

QUAND ON VEUT CHANGER LE MONDE, PAR SUZANNE DION

PER

B-1137

BNQ

Bio-bulle

Le magazine du bio québécois

www.lavisbio.org

N° 68 • mai 2006



profession

fermier de famille



**l'asc à travers le monde
des partenaires
s'expriment**

également dans nos pages :
**les pesticides bannis
que faire des théories
alimentaires?**

527

Expiration : #

Entr.

Bibliothèque nationale du Québec Section du
dépôt légal
2275, rue Holt
Montréal (Québec) H2G 3H1

claire
obscur



5110

7 78313 01371 9
3,99 \$ - Envoi de Poste - publications
Enregistrement n° 40882533

LE PETIT CENTRE D'ART

Concepteur du Gerموir et des Semoirs JFN, le PETIT CENTRE D'ART distribue également des appareils spécialisés pour la transformation d'aliments tels des extracteurs pour l'extraction des jus d'herbe de blé, de fruits et de légumes, tant manuels (Porket, Back to Basics) qu'électriques (Omega, Green Power Hippocrates ou Kempo, Marathon). Ces derniers ont l'avantage d'être performants, extrayant le jus par pression et à basse vitesse, ce qui donne une meilleure valeur nutritive aux jus. Il existe des extracteurs à une vrille et à deux vrilles, ayant chacun leurs particularités.

Les mélangeurs/liquéfieurs (Vita-Mix, K-Tec) permettent toutes les opérations d'un mélangeur en plus de liquéfier fruits et légumes en 60 secondes rendant pulpe, pépins et pelures totalement liquéfiés. Idéal pour les jus complets et les laits végétaux (amande, avoine, citrouille, sésame). Faciles à laver, les mélangeurs/liquéfieurs sont indispensables à l'alimentation saine.

Les déshydrateurs (Living Foods et Excalibur) retirent l'eau des aliments, et cela, à basse température, sans détruire les enzymes. La nourriture ainsi séchée se conserve en pot ou en contenant hermétique, durant des mois. Considérés comme des aliments vivants, ils se réutilisent en jus, sauce, combinés à des recettes ou simplement en les dégustant à pleines dents (cuirs de fruits).

Tous nos articles incluent les frais de livraison partout au Canada.



germination en pots, 40 sortes de graines et plus

Produire, transformer et consommer des aliments sains, douze mois par année, à la campagne et à la ville, est maintenant chose facile et simple.

GERMINATIONS

ET POUSSES...

APPAREILS SPÉCIALISÉS POUR UNE ALIMENTATION SAINNE

culture intérieure sur terreau, d'herbes et de pousses



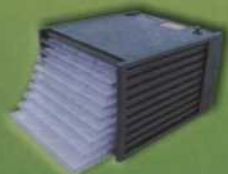
DÉSHYDRATEURS

Qu'il soit question de germination en pots, de germination sur terreau, de conservation par la déshydratation ou de transformation en jus de céréales, fruits, légumes, noix et autres, le Petit Centre D'Art répond à vos besoins et vous offre déshydrateurs, extracteurs à jus, gerموirs, mélangeurs et semوirs.

WWW.PCDA.COM



MÉLANGEURS



EXTRACTEURS



PETIT CENTRE D'ART

C.P. 25177, Sherbrooke QC, J1J 4M8

819-822-2161 / 800-780-2161

LIVRAISON PARTOUT

Bio-bulle

Le magazine du bio québécois

NUMÉRO 68 - MAI 2006

s o m m a i r e

environnement

- 11** LES PESTICIDES BANNIS DU MARCHÉ
par Iova ramanitarivo
- 12** MORATOIRE SUR LES SEMENCES TERMINATOR
par Claude Fortier

pratiques agricoles

- 15** LE SEMIS DIRECT EN AGRICULTURE BIO : OSER L'ESSAYER
par Stéphane Groleau

dossier

l'agriculture soutenue par la communauté

rédigé par Stéphane Groleau avec la collaboration de Sonia Delisle

- 18** LE CONTEXTE DE LA DISTRIBUTION ALIMENTAIRE
- 19** PROFESSION : FERMIER DE FAMILLE
- 23** L'ASC AU QUÉBEC : 10 ANS DÉJÀ
- 25** L'ASC À TRAVERS LE MONDE
- 26** DEVENIR PARTENAIRE
- 28** LE JOYEUX CASSE-TÊTE
- 30** LA MAUVE : UN EXEMPLE DE SOLIDARITÉ AGRICOLE
- 31** D'AUTRES AVENUES

alimentation

- 32** QUE FAIRE DES THÉORIES ALIMENTAIRES?
par Carol Vachon
- 34** RECETTES
par Carol Vachon

jardinage

- 37** PARLONS RÉCHAUFFEMENT
par Julien Mcduff
- 38** LES ALLIÉS METTENT NOS CONNAISSANCES À L'ÉPREUVE
par Julien Mcduff
- 39** SUR LA ROUTE DES JARDINS AUTOFERTILES
par Éliane Houle
- 41** LE DÉFI : TRAITER NOS ARBRES DE FAÇON ÉCOLOGIQUE
par Julie Pharand et Alain Planchamp



*Les paniers ASC,
pour savoir d'où vient ce qu'on mange...
et ne l'en apprécier que mieux!*

r u b r i q u e s

- 4** MOT DE LA RÉDACTRICE
- 5** ÉCHO DES LECTEURS
- 7** BIO-INFO
- 10** BIO-CAPSULES
- 41** PETITES ANNONCES
- 42** NOUVELLES DES ORGANISATIONS
- 45** LIVRES EN TÊTE
- 46** QUAND ON VEUT CHANGER LE MONDE
par Suzanne Dion



Mot de la rédactrice

ILS ONT SU CRÉER DU NOUVEAU

En 1996, ILS ÉTAIENT SEPT AGRICULTEURS et 250 familles à expérimenter ce nouveau lien commercial. Dix années plus tard, le phénomène a pris une telle ampleur que le nombre actuel d'agriculteurs inscrits ne suffit plus à la demande. Vous aurez deviné qu'il s'agit de l'agriculture soutenue par la communauté, mieux connue sous l'acronyme ASC. Les derniers chiffres disponibles annoncent que 107 fermiers approvisionneront quelque 8600 familles au cours de la prochaine saison estivale. Négligeable, cette portion de marché? Cela touche tout de même près de 24 000 personnes! Avec la fougue journalistique qui l'anime, Stéphane Groleau nous offre un portrait détaillé de ce que représente l'agriculture soutenue par la communauté, à la fois pour les consommateurs qui adhèrent à cette façon alternative de se nourrir et pour les agriculteurs qui exercent le métier. On y apprend entre autres que cette formule a des racines au Japon, en Suisse et en Allemagne et qu'elle évolue aux quatre coins de la planète. Voilà un exemple bien concret d'individus qui ont su ensemble créer du nouveau. Certes, le défi demeure important pour tous ceux et celles qui y participent. Créer du nouveau est exigeant et demande plusieurs années d'ajustement, autant pour ceux et celles qui produisent que pour les autres qui consomment. Qu'importe, le mouvement est bien parti est rayonne partout où il passe.

PESTICIDES BANNIS

Voilà un autre exemple où l'on a su créer des changements : depuis le 3 avril dernier, il est maintenant interdit de vendre et d'utiliser, sur les pelouses, des pesticides contenant une vingtaine d'ingrédients actifs, dont le 2,4-D et le carbaryl, qui sont parmi les plus utilisés au Québec. Ces 20 ingrédients actifs se retrouvent dans environ 200 pesticides domestiques sur le marché... Une bonne nouvelle qui nous invite à afficher nos couleurs écologiques lorsque viendra le temps de jardiner et d'entretenir nos pelouses. À lire dans les pages Environnement de ce numéro.

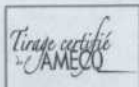
DÉPASSER SES PEURS

La réflexion proposée en épilogue nous interpelle comme à chaque fois. L'auteure Suzanne Dion nous donne quelques balises pour mieux avancer et persévérer dans notre volonté de changer le monde. Ce mois-ci, il est entre autres question de dépasser ses peurs pour avancer et oser créer du nouveau. C'est ce qu'ont sans doute fait la majorité des agriculteurs et agricultrices bio le jour où ils ont fait le choix de modifier leurs pratiques agricoles. Le témoignage de l'agriculteur allemand Manfred Wenz, rapporté en page 13, appuie très justement cette réflexion. Selon Suzanne Dion, la peur fait en sorte qu'on s'abstient de dire et de penser autrement. On se conforme à l'esprit ambiant en espérant que quelque chose arrivera qui fera avancer les choses sans qu'on ait pris de risque personnel. Or, le véritable courage ne consiste pas à ne pas avoir peur... Il consiste à poursuivre notre chemin tout en affrontant les obstacles qui nous empêchent d'avancer. À bien y penser, il arrive parfois que le principal obstacle soit... nous-mêmes!

Bonne lecture! ♦

Isabelle Éthier

Isabelle Éthier, agr., rédactrice en chef
iethier@lavisbio.org



Nous reconnaissons l'aide financière accordée par le gouvernement du Canada pour nos coûts d'envoi postal et nos coûts rédactionnels par l'entremise du Programme d'aide aux publications et du Fonds du Canada pour les magazines.

Canada

Bio-bulle est
une réalisation de



- * L'éditeur laisse aux auteurs l'entière responsabilité de leurs textes.
- * La reproduction des textes publiés dans ce magazine est vivement encouragée à condition que la source soit indiquée.

Éditeur : L'avis bio
Courriel : info@lavisbio.org
Rédactrice en chef : Isabelle Éthier
Courriel : iethier@lavisbio.org
Rédacteur adjoint : David Longuépée

Ont collaboré à ce numéro :
Geneviève Blain, Sonia Delisle, Suzanne Dion, Camille Dufresne, Claude Fortier, Stéphane Groleau, Éliane Houle, Julien McDuff, Julie Pharand, Alain Planchamp, Lola Ramanitrarivo, Réjean Roy, Carol Vachon et Jacques Viau.

Révision : Denis Dumont
Illustration : Claire Obscure, Raphaël Hébert
Conception et montage :
Studios Sigma, tél. & fax : 418.852.3088
Courriel : evincent@lavisbio.org
Impression : Les Impressions Soleil
Distribution :
Messageries Gladu, 450.585.7039
numéro 68 - mai 2006
Date de tombée #69 : 22 avril 2006
Parution en kiosque #69 : 22 mai 2006

PUBLICITÉ

Pour tous vos besoins, contactez :
David Longuépée
Téléphone : 514.276.9049
Courriel : davidlonguepee@lavisbio.org

ABONNEMENT

Canada (taxes et frais de port inclus)
1 an (10 numéros) : 29,90 \$
2 ans (20 numéros) : 47,74 \$

POUR NOUS REJOINDRE :

L'avis bio, service à la clientèle
495, route 132 La Pocatière,
Québec, G0R 1Z0
Téléphone : 418.856.5872
Télécopieur : 418.856.2636
Courriel : nlarouche@lavisbio.org

Convention PAP no 10766
Dépôt légal : ISSN 1195-03-58

Bio-bulle est imprimé sur du papier recyclé, 100% postconsommation





ÉCHO D'ACTION CONCRÈTES...

NDLR Dans le Bio-bulle de mars dernier, nous invitons les lecteurs à nous communiquer des actions réalisées en faveur d'une saine alimentation que ce soit à l'école, au travail ou encore dans un autre lieu public. Notre objectif étant de valoriser et de multiplier les gestes accomplis visant à encourager la bonne alimentation.

VOTRE APPEL EST TRÈS PERTINENT. Il est juste de dire qu'il est important de partager avec d'autres nos actions concrètes et nos idées. Pour ma part, j'ai un commerce alimentaire non loin d'une école secondaire privée. Les élèves n'y sont pas toujours bien nourris. Je le sais, ma fille a fréquenté cette école. Cela désole les parents de ces enfants en pleine croissance et connaissances scolaires. Je fais ma part pour que les choses changent. Dans mon commerce, ou l'ingrédient bio est roi, je cuisine le plus sainement possible des petits plats pour emporter. Comme j'achète en gros volume pour mes propres besoins, j'offre à mes clients, qui sont aussi parents d'élèves, d'adhérer à un groupe d'achat de produits bio. Les achats se font aux 2 semaines et je peux leur offrir de meilleurs prix étant issus de mes propres commandes. Le groupe augmente et les prix baissent car nous nous donnons un pouvoir d'achat en gros. Le bio devient accessible à plein de gens. Il n'y a plus d'excuses pour ne pas bien s'alimenter sauf peut-être un manque de temps pour cuisiner. Dans ce cas, j'ai de bons mets préparés avec amour à base d'ingrédients sains et biologiques. Tout le monde est heureux!

