sont diversifiées, et j'apprécie énormément les liens tissés avec les producteurs locaux d'un côté et notre clientèle en quête de service de proximité de l'autre.

Quelle(s) évolution(s) as-tu observée(s) depuis ton arrivée ?

J'ai pu observer la relocalisation et la construction du nouveau magasin Coccinelle à Morlaix en 2016. Depuis, le réseau Finisterra a continué de s'agrandir avec l'ouverture des magasins Kastell Bio à Saint-Pol-de-Léon et Kerbio Siam à Brest en 2018 et le dernier en date Finisterra des Trois Pointes à Plouzané en 2021. D'autres ont été rénovés, comme Kerbio Rive Droite en 2019 et Kerbio Europe en 2021 à Brest. J'ai aussi assisté à la mise en place du e-commerce avec notamment le système de « click & collect », l'évolution des produits à marque Biocoop et l'apparition de plus en plus de producteurs dans le secteur de la Bio.

Comment vois-tu l'avenir du magasin ? Des projets pour 2022 ?

Nous avons à cœur de continuer à prioriser et à développer le local, les circuits-courts et à communiquer de manière transparente sur l'origine de nos produits. Au magasin Kastell Bio, nous souhaitons élargir notre offre de vrac, mais aussi de produits non alimentaires cosmétiques et d'entretien, afin de répondre aux attentes des clients qui sont sensibles à la protection de l'environnement et à la consommation responsable. Enfin, je pense qu'il serait intéressant de développer la livraison à domicile, un service qui pourrait faciliter la vie des personnes âgées notamment.

As-tu un produit ou une recette « coup de cœur » du moment ?

J'aime tester des recettes que je trouve dans le magazine Cultures Bio distribué gratuitement par Biocoop, mais aussi sur les fiches recettes Biocoop. Dernièrement, j'ai testé les madeleines salées aux lardons et gruyère.



ENGAGÉS CONTRE L'ULTRA-TRANSFORMATION

De quoi parle-t-on au juste ?

7 français sur 10 sont mal informés sur les Aliments Ultra Transformés (AUT) et leurs effets néfastes sur la santé. Les AUT intègrent dans leur formulation l'ajout d'ingrédients et/ou d'additifs cosmétiques à usage principalement industriel et ayant subi un procédé de transformation excessif pour imiter, exacerber, masquer ou restaurer des propriétés sensorielles (arômes, textures, goût, couleur). « Il peut aussi s'agir de procédés technologiques très dénaturants (pré-friture, cuisson, extrusion, soufflage) », précise le docteur Anthony Fardet, précurseur sur les AUT en France et membre du comité scientifique de SIGA. Caractérisés par la déstructuration importante de la matrice alimentaire des ingrédients et par des calories vides, les aliments ultra-transformés sont souvent riches en sucre et matières grasses. Ils ont un effet satiétogène réduit et hyperglycémiant.

On peut noter qu'à l'origine, si la technologie était au service de l'aliment, progressivement c'est l'aliment qui est devenu au service de la technologie. Prenons l'exemple du pain : pour gagner du temps on a accéléré la fermentation en remplaçant le levain par des levures chimiques, on a augmenté l'intensité du pétrissage, on a sélectionné les blés selon leur teneur en protéines (et non plus selon leur densité en composés bioactifs protecteurs) pour obtenir un réseau protéique dans le pain plus résistant aux nouvelles contraintes technologiques. Ainsi, on a fini par produire un pain blanc à la mie très aérée pauvre en fibre, vitamines, minéraux et sans aucune valeur nutritionnelle à part apporter de l'énergie et des sucres rapidement digérés. À l'opposé, un pain semi-complet au levain avec un pétrissage moins intensif donne des pains à la mie plus dense, riches en micronutriments et sources de sucres lents.

Que fait Biocoop ?

Biocoop a décidé de s'emparer du sujet en lançant un plan de reformulation et de

développement qui prévoit de retravailler l'ensemble des produits à marque Biocoop.



