

En Vie de Liens

la petite lettre d'infos
du magasin **biocoop**

En Vie Bio

100%
RENTRÉE

n°13
septembre
octobre 2020

L'ACTU DU
RESTAURANT
Réouverture, nouveautés

FÊTE DES VINS
ET FROMAGES
Accords gourmands

PATRICE
RAYDELET
L'homme animal

OOUFF... L'été se finit !

C'est bien **une saison hors normes** que les acteurs de la Scop En Vie Bio voient se terminer. Entre les incertitudes découlant de la désormais célèbre Covid19 et ses conséquences sur notre activité qui nous ont conduit - en autres - à décider de maintenir le restaurant fermé, l'organisation de l'accueil du magasin, les mesures obligatoires, celles qui nous semblaient nécessaires, cette chaleur étouffante qui a fait fuir les clients et rendu impossible les prévisions de fréquentation, la sécheresse qui a impacté la production et la qualité des fruits et légumes, les retards accumulés dans le traitement des dossiers chez nos partenaires, fournisseurs, collectivités, les échos de conflits dans d'autres magasins qui ne nous ressemblent en rien, et les vacances bien méritées des salariés du magasin, **l'été n'a rien eu de reposant !** La bonne nouvelle, c'est que nous sommes toujours là ! Toujours soudés autour de notre objectif, toujours débordants d'idées, d'envies et de motivation. Nos clients nous réclament la réouverture du restaurant ? Check ! Ce sera pour octobre avec une nouvelle tête et de nouvelles compétences. Le développement du rayon vrac ? Check ! C'est en route. Un nouveau point de vente dédié à la réduction des déchets ? Check ! On a repris le dossier, et nous saurons fin octobre si nous avons la capacité pour le faire... Ce ne sont là que les éléments les plus visibles ! **Notre coopérative évolue** sans cesse sous l'impulsion de ses clients et de ses salariés, c'est ce qui nous motive, c'est ce qui la rend vivante : traversant des périodes où la respiration se fait plus tranquille et d'autres où le rythme s'emballe. La voilà presque adulte, pleine de force et d'ambitions et convaincue du bien-fondé de la voie qu'elle se trace !

Jérôme Berthaut, gérant de la scop



C'EST LE
RETOUR DES
EXPOS AU
RESTAURANT



La quadrature du cep... de vigne !

En septembre le magasin En Vie Bio célèbre la fête des vins et fromages. L'occasion pour Émilie, nouvelle Maître coq du restaurant, de nous proposer **quatre accords gourmands**.

1 L'affirmé distingué et la Dame fleurie

Quand «**L'absolu Chardonnay**» du majestueux vignoble du Languedoc rencontre «**L'insolite et délicat Brebis d'Occitanie**», votre table s'illumine tel un joli tourbillon d'été indien...

Savourez cet instant doré accompagné d'un bon morceau de baguette **La Paysanne** de La Ferme des Agités.

Vin : IGP Côtes Thongue Manpôt blanc 14° 75cl Bassac Sàrl, 2019

Fromage : Délice Fleuri, brebis, lait thermisé, Lou Passou Bio Sàrl

Accompagnement : Pain La Paysanne, Blé ½ complet, La Ferme des Agités



..... 2 Le triplé gagnant charnu et soyeux

Joli Faugères et **gouda 18 mois**... Deux belles surprises qui s'invitent à votre table ! Ces compères de caractère sauront vous séduire par leurs expressions franches et veloutées ! Une troisième surprise ? Une généreuse tranche de **pain aux fruits**, et là, il ne vous reste qu'à cueillir l'instant, intensément !

Vin : AOP Faugères rouge 14° 75cl, Valambelle, 2019

Fromage : Gouda 18 mois, pasteurisé, Kaandorp Cheese

Accompagnement : Pain aux fruits, Aux Pains d'Aurèle



3 L'équilibre parfait

Anjou blanc et **Pecorino Fiore Sardo**, l'évidence de deux terres aux empreintes colorées. Entre douceur et fermeté, le juste équilibre se crée à la croisée des chemins. Saisissez cette belle échappée, accompagnée d'une jolie tranche de pain sans gluten légèrement taostée.

Vin : AOC Anjou blanc 13.5° 75cl, David Lecomte, 2019

Fromage : Pecorino Fiore Sardo, brebis, lait cru

Accompagnement : Pain sarrasin/maïs/graines, La Ferme des Agités



L'ACTU DU RESTAURANT



Le restaurant du magasin va rouvrir ses portes début octobre avec un nouveau visage qui vient apporter sa touche créative et gourmande.

Émilie, pourquoi rejoindre l'équipe En Vie Bio ?