LINDA GAGNÉ
PÂTISSERIE PETITE MADAME
RIVIÈRE-DU-LOUP

OUI, NOUS AVONS RÉUSSI à mettre en place une action bien concrète en faveur d'une saine alimentation. C'est même notre souci principal depuis plusieurs années.

Nous sommes membres de la Fondation l'art de vivre. Nous y avons développé tous les programmes concernant la santé par l'Ayurvéda. Ce système de santé ancestral reconnu par l'OMS puise ses sources dans les Védas et remonte à 5000 ans. Il est à la base de toutes les médecines alternatives: les médecines chinoise et grecque prennent racine dans l'Ayurvéda.

La Fondation l'art de vivre est une organisation caritative à finalité éducative fondée en 1982 et qui bénéficie d'un statut spécial auprès de l'ONU. Elle propose une palette variée de programmes concernant la santé, l'éducation, la réhabilitation, la jeunesse et la recherche; elle offre des programmes de développement personnel pour éliminer les effets du stress, augmenter le niveau de conscience et résoudre les conflits. Les projets humanitaires (5H) développés par la Fondation sont centrés sur cinq secteurs d'activité: la santé holistique, l'hygiène, l'habitat, l'harmonie dans la diversité et les valeurs humaines.

Au mois de février dernier, nous avons fêté le jubilé (25 ans) de la Fondation: 3 millions de personnes de toutes races, appartenances sociales et croyances religieuses se sont réunies à Bangalore. Nombreuses furent les personnalités politiques venues se joindre à nous.

Le centre principal de la Fondation pour l'Amérique du Nord se trouve situé à Saint-Mathieu-du-Parc, au Québec. Il comprend neuf jardins qui ont reçu la certification biologique de Garantie Bio-Ecocert...

Notre but est d'aider les gens à prendre conscience des effets des aliments sur le corps et le mental, et de les aider à changer leurs habitudes alimentaires tranquillement et à leur propre rythme pour que celles-ci s'adaptent à leurs besoins personnels.

ÉLISABETH JAEGER
819.532.1149

Les Moissons Dorées



Produits certifiés bio seulement

- Nous sommes acheteurs de soya 2^e classe (animal)
- Production à contrat
- Grain pour nutrition animale
- Grain pour minoterie et boulangerie: Épeautre
Seigle (concassé)
Blé (dur - mou)
Avoine décortiquée
Chanvre
Orge (perlé)
Soya (concassé)

entreposage
criblage
décortiquage
torréfaction
achat-vente
transport en système
fermé biologique
etc.

101, chemin Couture, Compton, Québec J0B 1L0
Tél.: 819.835.9308 • Fax: 819.835.0442
www.produitsdelaferme.com/moissonsdorees/index.html
m.godro@sympatico.ca

Agri-info

Votre Librairie agricole et horticole

Librairie spécialisée
en agriculture biologique,
biodynamique, santé
et médecine douce

Martbe Guérard

Tél.: 450.653.3489
Sans frais: 1.866.653.3489
Télé.: 450.461.9867
info@agri-info.ca

www.agri-info.ca



LETTRE OUVERTE

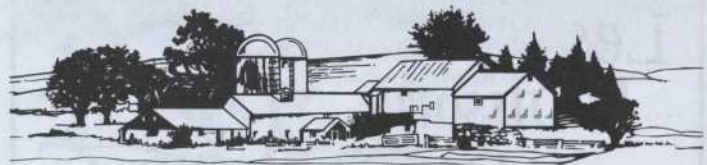
aux groupes citoyens et écologistes
qui appuient les coalitions levées par l'UPA
pour la protection des terres agricoles
et de la gestion de l'offre.

DEPUIS QUELQUES MOIS, on voit régulièrement des groupes comme Greenpeace, Équiterre et l'Union des consommateurs parader aux côtés de l'UPA, des politiciens et des syndicats pour la protection des terres agricoles (zonage agricole) contre l'empiètement des banlieues et des routes, et pour la défense de la gestion de l'offre contre le dumping des produits agricoles étrangers.

Cela peut sembler naturel, car tout le monde est pour la vertu. Mais ces campagnes de l'UPA ne sont vertueuses qu'en façade, et je suis désolé de voir ces groupes écologiques et citoyens, si critiques d'habitude, se laisser aussi bêtement piéger par l'UPA. Il faut être naïf pour ne pas voir l'agenda caché derrière le beau discours.

ZONAGE AGRICOLE

Je suis moi aussi pour la protection des terres agricoles, mais pas pour faire de tout le territoire rural une chasse-gardée de l'UPA et de quelques grands industriels agricoles qui en détruisent le potentiel. Combattre l'étalement urbain pour préserver des monocultures de maïs OGM à perte de vue, sans promouvoir une agriculture périurbaine de proximité, et sans proposer un urbanisme alternatif pour assurer une qualité de vie aux urbains qui ont aussi le droit de vivre, je ne vois pas bien à quoi ou à qui ça sert. Ailleurs dans les campagnes, où les agriculteurs ne représentent même plus 10% de la population, confiner les non-agriculteurs dans des zones blanches restreintes et empêcher les villages en dépeuplement d'accueillir des néo-ruraux et des néo-agriculteurs, pour protéger une soi-disant homogénéité du milieu agricole, en réalité, pour pouvoir avoir le loisir d'implanter en paix des porcheries nauséabondes et des pratiques douteuses, je ne vois pas non plus à quoi et à qui ça sert. Sûrement pas les objectifs des groupes écologiques et citoyens, en tous cas, ni de tous ceux qui se battent sur le terrain pour la préservation de leur milieu de vie.




GESTION DE L'OFFRE

Quant à la gestion de l'offre, je suis moi aussi en faveur de protéger notre production agricole contre les importations et le dumping, mais la gestion de l'offre telle que pratiquée par l'UPA, avec des agences de vente obligatoires, des quotas monnayables au plus offrant (30 000\$ pour une place-vache et 150\$ pour une place-poulet), et gérée par un syndicat unique, est devenue dans les faits un instrument parfait pour concentrer et uniformiser la production et la transformation, éliminer les petits producteurs ou les fermes diversifiées et empêcher la transformation et la mise en marché locales ainsi que la production d'appellation dont on se vante par ailleurs. On voit ce que ça donne dans le sirop d'érable. Je ne crois pas que ce soient là les objectifs de tous ceux qui appuient la Coalition GO5, ni des milliers des producteurs marginalisés de force.


Pour ma part, je trouve que les groupes écologiques et citoyens qui appuient sans réserve ces coalitions trahissent ceux qui se battent sur le terrain et ressemblent à des petits chaperons rouges qui ne se méfient pas assez du renard déguisé en grand-mère, « pour mieux les manger »!

ROMÉO BOUCHARD, SAINT-GERMAIN-DE-KAMOURASKA
WWW.UNIONDESCITOYENSDUQUEBEC.COM

la radio des découvertes



Ne change rien
pour que tout soit
différent.



PROGRAMMATION 2005_2006

www.ckrl.qc.ca

ACHETER-BIO.CA

RéBecCa, le nouveau Répertoire du biologique du Québec est lancé sur Internet. Trouver un producteur bio, un fournisseur, un organisme de soutien n'aura jamais été aussi facile.

Acheter-Bio.ca

Le Portail du Bio
Au Québec

POURQUOI ACHETER-BIO.CA

La place du biologique se développe de plus en plus, et nous souhaitons présenter au public tous les acteurs qui font le bio au quotidien. L'objectif est de permettre au réseau de s'organiser afin de promouvoir un mode alternatif de production agricole qui repose pleinement sur les valeurs du développement durable. C'est notre manière à nous, à titre d'individus concernés par notre environnement, de participer afin :

- de permettre aux sols de conserver leur fertilité naturelle;
- de respecter l'environnement;
- de privilégier l'autonomie des exploitations agricoles;
- d'établir des relations directes avec les consommateurs;
- de fournir des produits de qualité.

LES OBJECTIFS DE ACHETER-BIO.CA

- Être un outil rassembleur et structurant du marché biologique québécois.
- Procurer aux consomm'acteurs et aux acteurs du bio un bottin de ressources locales communautaires, commerciales et professionnelles facilement accessibles via un moteur de recherche puissant.
- Proposer un calendrier des événements (une bio-fête, un rassemblement, une activité, une assemblée générale, un spectacle, une formation, etc.).

Offrir un carrefour d'échange entre les producteurs, les transformateurs, les détaillants et les consommateurs dans la section « Babillard » ou « Petites annonces » gratuites.

MARTHE GUÉRARD

450.563.1214 OU INFO@ACHETER-BIO.CA

WWW.ACHETER-BIO.CA

BIO-BULLE PUBLIE SON CARNET ANNUEL

FAITES-VOUS VOIR DANS NOTRE ÉDITION SPÉCIALE D'ÉTÉ

Bio-bulle se propose de publier un répertoire des entreprises québécoises liées à la production, à la transformation et à la distribution des aliments biologiques. Ce sera l'occasion d'offrir à tous les lecteurs un vaste carnet d'adresses bio couvrant l'ensemble des régions du Québec. Cette publication sera réalisée grâce à la collaboration des responsables du site Internet acheterbio.com. Vous êtes producteur, transformateur, distributeur, ou encore fournisseur d'intrants ou consultant dans le domaine de l'agriculture biologique? Ne ratez pas l'occasion de vous faire voir dans notre édition spéciale d'été, laquelle sera distribuée à plus de 5000 exemplaires... Pour toute information, veuillez communiquer avec David Longuépée avant le 20 mai 2006 au 514.276.9049.

FICHE DE PRODUCTION DÉTAILLÉE DE MELONS ET DE MELONS CANTALOUPS EN RÉGIE BIOLOGIQUE

Cette fiche détaille l'essai de production de melons hâtifs biologiques réalisé en 2005 sur le site de la ferme Villeneuve SENC, située à Saint-Joseph-du-Lac dans les Basses Laurentides. Ce projet a été rendu possible grâce au Programme de soutien au développement de l'agriculture biologique du MAPAQ.

La fiche est disponible sur le site d'Agri-réseau à l'adresse Internet suivante : www.agrireseau.qc.ca/Agriculturebiologique/default.asp

JEAN DUVAL, AGRONOME, ET COLLABORATEURS
CLUB AGROENVIRONNEMENTAL BIO-ACTION

NOUVEAU PROGRAMME D'ÉTUDES EN BIOÉCOLOGIE AU CÉGEP DE LA POCATIÈRE



Le Cégep de La Pocatière offrira, à compter de l'automne 2006, un nouveau programme d'études intitulé Techniques de bioécologie. Ce dernier remplacera l'ancien programme, connu sous le nom d'Écologie appliquée. Situé géographiquement dans un milieu propice pour étudier l'environnement et l'écologie, la nature elle-même, le Cégep de La Pocatière propose de plus à ses élèves d'étudier au rythme d'une utilisation maximale des saisons et de prendre la planète d'assaut, si ces derniers le désirent, grâce à deux stages de formation. Au terme de ces études, les diplômés seront en mesure de réaliser des tâches servant à caractériser les écosystèmes et à intervenir de manière à favoriser leur biodiversité.

Cette formation technique reconnue peut aussi mener aux études universitaires.

POUR INFORMATION :
CAROLE JUNEAU, 418.856-1525
WWW.CGLAPOCATIERE.QC.CA

La Rosalie

É p i c e r i e s a n t é

Fruits et légumes biologiques
Viande et poisson bio
Suppléments et cosmétiques

1646 «C», chemin Saint-Louis, Sillery (Québec) G1S 1G8
Téléphone : (418) 683-1936 • Télécopieur : (418) 683-7976

LA PROTECTION DES PLANTES EN AGRICULTURE BIOLOGIQUE, RELEVONS LE DÉFI!