En intégrant notamment le retrait des poudres à lever avec du phosphate monocalcique dans les biscuits, le retrait des amidons dans les soupes, la recherche de chocolats sans lécithine, la réflexion complète autour de la charcuterie et de sa composition notamment la conservation avec les sels nitrés, la proposition de gammes de confitures sans pectines, ... La volonté de la Coopérative étant de proposer aux clients les produits les plus naturels du marché. Pour cela, Biocoop s'est associé à SIGA, une démarche scientifique dont l'indice permet d'évaluer le degré de transformation d'un aliment. Synthétiquement la vision de l'alimentation de SIGA repose sur les 3 V : Végétale, Vrai et Varié. C'est-à-dire :

- manger principalement végétal : 85% de calories provenant d'aliments d'origine végétale et 15% de calories d'origine animale,
 - manger vrai, moins transformé : préférer les aliments qualifiés par Siga en A puis en B, laisser les aliments classés en C pour les occasions spéciales,
 - manger varié : combiner différentes couleurs et textures en balayant tous les groupes alimentaires et préférer les aliments biologiques locaux et de saison.
- Pour permettre au consommateur d'être informé sur la transformation des produits qu'il consomme, Siga a développé une application qui permet de scanner directement les produits en magasin. Tous les produits à marque Biocoop sont disponibles sur cette application et sont pour la plupart très bien notés.

COUP D'ŒIL DANS LE RETRO : 2018

Afin de répondre à une demande des consommateurs et à une forte activité touristique, le magasin Biocoop Kastell Bio a ouvert ses portes en avril 2018 dans un local entièrement rénové à la sortie de la ville de Saint-Pol-de-Léon.

Avec ses 299 m², vous y trouverez tout ce dont vous aurez besoin : des produits épicerie salée et sucrée, du pain, du fromage à la coupe, des fruits et légumes - de saison et priorité

au local -, des produits en vrac, ... Et depuis mars 2021, le magasin s'est doté d'une deuxième vitrine pour proposer un service boucherie et traiteur (avec la possibilité de commander). Les plats sont préparés par l'équipe de la boucherie du magasin Coccinelle à Saint-Martin-des-Champs et acheminés vers le magasin Kastell Bio. Les clients sont ravis de ce nouveau service.

Pour 2022, le magasin aimerait se

doter d'un abri à vélo suite à une forte demande des consommateurs. En effet, la région a pour projet de renforcer les pistes cyclables, ce qui permettrait aux habitants et aux touristes de venir faire leur course à vélo.

Morgan Le Guen, responsable du magasin, Cécile (qui a intégré Finisterra à l'ouverture du magasin), Monika et Mathieu (salariés du magasin Coccinelle et qui, par la suite,

ont intégré Kastell Bio) et Gérald (nouveau membre de l'équipe depuis l'été 2021) sont à votre écoute pour vous accompagner et répondre à vos questions.



Rayon fruits et légumes du magasin Kastell Bio



Rayon vrac du magasin Kastell Bio



2022 : Mathieu, Morgan, Gérald et Cécile de l'équipe du magasin Kastell Bio

CELLULE DÉMÉTER - LE MINISTÈRE DOIT REVOIR SA COPIE

Vol de produits phytosanitaires, de carburant, d'animaux, délinquance itinérante, vol de tracteurs par des groupes organisés qui les revendent à l'étranger, une partie du monde agricole est de plus en plus exposée à ce genre de méfaits depuis un certain nombre d'années. Le matériel dernier cri proposé aux acteurs de l'agriculture industrielle et intensive, pour une « agriculture de précision » est équipé de GPS, de commandes high-tech et se vend à des prix allant jusqu'à 450 000 € pour un tracteur neuf. Cette même agriculture industrielle est également de plus en plus exposée à des critiques sur ses pratiques, dans l'élevage et dans les champs, même si elle tente par tous les moyens de redorer son image et qu'elle dénonce toute critique sous le terme d'« agribashing ».