J'ai la volonté de contribuer au « bien consommer » et de transmettre des valeurs riches de bon sens, simples et naturelles. M'engager à vos côtés, c'est me sentir au bon endroit au bon moment parce que la partie se joue aujourd'hui pour un monde de demain incontestablement différent, plus collectif et équitable.

En quoi la cuisine peut faire évoluer les consciences ?

En consommant « responsable » pour bien se nourrir et pour économiser les ressources de notre planète. La cuisine crée aussi du lien... Autour des tables d'un restaurant, les conversations vont bon train et les consciences se nourrissent et évoluent.

Qu'as-tu envie de proposer ?

J'ai envie de proposer une cui-

sine pleine de bon sens, simple, au plus proche du vivant ! Une cuisine qui se veut la plus brute possible, variée, équilibrée et colorée à souhait pour tous les palais. Les menus resteront diversifiés avec entre autres des alternatives aux allergènes alimentaires. J'ai aussi à cœur de développer l'offre de plats à emporter et de proposer



Émilie

des ateliers de sensibilisation sur les enjeux d'une alimentation responsable.

Quel est ton engagement au sein du restaurant même ?

Je souhaite tout d'abord poursuivre le travail entrepris au restaurant depuis toutes ces années en y ajoutant ma touche personnelle et faire découvrir aux plus grand nombre de nouvelles saveurs avec l'envie et le plaisir constant de faire plaisir !



Flo

Mars 2017, le restaurant du magasin En Vie Bio ouvre le samedi pour la première fois...

Première tournée de crêpes pour « l'apprentie » cuisinière Florence (moi !). **Stress et joie...** Avec mes collègues successives à mes côtés (merci à elles : Marie, Sabine, Cécile, Camille, Yasmina et Audrey), nous n'avons eu de cesse de développer une **cuisine végétale, colorée et aromatique**. Sans restriction ni intolérance (on prend soin de tous), le resto est devenu un **petit labo engagé et festif** qui se nourrit de notre passion du vivant, du bon et de la satisfaction de nos clients, sans modération ! Bienvenue à Émilie !

le jeudi
1er octobre
le restaurant
reprend du
service !



4 L'union fantastique

Osez le mariage du **Crèmeux de Bourgogne** et du **Marmandais** !

La féerie s'agite à la rencontre de fragrances puissantes et d'une robe presque noire pourvue d'un nez fruité et gourmand. Un combiné divin à sublimer avec le remarquable pain aux noix d'Aurèle.

Le tout à glisser dans le panier du prochain pique-nique et hop, 1, 2, 3 promenons-nous dans les bois !

Vin : AOP Côtes du Marmandais rouge 13,5° 75cl, Bonnet, 2019

Fromage : Crèmeux au bleu, Fromagerie Delin

Accompagnement : Pain aux noix, Aux Pains d'Aurèle

N'oubliez pas, chers lecteurs d'En Vie de Liens, que l'abus d'alcool est dangereux pour la santé.





La constellation Biocoop

Marche solidaire Jai Jagat 2020

Éradiquer la pauvreté, combattre l'exclusion sociale, agir pour le climat et l'environnement et résoudre les conflits par la **non-violence**, tels sont les objectifs de cette marche



solidaire d'inspiration gandhienne de 10 000 Km, partie d'Inde en octobre 2019 à

destination de Genève. **Peuples solidaires Jura** se joint à cette initiative en organisant **8 étapes de marche** entre Lons et Genève du 19 au 26/09. Convivialité, échanges et rencontres au rendez-vous. Infos et inscriptions sur www.peuples-solidaires.org

Vive les apprentis !

Le mercato d'été est terminé et **Konogan**, notre cher apprenti depuis 2 ans est transféré au PSG ! Plus sérieusement, Il a terminé son apprentissage et s'envole vers de nouvelles aventures.



Konogan



Atika

Atika, à nos côtés depuis un an, poursuit sa formation avec réussite. Et **Alix** qui vient juste de nous re-

joindre se sent déjà très à l'aise dans le magasin. Un métier, ça se transmet et c'est aussi ça la force d'une coopérative de salarié-es !



Alix

Le p'tit mot de la Naturo... (Valérie Quenot !)

Anti-oxydants et riches en minéraux, en vitamine C et en fer, les **«super-fruits»** constituent une véritable source d'énergie et d'éléments nutritifs. Idéal pour bien commencer la journée, pour lutter contre les coups de fatigue passagers ou pour reconstituer vos réserves après l'effort. En plus ils sont disponibles au rayon vrac ! Que du bonheur !



baie des Incas



myrtille



mulberry



épine vinette



caneberge



baie de Goji





Petits points infos

Expo tout le mois de septembre, **Maï-Lys Regad** expose ses macrophotographie au restaurant.

expo vente **jeudi 17 septembre** toute la journée la célèbre **scop Ardelaine** présentera sa nouvelle collection de vêtements et literie en pure laine.