La Société de protection des plantes du Québec (SPPQ) tiendra sa réunion annuelle les 15 et 16 juin 2006 à Victoriaville. Le titre du symposium est « La protection des plantes en agriculture biologique, relevons le défi! » Informations au site : www.sppq.qc.ca/congres.htm

CHANGEMENTS AUX NORMES BIOLOGIQUES DE RÉFÉRENCE DU QUÉBEC

Le conseil d'administration du CAAQ a voté plusieurs changements aux normes biologiques de référence utilisées pour la certification des produits au Québec. Parmi ces changements, notons entre autres :

- Interdiction de l'hydroponie et de l'aéroponie;
- Interdiction du gavage des oies et canards;
- Interdiction des antibiotiques pour les animaux destinés à la production de viande;
- Étiquetage des vins issus de raisins cultivés par le biais de l'agriculture biologique;
- Nouvelles listes de substances permises pour la production végétale, la production animale, la transformation, la manipulation, l'entreposage, l'hygiène et le contrôle des parasites.

Vous pouvez consulter ces normes sur le site Internet du CAAQ en format HTML ou les télécharger en format PDF. www.caaq.org

PRODUCTION LAITIÈRE BIOLOGIQUE

UN NOUVEAU CENTRE DE RECHERCHE À ALFRED

Le Centre de recherche en production laitière biologique a reçu une contribution financière de 580 000\$ de la part du gouvernement du Canada en vertu du Programme pour l'avancement du secteur canadien agricole et agroalimentaire (PASCAA).

Cette initiative des producteurs laitiers de l'Ontario a reçu un solide appui de deux conseils financés par le programme PASCAA. Le Conseil de l'adaptation agricole (CAA) en Ontario a consenti 410 826\$ à cet effort, et le Conseil pour le développement de l'agriculture du Québec (CDAQ) a pour sa part accordé 176 069\$. L'Université de Guelph, le ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales de l'Ontario ainsi que la Corporation de développement communautaire de Prescott-Russell ont fourni une aide additionnelle.

« L'annonce d'aujourd'hui est une grande nouvelle pour le Collège d'Alfred », a indiqué Alan Wildeman, vice-président (recherche) de l'Université de Guelph. « Alfred deviendra ainsi un établissement de pointe en Ontario et offrira à la province des travaux axés sur la production agricole biologique. Nous sommes reconnaissants du soutien apporté des deux conseils provinciaux : CAA en Ontario et CDAQ au Québec. »

Le Centre comptera un troupeau laitier certifié biologique et bénéficiera d'installations de recherche affiliées. Il fonctionnera sur la base de récupération des coûts, financée par les ventes de lait. Le Centre regroupera l'information et la technologie issues d'autres institutions de recherche en Amérique du Nord et en Europe, et fonctionnera autant en anglais qu'en français. La recherche menée dans ses installations fera l'objet d'activités facilitant le transfert des connaissances et des technologies vers l'industrie laitière, tant biologique que conventionnelle.

VILLAGE D'ACCUEIL DE LA CÔTE DE BEAUPRÉ FAMILLES HÔTES RECHERCHÉES

Seul réseau d'hébergement pour familles (reconnu 4 étoiles par l'Office du tourisme du Québec) dans la grande région de la Côte de Beaupré et de la ville de Québec, le Village d'accueil a été créé en 2002 et regroupe actuellement plus de 60 familles hôtes.

DES VOYAGES ÉQUITABLES POUR UN PLAISIR PARTAGÉ

Hébergement touristique en famille Côte de Beaupré organise des séjours dans les villages de la région de Québec et de la Côte de Beaupré pour des touristes qui placent la rencontre et l'échange au cœur de leur voyage. Sélectionnées pour la qualité de leur accueil, ces familles hôtes sont totalement engagées dans l'organisation et la gestion de l'activité touristique. Elles interviennent pour promouvoir de nouvelles formes de voyages organisés autour de la rencontre et de l'échange.

Donnant le temps de voir, de faire, de comprendre, de connaître et de se faire connaître, ce tourisme partagé est une aventure humaine jugée exceptionnelle par tous ceux qui l'ont vécue.

POUR VOUS JOINDRE AUX FAMILLES HÔTES : 418.822.4323



L'ARCHE ÉCOLOGIQUE BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

Dans l'harmonie et dans la perspective du développement durable, vous aimeriez vous engager dans un projet, participer à une intervention ou encore contribuer au fonctionnement général de l'organisme?

L'Arche écologique de Château-Richer, organisme à but non lucratif d'économie sociale, de soutien à la collectivité et de protection de l'environnement, offre un climat de travail permettant l'expression des idées et de la créativité dans un contexte d'échanges et de consultation. Le dévouement et l'enthousiasme des employés et des bénévoles font de l'Arche un milieu de travail agréable et stimulant.

INFORMATION : 418-822-4323

ARCHE_ECOLO@YAHOO.CA • WWW.ARCHEECOLOGIQUE.ORG

JOURNÉE DU PLANTAIN

Célébrez les plantes médicinales et rencontrez des membres de la Guilde des herboristes de votre région!

Le 28 mai 2006, dans le cadre de la journée des plantes médicinales, plusieurs régions du Québec organisent des activités spéciales pour célébrer une plante médicinale. Une belle occasion de découvrir l'herboristerie et surtout cette « mauvaise herbe » merveilleuse qu'est le plantain.

Si cela vous intéresse d'apprendre comment cueillir le plantain, comment en faire de la tisane, comment vous en servir dans l'alimentation et connaître ses grandes qualités, alors, joignez-vous au représentant ou à la représentante de votre région.



Si vous êtes membre dans une région où il n'y a pas de représentante ou de représentant, rien ne vous empêche de fêter! Mettez des feuilles de plantain à votre chapeau, faites-vous une bonne tisane que vous servirez à votre famille et à vos amis.

À travers tout le Québec, membres de la Guilde, herboristes et amoureux de la nature fêteront tous ensemble ce grand ami, le plantain.

Consultez vos journaux locaux pour connaître les détails des activités présentées dans votre région.

WWW.GUILDEDESHERBORISTES.ORG

SOSCUISINE.COM

UN SITE INTERNET POUR BIEN MANGER

SOSCuisine est un service expert personnalisé pour aider à planifier et préparer les repas. L'inscription est gratuite, et on reçoit gratuitement chaque semaine :

- des menus intelligents et personnalisés en fonction, entre autres, des préférences alimentaires de notre famille et du nombre de personnes à table;
- des recettes éprouvées dont les quantités se calculent rapidement grâce à un sélecteur de portion et dont l'information nutritionnelle est complète;
- une liste d'épicerie générée automatiquement sur demande;
- un guide d'exécution pour la semaine.

Idéal pour ceux et celles qui aiment avoir accès à un menu varié, santé et décidé d'avance.

INFORMATION : WWW.SOSCUISINE.COM

LES JARDINS D'ARMEL

Les Jardins d'Armel est un organisme à but non lucratif (OBNL) qui a comme mission d'entretenir et de développer des jardins communautaires. Ces jardins sont situés sur une terre appartenant à l'Arche écologique de Château-Richer, à moins de 25 kilomètres de la ville de Québec et comptent déjà plus de 450 espèces de fleurs, trois étangs, une rivière et un chalet d'accueil. L'organisme a comme projet d'offrir à la collectivité de Québec la possibilité de cultiver des lots dans la zone des jardins. Vous pouvez cultiver légumes ou fleurs en respectant l'environnement sans pesticides ni herbicides. Les Jardins d'Armel projettent pour l'automne 2006 de remettre des paniers de légumes aux aînés dans le besoin de la région de Québec, mais ont besoin de bénévoles pour y parvenir. L'équipe de bénévoles développe 13 zones de jardins thématiques et désire faire partager les connaissances de tous ceux et celles qui s'intéressent à l'horticulture en général.

INFORMATION : WWW.LES-JARDINDSARMEL.COM

LE RENDEZ-VOUS HORTICOLE 2006

JARDINER... NATURELLEMENT!

Depuis maintenant 9 ans, le Rendez-vous horticole du Jardin botanique est devenu « le rendez-vous annuel des jardiniers. Du 26 au 28 mai 2006, un seul arrêt au Jardin botanique vous permettra d'obtenir des conseils d'experts, d'assister à des conférences et ateliers et, bien sûr, de vous procurer des plantes originales, voire méconnues, le tout dans une atmosphère de fête.

Cette année, le Rendez-vous horticole s'intéressera à la consommation d'eau au jardin. Les plantes qui exigent peu d'eau seront mises en valeur, on y présentera les nouvelles tendances dans le domaine du « xéropaysagisme », un type d'aménagement favorisant un entretien réduit et exigeant peu d'eau, ainsi que tous les petits trucs pour économiser l'eau. Démonstrations passionnantes, ateliers instructifs, conseils personnalisés par des experts sur place.

Le Rendez-vous horticole rassemble une centaine d'exposants : producteurs, artisans, spécialistes de l'horticulture biologique, partenaires du Jardin botanique, écoles d'horticulture et de fleuristerie.

Cet événement est organisé en collaboration avec les représentants de l'industrie horticole du Québec et la Fondation Muséums Nature Montréal.

POUR INFORMATION :

MARIE-JOËLLE FILION, 514.872.1453

COURRIEL : MJOELLEFILION@VILLE.MONTREAL.QC.CA

LES ALGUES MARINES ACADIENNES
UN CADEAU DE LA MER À LA TERRE

VOUS DÉSIREZ AMÉLIORER LA SANTÉ DE VOTRE TROUPEAU NATURELLEMENT?
FIEZ-VOUS AUX PRODUITS DE MARQUE **ACADIE**

LES ALGUES MARINES ACADIENNES possèdent naturellement tous les OLIGO-ÉLÉMENTS essentiels à la santé de votre troupeau. Elles améliorent aussi :

- La **fertilité**
- La **quantité** et la **qualité** du lait
- La santé des **pattes** et des **sabots**
- Et agit de façon remarquable sur la santé globale de vos animaux

LES ALGUES ACADIENNES SONT GARANTIES:

- sans OGM
- sans pesticides
- sans insecticides
- sans solvants
- et sans farine animale

DistriVal Canada
LIMITÉE - LIMITED


1-800-881-9297
ou visitez nous au
www.distriVal.qc.ca


Aussi disponible
Engrais Biologique pour grande culture


Fabriqué par ACADIAN Sealants, Dartmouth, N.S.

C'est le temps du grand ménage de printemps!


Quand arrivent les beaux jours, l'appel du nettoyage retentit! Mais comment concilier propreté et environnement? Voici quelques exemples de produits que vous pouvez faire vous-mêmes et qui ne polluent pas.


 **Le savon pur**
Principal ingrédient de nombreuses solutions de remplacement aux produits de nettoyage; il est entièrement biodégradable, sans danger et non toxique.

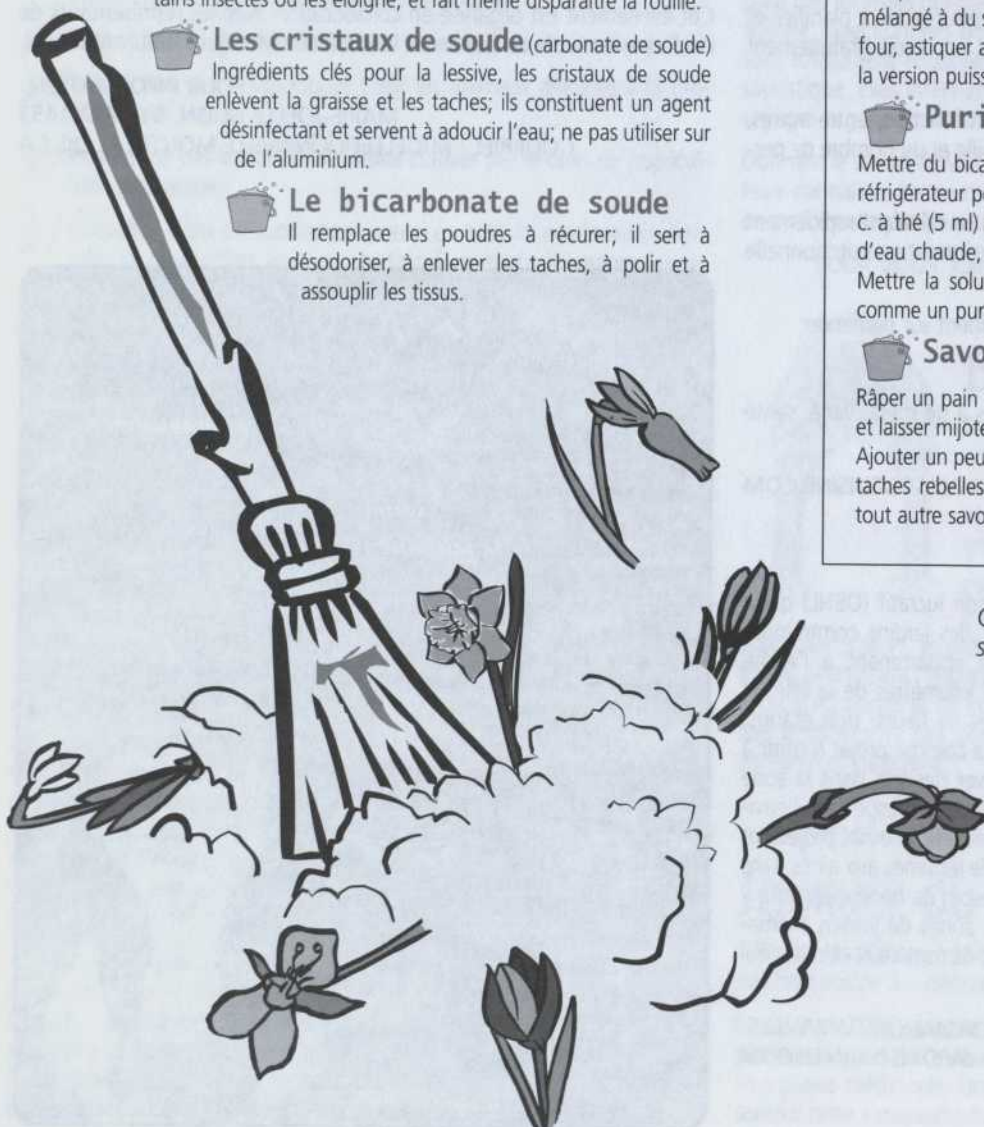
 **Le vinaigre** (5% d'acide acétique)
C'est un désinfectant doux qui sert à nettoyer le verre, à désodoriser et à enlever les dépôts de calcium, les taches ainsi que la cire accumulée.