En 2019, à la demande de leur syndicat majoritaire, la FNSEA et de son

organisation de « Jeunes Agriculteurs », le Ministère de l'Intérieur décide la mise en place d'une cellule d'investigation spéciale, nommée « Déméter » (l'homonymie avec une marque de biodynamie est-elle purement fortuite ?). Une convention est mise en place entre l'organisation syndicale et la gendarmerie, pour mieux lutter, non seulement contre les vols et la délinquance itinérante, mais aussi contre les « intrusions et les actions intimidantes [...] de la part de groupuscules militants » (agribashing) » comme l'explique le magazine de la gendarmerie nationale, *gendinfo* en décembre 2019.

Des préfetures mettent en place des « observatoires de l'agribashing » comme en Ille-et-Vilaine en juillet 2020.

Des trafiquants mafieux aux militants écologistes, un amalgame difficilement supportable pour les défenseurs de la liberté d'expression et les lanceurs d'alertes qui n'ont pas tardé à réagir. Les associations

L214, Pollinis et Générations Futures portent plainte, la rapporteuse publique, magistrate chargée de conseiller les juges, demande la dissolution de la cellule Déméter.

Le jugement rendu par le tribunal administratif de Paris, mardi 1^{er} février dernier, reproche au Ministère de l'Intérieur une « erreur de droite ». Il estime que Déméter, censé lutter contre « les atteintes au monde agricole » doit cesser de viser les activités militantes, et s'en tenir aux missions habituelles de la gendarmerie.

Maitre Corinne Lepage, avocate des associations Pollinis et Générations Futures, constate néanmoins un jugement « très en retrait » et difficilement applicable. Comment vérifier, s'interroge-t-elle, que Déméter « ne mène effectivement plus d'actions de police idéologique » ?

Un jugement symbolique donc, mais tout

de même la reconnaissance d'une tentative de criminaliser la liberté d'expression et la liberté d'action de certaines associations qui se comprennent comme des lanceurs d'alerte en dénonçant un modèle agricole dépassé et mal adapté aux défis futurs.

Sources :

Création de la convention et de la cellule en octobre 2019 :

<https://www.gendinfo.fr/actualites/2019/signature-d-une-convention-de-partenariat-visant-a-renforcer-la-securisation-des-exploitations-agricoles>

Mise en place de l'observatoire de l'agribashing par la préfecture d'Ille-et-Vilaine :

<https://france3-regions.francetvinfo.fr/bretagne/ille-et-vilaine/observatoire-agri-bashing-ille-vilaine-1848848.html>

Article sur le jugement du 1^{er} février 2022 sur Reporterre :

<https://reporterre.net/Le-ministere-de-l-Interieur-va-devoir-reduire-les-activites-de-la-cellule-Demeter>

PREMIER VIGNOBLE D'INSERTION : VIGNE DE COCAGNE

On connaissait les Jardins de Cocagne, l'association qui aide des personnes à l'insertion par le maraîchage biologique, il y a maintenant aussi Vigne de Cocagne, le premier vignoble d'insertion en France ! La gérante et fondatrice a réussi à allier sa passion pour la vigne à une démarche très pragmatique, inspirée du modèle des Jardins de Cocagne, en proposant un accompagnement aux personnes éloignées de l'emploi pour les aider à se réinsérer et à apprendre tous les gestes viticoles, de la

vigne à la cave.

Créée en 2016, la coopérative compte aujourd'hui une équipe de trois personnes encadrant une dizaine d'ouvriers viticoles sur un parcours professionnalisant de deux ans. Leur démarche est biologique et artisanale et comprend le travail de la terre dans le respect du sol et de la biodiversité, les vendanges sont entièrement faites à la main, les cépages adaptés au climat.

Des contacts et échanges avec d'autres acteurs locaux permettent de continuer

à améliorer les pratiques agricoles et les parcours d'insertion.

Pour vous faire découvrir les vins en IGP Pays d'Hérault de la Vigne de Cocagne, nous vous proposons leur vin rouge « Carbo » pendant la Fête des vins de Printemps dans nos magasins du 19 avril au 14 mai. À consommer avec modération...

<http://www.vignedecocagne.fr/>



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) [@biocoopfinisterra29](https://www.tiktok.com/@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
Nicole Renouf
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 