50 ans de JNE **les 11 et 12 septembre.** L'association JNE fête ses 50 ans tout au long de l'année 2020 et organise à Lons-le-Saunier les 11 et 12 septembre des «**journées d'inspiration pour le monde de demain**». Forêt, entraide, compost, paysannerie, permaculture, bois-énergie ou ressource en eau... en atelier, débats, animation ou concert... à ne pas manquer ! **infos sur www.jne.asso.fr**

Conférence **jeudi 17 septembre** à 18h au **Bioplin** à Saint-Maur. Céline Loqueville présente le principe des **ruches refuges** pour accueillir les abeilles mellifères sans les exploiter. contact 06 01 15 10 82.

visite fournisseurs **les 26 et 27 sept.** Dans le cadre de la première du «**Jura de ferme en ferme**», rencontrez Gaëlle Péchot (**Alors ça pousse ?**), Marie-Pierre Bouly (**Miellerie de Baume**), Laurianne Schoff (**Escargots de Trémontagne**), Marie maison-neuve (**L'herbier sous la Rochette**) et Thibaut Joliet (**Distillerie du Serpent Vert**).

Expo en octobre, **Fanny Mazet** expose ses encres «**femmes libres d'esprit**». Travaillant à partir de ses lectures, elle portraiture à l'encre de chine des grandes figures du XVIe au XXe siècle comme Karen Blixen ou Alexandra David-Néel. À voir au restaurant.

Dégustation **samedi 17 octobre** de 10h à 17h. Perrine Romilly de **l'Abeille Maraîchère** vous fera déguster ses différents miels. Miam !

à ne pas confondre...

*La date limite de consommation du produit, ou **DLC**, est signalée par les mentions «à consommer avant le» ou «à consommer jusqu'au».*

Il faut respecter cette date. Au delà de celle-ci, le produit peut présenter des risques pour la santé du consommateur et ne peut être vendu.



LAIT FRAIS

*La date de durabilité minimale, ou **DDM** (anciennement date limite d'utilisation optimale, **DLUO**) est signalée par la mention «à consommer de préférence avant le».*

Au-delà de celle-ci, la denrée peut perdre certaines de ses qualités gustatives et/ou nutritionnelles mais peut être consommée sans danger pour la santé.



LAIT UHT

En Vie de Liens #13 septembre / octobre 2020 - Petite lettre d'infos offerte, faite maison par l'équipe du magasin. **Directeur de la publication** : Géronimo BERTHAULT. **Graphisme/rédaction** : John-Fitzgerald ROSSI. **Contributions et relecture** : Flo, Émilie, Valérie, Charles, Nathalie S, Anne D, Vivant.

Imprimé à Lons-le-Saunier chez ABM Graphic, certification **IMPRIM'VERT** (élimination conforme des déchets dangereux, sécurisation des stockages de liquides dangereux, non utilisation de produits toxiques, suivi des consommations énergétiques) sur papier cyclus offset **100% recyclé**. **Bonne journée !**



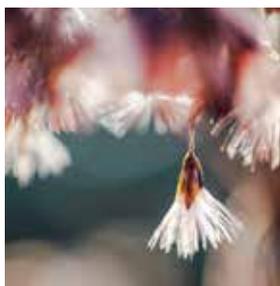
Mai-Lys Regad

Macrophotographies



Expo photo

«*Enfant, dans le Haut-Jura, je passais des heures à contempler la nature autour de moi et «étudier» les insectes dans le jardin. Je me suis naturellement mise à la photographie à l'adolescence et n'ai jamais cessé depuis d'immortaliser la nature en grand à travers ses paysages et en petit avec la macrophotographie. La beauté est partout et souvent juste sous notre nez ou à nos pieds... Pour la voir, il faut savoir s'arrêter et prêter attention...*»



Exposition
du 2 au 30
septembre

au restaurant
(en attendant sa
réouverture en octobre)



Fanny Mazet

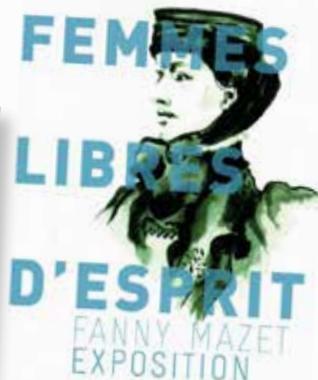
«Femmes libres d'esprit»

Jardinière au Musée des Maisons Comtoises, Fanny Mazet est aussi graphiste et plasticienne. Elle nous offre ici les portraits à l'encre de Chine de grandes aventurières du XVIe au XXe siècle. Délicatesse du trait, puissance de l'intention, ses «figures» sont autant inspirées qu'inspirantes.