 **L'amidon**
C'est une poudre inodore qui nettoie les tapis et les taches de graisse.

 **L'huile d'eucalyptus**
À la fois un bon désinfectant et un bon déodorant, elle fait disparaître certaines taches, par exemple l'encre et la graisse, tue certains insectes ou les éloigne, et fait même disparaître la rouille.

 **Les cristaux de soude** (carbonate de soude)
Ingrédients clés pour la lessive, les cristaux de soude enlèvent la graisse et les taches; ils constituent un agent désinfectant et servent à adoucir l'eau; ne pas utiliser sur de l'aluminium.

 **Le bicarbonate de soude**
Il remplace les poudres à récurer; il sert à désodoriser, à enlever les taches, à polir et à assouplir les tissus.



Quelques recettes de base

Détergent tout usage

1/2 tasse (125 ml) de savon pur, 1 gallon (4 litres) d'eau chaude. Pour une senteur fraîche et pour enlever la graisse, ajouter 1/4 tasse (60 ml) de jus de citron. Cette solution convient à toutes les surfaces, que l'on rince ensuite à l'eau, et est très efficace pour la plupart des taches de nettoyage. Pour un détergent plus puissant, on double la quantité de savon et de jus de citron.

Désinfectant

Mélanger de 50 à 100 ml d'huile d'eucalyptus à un litre d'eau.

Poudre à récurer

Astiquer avec une brosse à poils raides et du savon pur mélangé à du sel ou du bicarbonate de soude. Pour nettoyer le four, astiquer avec du bicarbonate de soude pur ou mélangé à la version puissante du détergent tout usage.

Purificateur d'air

Mettre du bicarbonate de soude dans la poubelle ou dans le réfrigérateur pour masquer les odeurs à la source. Dissoudre 1 c. à thé (5 ml) de bicarbonate de soude dans 2 tasses (500 ml) d'eau chaude, puis ajouter 1 c. à thé (5 ml) de jus de citron. Mettre la solution dans un flacon pulvérisateur et vaporiser comme un purificateur d'air.

Savon à vaisselle

Râper un pain de savon pur dans une casserole. Couvrir d'eau et laisser mijoter à feu doux jusqu'à ce que le tout soit dissous. Ajouter un peu de vinaigre à l'eau pour enlever la graisse et les taches rebelles. Mettre dans un contenant et utiliser comme tout autre savon à vaisselle liquide.

Ces trucs à la fois économiques et écologiques sont tirés d'un document de Greenpeace.

SOURCE : WWW.MADAME.CA

LES PESTICIDES BANNIS DU MARCHÉ DOMESTIQUE

Depuis le 3 avril dernier, les consommateurs ne trouvent plus certains pesticides chez les détaillants. Le 3 avril était en effet la date d'entrée en vigueur du dernier volet du Code de gestion des pesticides. Il sera maintenant interdit de vendre et d'utiliser, sur les pelouses, des pesticides contenant une vingtaine d'ingrédients actifs, dont le 2,4-D et le carbaryl, qui sont parmi les plus utilisés au Québec.

PAR LOVA RAMANITRARIVO

DES 20 INGRÉDIENTS ACTIFS se retrouvent dans environ 200 pesticides domestiques sur le marché. Ils peuvent causer des maladies graves, notamment chez les enfants. Plusieurs études ont démontré l'impact de ces produits chimiques, entre autres sur l'augmentation de cas de maladies respiratoires et de leucémie chez les enfants. D'autre part, ces pesticides entraînent les consommateurs dans un cercle vicieux d'interventions nuisibles à l'environnement.

Pour ces raisons, la Coalition pour les alternatives aux pesticides (CAP) a travaillé ardemment depuis plusieurs années pour bannir l'usage des pesticides au Québec. Aujourd'hui, à l'occasion de l'entrée en vigueur du Code et devant le manque d'information du public, l'organisme tient à faire savoir à la population qu'il existe des alternatives écologiques simples qui vont permettre aux citoyens de garder leurs espaces verts en santé tout en respectant l'environnement.



ABSENCE D'INFORMATION

« Le printemps est à nos portes, et aucune campagne d'information provinciale n'est diffusée par le gouvernement pour offrir des solutions de rechange à la panoplie de pesticides d'usage domestique qui seront retirés du marché aujourd'hui », déclare Édith Smeesters, fondatrice et porte-parole de la CAP. « Si aucune explication n'est donnée aux consommateurs, ils seront d'abord surpris de ne plus trouver les produits qu'ils utilisent et seront dépourvus lorsqu'un problème se présentera », ajoute Mme Smeesters.

DES ESPACES VERTS CERTIFIÉS HORTI-ÉCO

Non seulement les citoyens ne pourront plus en trouver en magasin, mais il sera également illégal pour les compagnies d'entretien d'espaces verts de les utiliser.

« Sachant que le Code de gestion des pesticides entrera en vigueur, la CAP a développé des outils pour permettre aux professionnels de faire le virage écologique. Le dernier-né est HORTI-ÉCO,

CHAUX DOLOMITIQUE 100% naturelle



- ▲ Un produit 100% naturel, sans éléments chimiques.
- ▲ Teneur en carbonate de magnésium (MgO₃), supérieure à 20%.
- ▲ Chaux dolomitique certifiée par Bureau des Normes du Québec (BNQ).
- ▲ Active le processus biologique du sol.
- ▲ Rétablit l'équilibre naturel du sol.
- ▲ Facilite la décomposition des résidus de récolte.



Maintenant nouvelle carrière de chaux dolomitique
située au 1333 route 263, Chester Est



LES CARRIÈRES ST-FERDINAND INC.
1020, rue Principale
Saint-Ferdinand (QC) G0N 1N0
Sans frais : 1 (888) 428-9511
Site Internet : www.lescarrieresst-ferdinand.com
Depuis 1963



Conception et gestion de projets
Agroalimentaire et environnement

- > Étude de faisabilité
- > Étude d'opportunités
- > Étude de marché nationale et internationale
- > Plan de marketing
- > Étude d'affaires
- > Accompagnement en R&D
- > Évaluation environnementale

Eveline Lemieux, présidente Pascal Billard, vice-président

5, rue du Sanctuaire, Salaberry-de-Valleyfield (Québec) J6S 2T1
Téléphone : 450.373.1777 • Télécopieur : 450.373.7699
Courriel : info@sol-air.net • Site Web : www.sol-air.net



Coalition pour les Alternatives aux Pesticides

La CAP est un organisme à but non lucratif né en décembre 1999 à partir d'un groupe de citoyens affectés de près ou de loin par l'usage des pesticides dans leur milieu. La mission de la CAP est de susciter une remise en question de l'utilisation courante des pesticides, en regroupant les organismes et les personnes intéressées à travers le Québec, en créant des liens avec les organismes du même genre à travers l'Amérique du Nord et à l'étranger, et en diffusant toute information pertinente sur les pesticides et les alternatives.

La mise sur pied du programme de certification a été rendue possible grâce au soutien financier du Fonds d'action québécois pour un développement durable (FAQDD) et de son partenaire financier, le gouvernement du Québec.

La CAP a également élaboré un Programme provincial sur les alternatives aux pesticides, qui vise à aider les municipalités à informer adéquatement leurs citoyens. Plus d'une trentaine de villes y ont souscrit l'an dernier. Les informations détaillées sont disponibles sur le site Internet de la CAP, à l'adresse : www.cap-quebec.com ♦

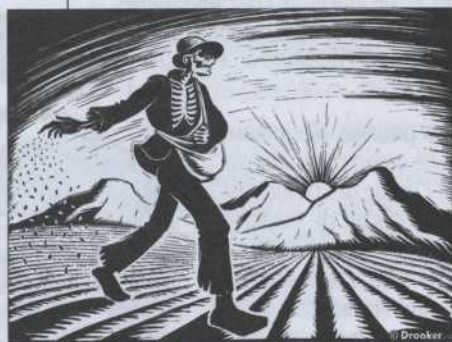
la seule certification au Québec qui garantit aux consommateurs que les professionnels certifiés appliquent des produits et des méthodes qui respectent les écosystèmes», conclut Mme Smeesters.

Déjà 27 compagnies ont passé l'examen HORTI-ÉCO et une dizaine d'entreprises sont certifiées. HORTI-ÉCO est approuvé par un organisme de certification indépendant et certifié ISO 65, pour un plus grand respect de l'environnement et des règlements comme celui concernant les pesticides.

L'objectif de cette certification est d'établir les exigences minimales auxquelles doivent satisfaire les professionnels et de donner une définition claire des produits et services utilisés en horticulture respectueuse des écosystèmes.

RECONDUCTION DU MORATOIRE SUR LES SEMENCES TERMINATOR UNE VICTOIRE QUI EST LE FRUIT DES LUTTES CITOYENNES

PAR CLAUDE FORTIER



La huitième rencontre de la Convention des Nations Unies sur la diversité biologique (CDB) s'est conclue le 31 mars par une victoire pour la société civile. En effet, les États signataires de la convention ont unanimement décidé de maintenir le moratoire international *de facto*

sur la technologie Terminator¹, et même de le renforcer en ajoutant au texte que toute recherche future doit être effectuée dans les limites établies par le moratoire, ce qui exclut les essais en champ.

Durant les deux dernières semaines de mars, les actions collectives des agriculteurs, des mouvements sociaux, des peuples autochtones et des organisations de la société civile ont ainsi porté fruit. Rappelons que le Canada, l'Australie et la Nouvelle-Zélande, appuyés par le gouvernement des États-Unis et l'industrie biotechnologique, tentaient de fragiliser ce moratoire, en vigueur depuis six ans, en prônant « l'évaluation des risques au cas par cas ».

Cette victoire montre qu'il est encore possible, par nos efforts collectifs dans chaque pays, d'influencer et de faire fléchir nos gouvernements. Il faut toutefois demeurer vigilant, car la décision de maintenir le moratoire sera de nouveau débattue lors de la prochaine convention, prévue en 2008. Comme l'a affirmé Francisca Rodríguez, de la Via Campesina : « Nous éprouvons de l'émotion et de la fierté d'avoir avancé d'un pas dans notre lutte, mais nous n'arrêterons pas tant et aussi longtemps que Terminator ne sera pas disparu de la surface de la terre. »

Pour plus d'information :

Ban Terminator : www.banterminator.org ♦

¹ La technique « Terminator » fait référence aux plantes génétiquement modifiées afin de rendre leurs graines stériles lors de la récolte, obligeant ainsi l'agriculteur à payer de nouveau ses semences l'année suivante. (réf. Bio-bulle #67)



LES ENGRAIS NATURELS

McINNES

depuis 1989

Stanstead (Québec)

819-876-7555

fax 819-876-1166

www.biobiz.ca • engrais@biobiz.ca

Sans fumier • Sans boue d'égout • Sans remplissage

Bio-gazon
(8-2-3)

Bio-jardin
(4-3-6)

Bio-roche
(amendement, basalte)

Os fossile
(phosphate de roche, 0-13-0)

Mica

Gluten de maïs
(10-0-0)

Politiques agricoles



Avez-vous pensé...



...à la couleur?

Donnez du punch à votre message
en annonçant
dans nos pages couleur!

Contactez David Longuepée pour connaître tous les détails
514.276.9049 ou davidlonguepee@lavisbio.org

Southwest Windpower
Renewable Energy Market Experts

Distributeur exclusif
de l'éolienne PGE 35 kW
(Canada, Amérique du Sud)

**ÉCO SOLAIRE
INTERNATIONAL INC**

Lili Haury
Tél. : (514) 847-VENT (8368) ecosolaire.inc@sympatico.ca www.ecosolaire-intl.qc.ca

Le vent, le soleil...
**Apprivoisez
l'écoénergie**

Équipe professionnelle d'installation
partout dans le monde!

Plusieurs
marques
de panneaux
photovoltaïques

Consultation.concept.ventes.installation.expertise en efficacité énergétique.atelier...depuis 1995

L'engrais naturel efficace!

acti-sol
L'engrais Mère Poule[®]

St-Wenceslas QC
Tél : (819) 224-4147 • www.acti-sol.ca

ATTESTE CONFORME
Québec Vrai
IN CONFORMITY

Approuvé pour l'Agriculture Biologique par :
**Ecocert Canada, Québec Vrai
et OMRI.**

- Fumier de poule pondeuse, riche en calcium
- De forme granulaire, facile à épandre
- Sans odeur désagréable
- Aucun délai de 90 ou 120 jours avant de récolter
- Riche en matière organique

Bio-Rard, une ferme familiale où l'on se soucie de l'environnement... et de vous!

Vente de moulée et achat de grains bio avec certification

Ferme Bio-Rard



NOS DÉTAILLANTS

Au service du cultivateur inc.
Sherbrooke, (819) 822-2237

Meunerie Plessis
Plessisville, (819) 362-7331

Distribution Michel Jeté inc.
Saint-Eugène, (819) 396-3279

H. Coderre et Fils Ltée
Lac-Brome, (450) 243-6138

Comptoir agricole Waterloo inc.
Waterloo, (450) 539-2333

Meunerie Maska inc.
Saint-Hyacinthe, (450) 799-1711

Verger Gaston
Mont-Saint-Hilaire, (450) 464-3455

Elphege Grenier inc.
Belœil, (450) 467-4279

Distributeur D.B. inc.
Saint-Félix-de-Valois, (450) 889-5159

Les oiseaux de ma cour
Rawdon, (450) 834-7015

Nutrinor
Saint-Bruno Lac-Saint-Jean, (418) 343-3772

Runaway Creek Farm
Arundel, (819) 687-3884

Coop des Fermes du Nord
Mont-Tremblant, (819) 425-3131

Daniel Desmarais
Causapsal, (418) 756-6104

Katy Dumais
Pont Rouge, (418) 873-5091

Polux enr.
Mont-Laurier, (819) 623-3600

Mario, Annie, Donald et Karine Bérard vous accueillent du lundi au vendredi de 8h à 17h
384, rang Casimir, Ange-Gardien, Qc (450) 293-3448

L'avis
BIO

L'éditeur de

Bio-bulle

Le magazine du bio québécois

Une équipe professionnelle,
un magazine exceptionnel!

10 numéros par année
Abonnez-vous!

OUI **Bio-bulle**
DE M'ABONNE!

S.V.P. COCHER L'OPTION DE VOTRE CHOIX TOTAL

Abonnement 1 an / 10 numéros
25,99\$ + 3,91\$ (TPS & TVQ) :..... 29,90\$

Abonnement 2 an / 20 numéros.....
41,50\$ + 6,24\$ (TPS & TVQ) :..... 47,74\$

Nom: _____

Nom de l'organisme (si applicable): _____

Adresse: _____

Ville: _____ Province: _____ Code Postal: _____

Téléphone: _____ Télécopieur: _____

Courrier électronique: _____

Merci de remplir ce formulaire et de le retourner,
accompagné de votre chèque, à:

L'avis
BIO 495, route 132, La Pocatière (Québec) G0R 1Z0
Tél.: 418.856.5872 • Téléc.: 418.856.2636
Courriel: abonnement@lavisbio.org

LE SEMIS DIRECT EN AGRICULTURE BIOLOGIQUE OSER L'ESSAYER!

« Des conventionnels nous disent souvent qu'ils polluent moins, car leur semis direct évite le travail du sol. Eh bien on a voulu montrer que ça pourrait aussi se faire en bio au Québec ». Sur ces mots, Denis LaFrance lançait la conférence de l'Allemand Manfred Wenz venu partager son long cheminement agricole devant les 180 personnes présentes au Cégep de Victoriaville. Du conventionnel, au biologique, à la méthode Kemink, il en est arrivé à cultiver minimalement, sans labour, voire même en semis direct. Et tout cela, sans fumier ni engrais, depuis 30 ans.

PAR STÉPHANE GROLEAU, DTA



CET HOMME A TOUT EXPÉRIMENTÉ. Commençant par cultiver du maïs en 1954 sur sa ferme de 30 hectares, il a détruit son sol en utilisant pesticides, engrais chimiques, labour profond (jusqu'à 45 cm), alternant maïs et blé. En 1970, de ce qui autrefois était une couche de 60 cm de riche humus foncé, il ne restait plus qu'un sol érodé, compacté et de la couleur du sous-sol. Sans vie. Un sol mort. Affrontant la réalité, il s'est converti au biologique. Mais les passages répétés et le travail du sol n'aidèrent aucunement. Ce n'est qu'en 1980, avec la rencontre de Hans Kemink, que la réponse arriva.

Kemink avait développé une machinerie permettant de faire des billons afin d'éviter tout labour. De cette manière, le tracteur ne compacte jamais l'espace de culture et la faune du sol conserve une région non perturbée. La machine se compose de deux socs buteurs ramenant de la terre des allées sur des billons et de dents de sous-solage pour ameublir les billons. Tous les résidus de culture sont laissés en tas au milieu du billon pour composter. Cette technique aida énormément Wenz à ramener la vie et l'humus dans ses sols. Toutefois, inspiré par son séjour au Brésil¹, il résolut de poursuivre l'expérimentation. Là-bas, il découvrit diverses techniques de semis direct en biologique et acheta même un semoir afin d'expérimenter en Allemagne. Toutefois, 10 ans furent nécessaires avant d'arriver à adapter les techniques.

APPRENDRE DE LA NATURE

Pour réussir, Wenz développa une grande compréhension du fonctionnement de la Nature. Selon lui, elle possède tous les outils nécessaires pour s'autoguérir: « La Nature

¹ En hiver 2007, Denis La France organise un voyage d'étude et de transfert de technologie en grande culture biologique au Brésil (visites de fermes biologiques en semis direct, entre autres).



Photo: Stéphane Groleau
Pour Denis LaFrance et Manfred Wenz, impossible n'est pas bio.

existe depuis 3 milliards d'années; les humains cultivent depuis 10 000 ans. À partir de roches et des êtres vivants, elle a développé tout le bon sol et les plantes que nous connaissons. «Wenz distingue quatre principaux mécanismes:

1. Les animaux du sol

Dans le sol, il y a un système, une complète chaîne de vie, avec près d'un kilo d'organismes vivants par mètre carré: « La Nature a développé toute une série de spécialistes, des milliards d'organismes interagissant entre eux. Rien de tel que des parasites à éliminer. Tout comme un tracteur, elle a besoin de tous ses morceaux pour fonctionner, si petits soient-ils. «Ainsi, Wenz affectionne particulièrement les vers de terre, les lombrics, puisqu'il produit le meilleur humus qui soit. Leurs déjections, les turricules, n'étant pas lessivées, elles retiennent les minéraux où les plantes peuvent aller les chercher. Les vers vont jusqu'à 15 cm autour de leurs trous pour ramasser des résidus de plantes et en faire des petits tas. Une fois ramollis et précompostés par les autres organismes, les vers digèrent ces résidus. Selon le type et la vitalité du sol, le nombre de trous peut atteindre 350 par m². Ceci ramènerait chaque année environ 1 cm de bon sol à la surface; cela représente 100 m³ de turricules par

hectare, soit l'équivalent de 5 à 6 vaches par hectare. Le reste des organismes du sol représente 20 autres vaches par hectare. Par conséquent, qui a dit que le fumier animal était nécessaire?

2. La présence de plantes

Pour la nature, un sol nu est un désert, tout comme un sol exposé devient pâle et mort comme le sous-sol. Ainsi, à l'état naturel, le sol sera rapidement recouvert de mauvaises herbes, ce que Wenz appelle les plantes guérisseuses: « le sol connaît ses besoins, et pour tendre vers l'équilibre et sa guérison, tel une plaie qui se referme, la nature fera pousser les plantes nécessaires. «Si bien que sa rotation sur 5 ans débute par un semis de trèfle en laissant pousser toutes ces herbes guérisseuses. Un engrais vert gratuit. Et les plantes sont aussi capables d'extraire des minéraux insolubles grâce à leur association avec des organismes dans la rizosphère.



Ecocert
Canada

Une entreprise québécoise
à votre service depuis 1995

La certification
adaptée à votre entreprise

Contactez-nous
Ecocert Canada
Tél.: 418.838.6941 Fax: 418.838.9823
Courriel: info@garantiebio-ecocert.qc.ca
71, St-Onésime, Lévis, Qc G6V 5Z4

Pratiques agricoles

3. Ombrage

En couvrant le sol, les plantes le protègent contre l'érosion et créent de l'ombrage. Ces conditions deviennent propices pour les animaux du sol. L'absence de lumière, causée par les plantes ou un paillis, empêche aussi les autres plantes de pousser ou de germer. À l'ombre de la couverture de sol, il se développe une couche très meuble qui durcit après la récolte. Pour profiter de ces meilleures conditions de culture, Wenz s'assure qu'un champ soit ressemé le jour même de la récolte.

4. Les couches successives

Dans la nature, rien n'est enfoui. Tout s'accumule en couches successives à la surface du sol. Une zone de 3 cm, la litière, décompose ces résidus végétaux. Les semences ne germent pas dans cette zone. Le beau foin au stade où on le donne aux vaches est le meilleur stade pour l'utilisation comme paillis.

ARRIVE LE SEMIS DIRECT

Pour permettre un semis direct au printemps, il faut une plante vivante qui assèche le sol et qui se tient debout pour réchauffer le sol et activer la vie par le soleil. Ensuite, lors du semis, la graine doit être déposée à environ 4 cm de profondeur, donc sous la zone de décomposition.

Une technique consiste à implanter un engrais vert de seigle à l'automne. Au printemps, lors de sa floraison, celui-ci est couché avec un rouleau entouré de lames. Le rouleau casse les tiges et la racine continue à pousser la sève jusqu'à épuisement. S'il était coupé, le seigle retigerait. Avec le rouleau devant et le semoir derrière le tracteur, un seul passage est requis au printemps, suivi

d'un autre lors de la récolte. Une technique similaire se pratique depuis plusieurs années en biologique aux États-Unis. D'ailleurs, l'Institut Rodale a un programme de recherche sur la question (www.newfarm.org). Avec cette méthode, le soja fait ses gousses au dessus du paillis. Tout peut donc être récolté, en plus de rester propre grâce à l'absence de mauvaises herbes.

Pour les céréales, Wenz a développé un outil pouvant travailler le sol précisément. Celui-ci se compose de lames comme des pattes d'oies qui coupent le couvert de trèfle à 4 cm de profondeur et un semoir qui dépose la céréale juste sous ce tapis. Wenz apprécie le trèfle blanc car il produit des stolons ayant jusqu'à 50 cm de long, possède un petit système racinaire superficiel et une racine pivotante profonde allant jusqu'à la nappe phréatique. Ce trèfle couvre donc rapidement le sol, si on

le fauche ou le pâture, empêchant même le chiendent de s'installer. Le tapis de trèfle protège le blé d'automne et agirait comme isolant. Wenz recommande un taux de semis de 6 à 7 kg/ha et les variétés Huia, Nanouk ou Kaia. En maraîchage, il est aussi possible de passer avec les couteaux pour soulever le trèfle, de faire une ouverture avec un disque, puis d'y déposer des transplants.