B. Mercier

Exposition
du 1er au
31 octobre
au restaurant



Expo encres au resto



ENGAGEMENT, ici et maintenant

Patrice Raydelet, l'homme animal

Photographe, cinéaste, naturaliste, Patrice Raydelet publie une étude choc sur nos rapports avec les animaux sauvages, domestiques et d'élevage. Interview par Florence Desbrières.

Dans ton livre, quels sont tes questionnements essentiels ?

Je m'interroge sur la nature de nos relations avec les animaux. Je suis le cheminement historique qui nous conduit à l'impasse aberrante dans laquelle nous nous trouvons



aujourd'hui : élimination des soi-disant nuisibles, exploitation barbare des productifs, destruction des sauvages... La situation est alarmante tant pour les animaux domestiques que pour la faune sauvage ou la biodiversité.

Tu souhaites une prise de conscience mais surtout un changement de nos comportements.

Oui, depuis longtemps des personnes ont conscience des abus pratiqués sur les animaux mais le grand paradoxe de nos jours, c'est que nous

savons, nous ressentons, nous décrivons mais ça ne change pas grand chose... Il nous faut accepter le fait que nous faisons partie d'un écosystème au même titre que chaque créature vivante, sur lesquelles nous n'avons aucun droit de nuisance.

Quelle méthodes préconises-tu pour faire évoluer les esprits ?

Il y a 2 approches complémentaires : le collectif et le personnel.

Au niveau collectif, il faut établir un constat global et en tirer les conséquences politiques, fédérer les engagements associatifs autour d'une même bannière. Au niveau personnel, on peut changer ses habitudes (alimentaires, de transport, touristiques...), s'impliquer dans le monde associatif, rester vigilants, ne pas gober n'importe quoi. Et surtout transmettre aux plus jeunes l'importance d'une nature préservée des folies humaines. ■

Les animaux, la nature et la France

Changer nos paradigmes, modifier nos comportements.

l'Harmattan, 568 pages, 45€





À propos de l'accueil à l'entrée du magasin...



À l'approche du confinement, et confrontés à une situation fort heureusement inédite, nous nous sommes organisés pour accueillir nos clients à l'entrée du magasin. **Cet accueil avait plusieurs objectifs.** En premier lieu, il s'agissait de remettre de l'humain dans un protocole déshumanisé tout en limitant le nombre de personnes dans les rayons. Il nous a également paru nécessaire d'assurer la désinfection continue des paniers, chariots et caddies et de protéger salariés et clients grâce aux mesures de prophylaxie prises dans l'ensemble du magasin. Ces dernières semaines, le rappel des obligations liées au port du masque et à la désinfection des mains est venu remplacer le contrôle des flux.



Il ne nous paraît plus utile de maintenir un-e salarié-e à l'entrée, constatant que l'immense majorité de nos visiteurs ont pris l'habitude de ces impératifs. Nous libérons donc les 55 heures hebdomadaires consacrées à cette tâche, et dont nous avons bien besoin ailleurs. Mais... tous les paniers, chariots et caddies continueront de faire l'objet d'un **nettoyage après chaque usage**, tout comme sont régulièrement désinfectés les silos de vrac, les caisses, les balances, et toutes les surfaces susceptibles d'être en contact avec les mains de nos clients et salariés. En cas d'évolution de la situation, nous pourrions remettre en place le dispositif initial, avec le sourire... masqué.

Trombinos'COOP du magasin Biocoop En Vie Bio

Enfin un homme, un vrai ! (et oui, 5 trombinos, 5 femmes...) Sans surprise, le trombino de **Charles Viard** est singulier. Notre responsable du rayon vrac est un agent double ! Le jour il s'occupe de farines locales en sacs de 25 Kg, d'amandes grillées en sac de 10 Kg et de mélange 6 super fruits (voir p. 6), il est très impliqué dans la diminution des emballages et la promotion d'une alimentation responsable... Mais la nuit Charles est un **batteur chevronné** qui joue dans le groupe **Follow the Cheerleader** et enseigne son instrument à l'EMMA de Lons à des élèves de 6 à 55 ans ! Formé à l'école de musique MAI, il pratique la batterie depuis l'âge de 15 ans, surtout dans les répertoires rock, pop et fusion. Deux années d'expérience d'animateur scolaire lui ont donné le goût de transmettre compétences, valeurs et plaisir !



En 2015, Charles a joué sur scène une dizaine de titres avec le célèbre **Michael Jones** (du trio Fredericks Goldman Jones). Inoubliable !