UNE ROTATION SUR 5 ANS

Printemps : Après un petit hersage, semis de trèfle blanc et croissance des herbes guérisseuses. Au cours de la saison, il coupera d'abord celles-ci, suivi plus tard d'une deuxième coupe où le trèfle sera également coupé. Le trèfle blanc prend alors le dessus. À l'automne, semis direct du blé dans ce bon couvert de trèfle blanc. Cette première année sert à nourrir les vers de terre.



Le semis direct, un outillage particulier pour une technique particulière.

Photo: Stéphane Gobeau



fertilec ltée/lté

Gestion écologique
de la végétation

- **Gamme complète dans les engrais granulaires ou liquides :** minéraux - biologique OMRI approuvé.
- **Gamme complète dans les semences :** revégétation - couvre-sols - gazon - fleurs sauvages, etc.
- **Gamme complète de produits contre l'érosion :** instruments de mesure, de précision, etc.

Contactez Pierre Fournier, agronome-conseil
1260, chemin Filteau
Saint-Nicolas, Québec G7A 2M1

Tél. : 1-888-831-1085
Fax : 1-888-836-1915
Courriel : gosselin@fertilec.com

Universanté aliments
naturels

Produit
québécois

HMS-90

Régénère les cellules
Hausse le système immunitaire

CONFÉRENCES MENSUELLES
Marc Goyer, naturopathe
(sur rendez-vous)

450.377.4922
1.877.377.4922

32, Ste-Cécile, Valleyfield • Jean-Paul Masse, propriétaire

Pratiques agricoles



Printemps : le blé pousse sur un fond de trèfle. Après la récolte du blé en fin juillet, il laisse repousser le trèfle. À l'automne, il soulève le trèfle pour l'affaiblir avant de ressemer du blé une deuxième année.

Printemps : Blé et un peu de trèfle blanc, mais celui-ci avait été très affaibli à l'automne. La paille laissée en surface nourrit les animaux et enrichit le sol. Automne, travail superficiel du sol et semis de seigle.

Été : récolte du seigle, suivie d'un travail superficiel du sol pour engrais vert de pertes de battage.

Rouleau sur le seigle, suivi d'épeautre, de lupin ou de soja.

Wenz affectionne la culture de la caméline cultivée (*Camelina sativa*), une crucifère oléagineuse peu coûteuse à utiliser comme plante compagne pour le soja, la féverole et le carthame. En culture mélangée avec le soja, elle mûrit bien avant lui et les deux peuvent être battues en même temps. De bonne qualité pour l'alimentation, Wenz utilise toute-fois 30% de sa production comme carburant

pour ses tracteurs. Comme engrais vert, la caméline fait une tige verticale et couvre rapidement le sol.

Aujourd'hui, la ferme de Wenz est exploitée par son fils Friedrich. Ce dernier a introduit les préparats biodynamiques, n'utilise aucun fumier animal, ni compost, ni labour depuis 1969. Certifiées Demeter malgré tout, leurs céréales sont vendues directement à un boulanger biodynamique local qui n'achète et ne vend rien à plus de 14 km de distance.

ALORS, POSSIBLE LE SEMIS DIRECT BIO AU QUÉBEC?

Pour Wenz, l'idée n'est pas de reproduire ses méthodes comme des recettes, mais d'oser essayer et de réfléchir à des alternatives durables. « L'humus, c'est le capital. On doit vivre des intérêts et augmenter ce capital. Sinon, on hypothèque la survie de nos enfants. « Bien qu'il ait recouvré 50% de l'humus détruit, il aurait souhaité comprendre la nature plus tôt... Plusieurs agriculteurs présents pratiquent déjà la culture sur billon qui s'y apparente. D'autres, expérimentant le semis direct en

conventionnel, confirment l'amélioration de la structure : « Après 4 ans, le sol ne fonctionne plus de la même façon. » soutiennent-ils. Reste qu'au Québec, les défis d'un semis direct sont la courte saison de culture et la recherche d'un engrais vert pouvant rester debout l'hiver durant. La féverole et la caméline seraient de bons candidats. De plus, le blé d'automne est une culture risquée sous notre climat. Bref, même si Wenz n'aura apporté aucune solution toute faite, il aura suscité nombre de discussions, réflexions et expérimentations pour cet été.

Pour en savoir davantage et voir des photos et vidéos : www.eco-dyn.com

Ferme Logi-Bio

Ferme certifiée Québec Vrai

Produits disponibles :

*Veaux sous la mère entiers ou en découpe
frais ou congelés*

*Oies de Baie-du-Febvre entières ou découpées
fraîches ou congelées*

Fleurs et plants de légumes pour le printemps

Fruits et légumes en saison

Paniers ASC, viande et maraîchers

Lucie Rioux

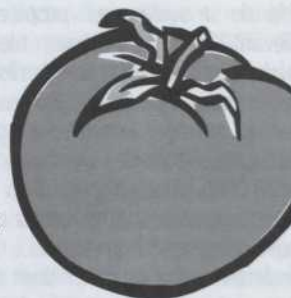
Tél. : 1-450-783-6684

Fax : 1-450-783-2284



Les Jardins Bio-Santé

Ferme biologique
Agriculture soutenue par la communauté



Marché Atwater

ouvert jeudi, vendredi, samedi,
dimanche et lundi jusqu'à la fin octobre

Marché Maisonneuve

pour les samedis bio jusqu'au 7 octobre

Outremont

rue Dollard entre Van Horne et Lajoie
le dimanche jusqu'au 8 octobre

Pascale St-Amour et Jocelyn Massé vous attendent!

Les Jardins Bio-Santé

1753, chemin de la Rivière des Anglais
Howick (Qc) J0S 1G0

Tél. : 450.825.1313 • Fax : 450.825.1280

Courriel : jocelynmasse@sympatico.ca

www.jardinsbiosante.ca



Le contexte de la distribution alimentaire

Au Québec, 82% des ventes alimentaires sont détenues par les Loblaw, Sobeys et Métro¹. La part de marché des grandes chaînes est passée de 30% en 1950 à 81% en 1990 au Canada, alors que la part des indépendants est passée de 70% à 12% entre 1970 et 1990². Puis sont venus s'ajouter Club Price/Costco en 1986, suivi de Wal Mart en 1994 avec leurs politiques du moins cher et des grands formats. Aux États-Unis, Wal Mart est le plus gros distributeur de produits biologiques... Ces entreprises centralisent leurs achats, n'achètent qu'en gros volume, et demandent un approvisionnement régulier sur toute l'année. Trouver des acheteurs relève donc du défi. Les fermes d'ici sont contraintes d'intensifier leurs pratiques : augmentation des intrants et de l'énergie. Même le bio en vient à devenir industriel. Pour le producteur, difficile de se réaliser à petite échelle.

PAR STÉPHANE GROLEAU

En fait, le contexte s'apparente bien souvent à la guerre: guerre de prix, guerre de marchés. Avec la mondialisation, les agriculteurs entrent en concurrence avec ceux de pays où les conditions climatiques sont plus favorables et les coûts de production moindres. Le luxe de pouvoir s'acheter de tout en tout temps a son prix, et l'agriculture québécoise en raison de son hiver en subit les contrecoûts.

Guerre aussi contre le prix des terres qui grimpe. « Le Québec est grand, mais seulement 2% de sa surface est propice à l'agriculture. Devant l'étalement urbain et les besoins industriels, plus de 1500 km carrés des meilleures terres ont été perdus en 30 ans, malgré une loi sensée protéger le territoire agricole³. En un siècle, nous sommes passés de 200 000 fermes à 28 000. Chaque jour, deux fermes cessent leurs opérations. Pour celles qui restent, leur taille ne cesse d'augmenter... tout comme leur endettement. Ces maux dont souffre l'agriculture, ce sont aussi la baisse de popularité de ce métier, les difficultés économiques, l'accès au milieu agricole pour la relève, sans oublier la triste réalité de la détresse psychologique de ceux qui pratiquent ce métier aussi essentiel, avec son taux de suicide le plus haut au Canada. Ce sont donc des « Gaulois », et particulièrement les fermes biologiques. Avec 900 fermes certifiées en 2004 au Québec, elles ne

représentaient que 2,8% du total des fermes⁴, dont 173 en maraîchage.

ALTERNATIVES AU SYSTÈME ACTUEL

Dans ce contexte, des citoyens et des agriculteurs ressentent le besoin de se rejoindre et innovent en développant des mises en marché alternatives : les paniers d'agriculture soutenue par la communauté (ASC), les marchés publics, les kiosques à la ferme, l'agrotourisme, les coopératives, la livraison à domicile. Cette mise en marché directe redonne tout le crédit des aliments au cultivateur avec autant de bénéfices pour les consommateurs et l'environnement. La plus en vogue est l'« adoption » d'un fermier de famille. Depuis plus de 10 ans, ces fermes biologiques offrent à la population des paniers de légumes hebdomadaires. Partout au Québec, leur nombre ne cesse de croître, si bien qu'aujourd'hui ces fermiers de famille ont peine à suffire à la demande.

Ce concept de « fermier de famille » illustre à merveille la relation directe et personnelle pouvant s'établir entre le citoyen et son agriculteur. Les aliments achetés ne sont plus des produits anonymes, d'une origine inconnue, ayant voyagé des milles et des milles. Le fermier nourrit nos

familles pour nourrir la sienne. C'est comme notre bon vieux médecin de famille qui nous connaît depuis notre enfance, qui désire notre santé et s'applique à bien nous répondre. Le fermier de famille, on peut lui téléphoner; on le rencontre au marché public ou à un point de chute pour récolter nos paniers, ou encore lors d'une visite sur sa ferme.

Étrangement, à l'instar du médecin de famille qui guérit la maladie... le fermier de famille, lui, la prévient! Aliments biologiques vivants, remplis de nutriments, diversifiés, goûteux, frais, exempts de pesticides et non irradiés. Tout pour assurer sa santé, et celle de l'environnement, évitant ainsi la pollution des sols, de l'eau et de l'air et en réintroduisant les arbres pour réhabiliter l'écosystème.

Soutenir l'agriculture locale signifie agir en citoyen responsable. Adopter un fermier de famille permet de reprendre conscience de notre place sur la planète, de partager la réalité du champ, d'adopter une alimentation plus saisonnière, de vivre les aléas de Mère Nature et d'en partager les conséquences. S'intéresser à la réalité de l'agriculture québécoise, c'est la protéger. Ainsi, le célèbre adage peut devenir: « Près des yeux, près du cœur... » ♦



¹ Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, Agroalimentaire : fusions et acquisitions – Des raisons et des impacts, Bio Clips, volume 4, numéro 4, octobre 2001, p. 6.

² Toronto Food Policy Council. Décembre 1996, Food Retail Access and Food Security for Toronto's Low-income Citizens, Discussion, paper 7.

³ Voir La Semaine verte du 4 décembre 2005, La protection des terres agricoles, www.radio-canada.ca/semaineverte

⁴ Anne Macey, Production biologique certifiée au Canada en 2004, Canadian Organic Growers, novembre 2005, p. 6.

Profession Fermier de famille

Chaque semaine, ils sont de retour, s'installant au point de chute avec leurs paniers. Le partenaire arrive, récupère ses légumes, remercie son producteur, échange quelques mots puis s'en retourne apprécier cette belle récolte fraîche et colorée. Heureux, le partenaire oublie souvent tout le travail derrière. Pourtant, pour les Terra Sativa, Campanipol, Jardins de Tessa, Vallons des sources, Ferme Le Goglu et consorts, la grande scène se passe dans les coulisses. Réalité.

PAR STÉPHANE GROLEAU

D'ENTRÉE DE JEU, « faire des paniers est une acrobatie », avance Monique Laroche, de Vallons des sources. En effet, nourrir 250 familles avec 10 légumes différents par semaine sur une période de 20 semaines est tout un défi. Certains, comme Campanipol, en ont 400 à prévoir. Longtemps avant sa sortie publique, le fermier de famille prépare son jeu. Dès l'hiver, il doit planifier quantités, variétés et dates de récolte. Prévoir la saison, c'est aussi connaître l'ensemble des tâches à exécuter : semer, planter, désherber, récolter, entreposer, préparer, arroser, téléphoner, emballer, réparer...

UNE QUESTION D'ÉQUILIBRE

Pour Robert Saint-Arnaud, de la ferme Campanipol, « le défi est de réussir à faire un panier équilibré de semaine en semaine : pas trop de

stock, mais suffisamment, tout en étant diversifié. « En effet, trop, c'est comme pas assez ! Durant sa première année d'ASC, Terra Sativa en a mis plein la vue. « On a eu moins de pertes que prévu, alors nous en avons donné plus à nos partenaires. Certains se sentaient débordés. « Cela peut donc amener des partenaires à choisir un panier plus petit, sinon à déprécier l'ASC.

JONGLER AVEC LES LÉGUMES

« Mais on a beau planifier, il y a toujours un peu de hasard. « Ainsi, pour Robert Saint-Arnaud, « il ne faut pas avoir peur de perdre un peu pour en avoir assez. « Par exemple, ayant besoin de 1000 laitues par semaine, il en plantera environ 1200. « Au pire, le surplus peut être vendu au kiosque, envoyé à Moisson Québec, ou servir d'engrais vert. Des fois, je prends une chance auprès d'un grossiste, mais ce marché est difficile, car je ne peux assurer de fournir des légumes toutes les semaines. »

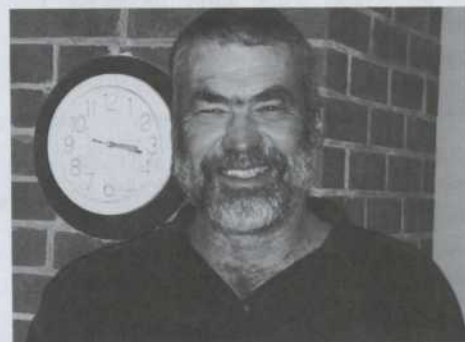
JONGLER AVEC LES PARTENAIRES

Un des grands défis de l'ASC est l'établissement d'un lien de confiance avec le partenaire. En effet, celui-ci donne à son fermier plusieurs centaines de dollars dès le mois de février, de mars ou d'avril, et cela, avant même de savoir précisément ce qu'il recevra dans ses paniers. Créer un groupe noyau se réinscrivant d'année en année s'avère très intéressant. D'ailleurs, Isabelle Joncas, chargée de projet à Équiterre, atteste que « plus les partenaires sont impliqués dans la ferme, plus leur soutien est important et de longue durée. Ils sont également plus sensibles à la réalité des producteurs et ouverts aux nouveautés dans les paniers. »



SATISFAIRE LES PARTENAIRES

Adoptant un système libre service où chacun va chercher son panier après le passage du livreur, Campanipol mise sur la communication par courriel et par téléphone. « Il faut rester à l'affût de ce que les partenaires désirent manger, surtout pour ceux qui débutent en ASC. En même temps, il faut être capable de défendre son point de vue face à nos connaissances et aux possibilités de notre ferme. Avec l'expérience, on finit par savoir les légumes favoris. « Cette gestion des partenaires passe aussi par l'organisation de journées à la ferme, d'une réunion d'information au printemps, mais aussi par la feuille de chou qui informe le partenaire du déroulement des activités à la ferme. Pour Terra Sativa, « un mot ou un journal est essentiel. « D'autant plus pour les points de chute en « libre service ».



Robert St-Arnaud, de la ferme Campanipol



Votre source de viandes et charcuteries artisanales

Boeuf Angus noir pur-sang

Porc et Veau biologique

Vaste choix de saucisses sans gluten
Boucherie CI sur la ferme.

Partenaire en ASC avec Équiterre

Passez nous voir à la ferme!

Ferme Odelil

561, Haut-de-L'Île, Ste-Monique, Qc
J0G1N0 Tél/ téléc.: (819)289-2720

Courriel: odelil@infoteck.qc.ca
André Lemire, Hélène Rouillard

En 1992, la ferme Campanipol était l'une des premières à faire des paniers de légumes au Québec, avant même la venue d'Équiterre. Livrant à une douzaine d'amis de Montréal, le propriétaire se souvient : « À cette époque, ce n'était pas évident, les paniers surprises. Les gens ne connaissaient pas ça. On était vus comme des Martiens! C'est Équiterre qui a fait beaucoup de sensibilisation. «Encore aujourd'hui, il reste du travail à faire, car les partenaires ont tout de même des attentes. Pour s'assurer d'avoir des paniers bien remplis, plusieurs producteurs achètent ou échangent des aliments avec d'autres fermes bio locales. Le réseau ASC exige toutefois un minimum de 75% du contenu en légumes produits à la ferme en été-automne, contre 50% pour les paniers d'hiver. Dans cette optique, les produits importés sont exclus, règle toutefois difficile à respecter pour certains.

ARDEUR AU TRAVAIL

Un panier, c'est la pointe de l'iceberg cachant une énorme charge de travail. « Sept jours sur sept, du matin au soir. Un peu plus relax le dimanche, mais il faut tout de même assurer l'arrosage des plants en tout temps », relate Richard Boucher, de Terra Sativa. Beaucoup de travail en saison, facilement 70 heures par semaine. La recherche de l'efficacité s'avère donc primordiale. Quelques-uns optent pour une seule grosseur de panier, évitant ainsi bien des casse-tête (calculs, récoltes, montage, livraisons). Certains évitent de tout nettoyer les légumes, ce qui leur allège grandement la tâche; avec les avantages pour le partenaire d'accroître la durée de conservation et la préservation des nutriments. D'autres, tels les Jardins de Tessa, préfèrent éviter de produire certaines cultures. « Pour les carottes et betteraves, nous ne sommes pas équipés pour le semis, le désherbage et la récolte. Ce sont des cultures qui coûtent cher à produire. Ça revient moins cher de les acheter d'une ferme spécialisée dans ces cultures et de les inclure dans les paniers. »

ÊTRE CASCADEUR

Lorsque l'on marche sur le fil de la rentabilité, grand est le stress face à toutes les dépenses et les investissements encourus. Que de charges : achat des semences et du terreau, chauffage des serres, frais de certification, fertilisants, contenants, main-d'œuvre, etc. Heureusement, contrairement aux autres types de mise en marché, les fermiers de famille ont

l'avantage de vendre leurs légumes avant même de les avoir récoltés. « On connaît le nombre de partenaires et on répartit les risques sur plusieurs cultures. Il y a donc potentiellement moins de pertes. Avec un grossiste, on ne sait jamais combien il va en acheter et combien il va payer », soutient Frédéric Duhamel, des Jardins de Tessa. Bref, grâce aux contributions des partenaires en début de saison, l'endettement des agriculteurs au printemps se trouve de beaucoup réduit. Pour Terra Sativa, les paniers sont un aspect de leur entreprise qu'ils désirent limiter afin de diversifier les activités agricoles : « Les paniers représentent un revenu garanti, mais il faut que ça reste agréable à faire, et non une corvée. « Reste que vivre uniquement d'agriculture est un défi, et dans le cas présent, quatre d'entre eux continuent à travailler en partie à l'extérieur.

Pour écouler des surplus, vendre au marché peut s'avérer intéressant, comme le font Frédéric Duhamel et Yoana B. Gariépy. Toutefois, « s'il pleut, les gens ne viennent pas; s'il fait trop beau, les gens partent en vacances. Cela occasionne des pertes et c'est deux fois moins payant par rapport aux paniers. »

UNE AIDE ATTENDUE...

Pour les nouveaux, la prime à l'établissement s'apparente davantage à une prime pour ferme rentable qu'à une aide au démarrage. Ainsi, trois ans d'essais furent requis à Serge, de la Ferme Le Goglu, avant de l'obtenir. Quant à Richard, de Terra Sativa, la prime s'échelonne sur trois ans, avec seulement le quart du montant les deux premières années. Frédéric Duhamel aimerait voir l'aide gouvernementale s'orienter vers la certification : « Ce n'est pas seulement

Devenir fermier de famille

Victime de sa popularité, le nombre de producteurs ne suffit plus pour répondre à la demande. Plusieurs fermes affichent complet avant même le début des inscriptions; d'autres maintiennent une liste d'attente. Équiterre en est donc à contacter les institutions d'enseignement agricole pour sensibiliser les étudiants en agriculture à la formule de l'ASC. Cette vocation semble d'ailleurs attirer la relève en agriculture. « L'automne dernier, nous dit André Carrier, du MAPAQ, la moitié des 22 participants à notre formation en agriculture biologique désiraient faire des paniers. »

Pour les nouvelles fermes intégrant le réseau ASC, Équiterre offre depuis deux ans une journée de formation tenue à Montréal et à Québec par Monique Laroche et Michel Massuard (ferme Vallons des Sources). Cette journée se veut un exercice pratique où la planification est à l'honneur : « On veut faire comprendre qu'on partage les risques avec le partenaire, mais seulement pour les éléments incontrôlables : ouragan, grêle, déluge, etc. Les erreurs de planification sont la responsabilité du producteur. Il le fait en tant que professionnel », explique Monique. La formation vise à éveiller les gens à cette réalité et à les préparer : trucs, tableaux et exemples fournis. Outre le partage d'expériences des agriculteurs, les participants sont amenés à planifier de A à Z la production pour environ 25 paniers de légumes à titre de référence. Équiterre offre également un volet social où les relations avec les partenaires sont abordées. Pour alimenter la réflexion au sujet du démarrage d'un projet d'ASC, Équiterre offre des fiches techniques ainsi qu'un guide : *Je cultive, tu manges, nous partageons*.

Outre la formation de nouveaux producteurs, les producteurs existants manifestent le besoin d'être entourés d'intervenants davantage formés pour le bio. Plus de dépisteurs, par exemple, devraient savoir comment intervenir dans cette optique. Bref, la formation universitaire en agronomie aurait avantage à suivre la tendance bio et à lui accorder plus d'importance dans le curriculum.



une question des coûts de certification, mais de temps pour prendre toutes les notes et remplir les formulaires. «Autres aides envisageables selon lui : plus de groupes d'encadrement technique, augmentation de la recherche pour les pesticides biologiques et développement d'équipement plus polyvalent et adapté aux petits producteurs.

LA MAIN-D'ŒUVRE, QUELLE QUESTION!

Difficile à trouver, difficile à garder... Et particulièrement la main-d'œuvre qualifiée. Les étudiants quittent avant la fin des récoltes; les visiteurs et les bénévoles manquent de formation et doivent être encadrés. Plusieurs abandonnent devant l'ampleur de la tâche ou sont découragés des bas salaires versés pour l'ardeur du travail; d'autres idéalisent le milieu agricole comme un lieu de repos à la campagne...

Dans ce contexte, la croissance relève du défi. Selon Monique Laroche, « passer de 30 à 90 paniers signifie souvent devenir mécanisé puis aller vers les employés. «Combien de paniers de plus pour payer un employé? En trouvera-t-on un? Le producteur se retrouvera-t-il seul à l'automne? Une des solutions, selon Isabelle Joncas, d'Équiterre, réside dans des contrats d'apprentissage pour valoriser un rapport de stagiaire à éducateur. Ces échanges valorisent l'apport du maître de stage et font en sorte que les salaires sont ajustés en fonction de l'investissement de ce dernier. Formule gagnant-gagnant puisque le producteur économise et le stagiaire apprend. Et c'est bon pour la relève. Contrairement au Québec, un tel programme existe aux États-Unis (apprenticeship) et en Ontario (CRAFT).

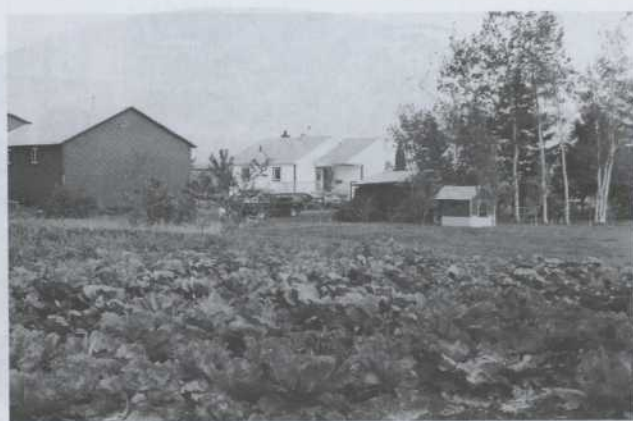
Au Québec, avoir des employés s'avère être une charge importante sur une ferme. Même au salaire minimum, la main-d'œuvre gagne parfois plus que le producteur lui-même, si l'on tient compte du nombre d'heures que ce

dernier travail. Sans oublier le stress, comme le mentionne Yoana, des Jardins de Tessa. « À chaque printemps, nous devons embaucher du nouveau personnel, lequel se fait très rare actuellement. Assurer du travail à sept employés et nourrir 280 familles sont d'énormes responsabilités. »

L'ENTRAÎNEMENT

Tous sont unanimes : devenir fermier de famille requiert de l'expérience et une bonne dose de connaissances. Noémie Labrosse et Richard Boucher, de Terra Sativa, soutiennent que « la formation, et surtout le cours de rédaction d'un projet d'établissement sont un atout essentiel. «La récolte et la conservation des légumes, la fertilité du sol, les ravageurs, les maladies, la mécanique, sans oublier la gestion et la comptabilité, beaucoup de notions à intégrer et de débrouillardise à démontrer. Chose certaine, « devenir agriculteur, ça s'apprend! », renchérit Richard.

Frédéric, des Jardins de Tessa, recommande de commencer en production avec les marchés publics. « Cela permet de se faire la main dans les champs : il n'y a pas d'obligation ni de stress à remplir un panier. Cela permet aussi de voir les besoins des gens et la popularité de chaque légume. «Il recommande aussi d'aller travailler sur une ferme en ASC pour prendre de l'expérience. « À sept ou huit dollars l'heure, il est plus payant de travailler pour un autre que de démarrer sa propre entreprise, car une seule erreur due à notre manque d'expérience peut hypothéquer nos récoltes et nous coûter très cher. Aller chercher de l'expérience auprès de producteurs expérimentés est un investissement pour le futur. «Pour les nouveaux agriculteurs



Les artisans de la ferme Le Goglu ont su adapter leur condition de fermier de famille à la réalité de leur milieu pur améliorer leur qualité de vie.

dans le réseau d'ASC, Équiterre offre de jumeler chaque nouvelle ferme avec une d'expérience, des ateliers sur la planification de la production pour l'ASC et des outils d'organisation pour la première année en plus de documents de référence.

CLIMAT

Reste que seule Dame Nature fait la pluie et le beau temps. Et les fermiers de famille tentent de s'en accommoder, avec ses conséquences sur les paniers et les revenus. Chez Campanipol, l'abondance de pluie en 2005 empêcha Robert d'aller dans le champ plusieurs jours avec la machinerie, ce qui a accru le temps et les frais de désherbage manuel. Chez Terra Sativa, deux inondations et une sécheresse ont donné la vie dure aux aubergines, poivrons, oignons et betteraves. La réalité change d'une ferme à l'autre. Entre Montréal et Montmagny, la saison de culture diffère, et encore plus entre le Québec et la Californie...

DU TEMPS POUR VIVRE?

Malgré les exigences du monde agricole, les fermiers recherchent une qualité de vie, ou du



450.293.2444

Les Jardins de Papy est une ferme biologique de 25 acres certifiée par Québec Vrai.

L'on y cultive depuis 7 ans plus de 30 légumes ainsi que quelques fruits dont les fraises, les melons d'eau, les cantaloups et les cerises de terre.

Nos points de chutes sont situés dans les villes de Lachine, Saint-Hyacinthe, Chambly, Granby et à notre ferme à l'Ange Gardien en Montérégie, Au plaisir de vous compter parmi nos partenaires en 2006!

Normand Gawwin, Papy et jardinier de famille



Photo: Terra Sativa

moins, ils en rêvent. Pour les six jeunes de Terra Sativa, le fait d'être plusieurs permet de partager les responsabilités et ainsi de partir un ou deux jours de temps en temps. Pour eux, l'agriculture est la base de la vie humaine. Leur amour de l'agriculture s'est exprimé par le démarrage de leur entreprise, favorisant le travail avec des amis, la sortie de la banlieue, l'autonomie et une nourriture de qualité. À la Ferme Le Goglu, leur qualité de vie s'est grandement améliorée lorsqu'ils ont décidé de laisser tomber les paniers d'été et de se spécialiser uniquement sur ceux d'hiver. « Avec deux enfants, ce choix a permis de concilier plus facilement le travail et la vie familiale. « Surtout que cette décision répondait à un besoin local puisqu'ils sont établis dans un milieu rural où leurs clients potentiels font généralement un jardin, sans pour autant conserver leurs aliments. Les propriétaires évitent aussi les points de chute à la ferme, car « ça étire les horaires et ça réduit l'intimité. »

INTERACTIVITÉ

Offrant des paniers en ville et à la campagne, Richard, de Terra Sativa perçoit une possible

distinction. « Ce sont deux marchés différents. En ville, les gens peuvent être moins conscients de la réalité agricole, ce qui permet de créer des ponts et de « cultiver nos partenaires. Alors que pour nous, gens de la ferme, c'est une occasion de sortir en ville, de garder contact avec la réalité citadine

et d'en profiter pour se procurer ce que nous ne pouvons trouver localement. « Ils invitent aussi leurs partenaires à venir les rencontrer sur la ferme. « Le meilleur organisme de certification est le consommateur. Il devrait pouvoir se rendre sur la ferme inspecter et juger par lui-même. « Isabelle Joncas souligne aussi qu'il n'y a rien comme mettre la main à la terre pour réaliser l'ampleur de la tâche derrière chaque panier. Pour elle, « une simple visite à la ferme sensibilise énormément les gens ».

SENSIBILITÉ

Même si l'aspect financier préoccupe les fermiers, le dilemme de garder le bio accessible à tous reste présent. Sensibles à la situation financière des gens, certaines fermes offrent des alternatives pour aider ceux incapables de payer la totalité de leur part, comme de payer en plusieurs versements ou le troc

de temps. Pour ce dernier, un escompte est accordé en échange de l'aide apportée au producteur.

Vraie fermière de famille, Natacha, de la Ferme Le Goglu se rappelle avec émotion un des plus beaux compliments qu'elle a reçus d'une de ses partenaires: « Je n'ai pas besoin de faire des réserves, quelqu'un s'en occupe pour moi. « Natacha offre des légumes dans un CPE et organise des activités à la ferme avec les enfants. Elle ajoute: « C'est tellement beau de voir les enfants s'émerveiller sur la ferme ».


Soucieuses également de l'environnement, les pratiques des fermiers de famille vont souvent au-delà des méthodes de culture biologique: réduire le transport, minimiser l'emballage, favoriser les partenaires locaux, offrir différents points de chute pour que les gens puissent s'y rendre à pied ou à vélo, ou encore utiliser des sacs récupérés ou en coton. Entre autres, Guillaume Baril, de Terra Sativa, soutient que ce n'est plus tant le produit qui compte, mais la méthode de culture. Souhaitant la santé du sol où ils ont leurs pieds, Richard ajoute: « On le

fait pour la Terre, car de toute façon, il y a les pluies acides. « Cette conscience écologique se reflète aussi sur la Ferme Le Goglu par l'implantation de haies brise-vent, d'arbres et d'arbustes; une pratique récompensée par le retour d'une grande diversité d'oiseaux. Natacha s'exclame: « Quand on regarde ma région de loin, on sait où se trouve notre ferme, car c'est le seul endroit où l'on retrouve des arbres. »

Et vous, quelle est la réalité de votre fermier de famille? ♦



Illustration: Claire Gagnon



Les Arômes de la Terre

Production maraîchère
certifiée biologique

Paniers ASC - Équiterre

Vente à la ferme

- Légumes
- Agneaux
- Œufs

Anne-Marie Tanguay et Vincent Bergeron
13 100, route du Fraser, Bécancour (Qc) G9H 3J2
Tél. : 819.229.1271
lesaromesdelaterre@tlb.sympatico.ca

LES CHEMINS DU ROY

**Livraison hebdomadaire
de paniers de légumes certifiés BIO.**

183, chemin Roy
Canton de Granby

Tél.: 450-777-4574 • Fax : 450-777-3559
Courriel : cheminroy@videotron.ca

Reine Baron et Rosaire Beauregard

Division de *Les Peres Granby inc.*

387536-1000060



LA FLEUR COUPÉE
DU QUÉBEC

L'ASC au Québec 10 ans déjà!

Lorsqu'il est question de paniers de légumes biologiques au Québec, l'organisme Équiterre nous vient rapidement en tête. Donnant le ton en regard à l'agriculture soutenue par la communauté (ASC), il coordonne un important réseau de fermes.

PAR STÉPHANE GROLEAU

En 1992, à la suite du Sommet de Rio, un groupe de citoyens montréalais désirent se regrouper pour sensibiliser la population à des enjeux environnementaux et sociaux. Ils forment Équiterre en 1995 (alors ASEED) et choisissent d'expérimenter le concept de l'ASC. Désirant soutenir les fermes dans leur mise en marché et les citoyens dans leur quête d'aliments frais, sains et locaux, ils contactent la ferme biodynamique Cadet-Roussel, à Mont-Saint-Grégoire, et les aident à instaurer un système de livraisons hebdomadaires pour une vingtaine de personnes. Devant l'enthousiasme des partenaires, 1996 voit naître son réseau d'ASC par le regroupement de sept fermes au sein de l'organisme. Leurs objectifs: favoriser le développement de l'agriculture bio québécoise en rendant plus accessibles aux citoyens les produits biologiques et locaux par le support direct envers une ferme. Environ 250 familles y adhéreront. Depuis, le nombre de fermes n'a cessé d'augmenter, si bien qu'en 2005, le réseau comptait près de 100 fermes: 77 fermes livrant des paniers de légumes ou de viande, et 20 fermes associées offrant des produits complémentaires (ex.: légumes particuliers, miel, produits de la pomme, fro-


mage...). Ce sont 7600 familles (quelque 20 000 personnes) qui reçoivent ainsi des paniers chaque semaine livrés à plus de 350 points de chute dans presque toutes les régions du Québec. Ce printemps, 107 fermes font partie du réseau, dont 82 qui livrent des paniers et 25 qui offrent des produits complémentaires. Les récoltes permettront à 8600 familles d'avoir accès à un panier bio.

Malgré une demande croissante, Équiterre doit s'assurer que les producteurs qui désirent rejoindre le réseau sont prêts à entreprendre un projet d'ASC. Pour ce faire, une ferme doit lui soumettre un dossier. Un comité de suivi, composé de six fermes du réseau, d'un agronome et de l'équipe d'Équiterre, évalue chaque

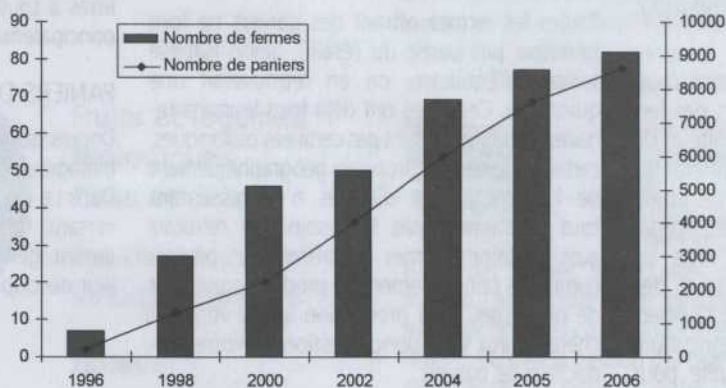


**L'agriculture soutenue
par la communauté**

candidature en regard du réalisme du projet ASC et des facteurs de risque ou de réussite. L'un des premiers objectifs réalisés par le réseau fut justement de définir les critères de fonctionnement communs des fermes voulant travailler avec Équiterre:

 Agriculture biologique: les fermes doivent être certifiées biologiques ou en pré-certification.

 Partage des risques et des bénéfices: les consommateurs achètent à l'avance une part de récolte/élevage et deviennent ainsi « partenaires » d'une ferme; ils s'engagent à la soutenir en partageant avec celle-ci les risques et les bénéfices naturels qu'implique l'agriculture; en échange, la ferme s'engage à produire en quantité, en diversité et en qualité.



Évolution de l'ASC au Québec depuis 1996

EN KIOSQUE :
légumes et fruits biologiques,
produits régionaux

Ferme ASC, membre d'Équiterre



CAMPANIPOL

310, rang Sud, Sainte-Geneviève de Batiscan
sortie 229 de l'autoroute 40
418.362.2468

**La Ferme
des bons-bons légumes bio**



Marie-Claude Jetté

4811, sir Wilfrid-Laurier, Mirabel, Qc J7N 2Z8
Tél.: (450) 258-3138 Fax: (450) 258-4341

Légumes biologiques certifiés Québec Vrai

Production locale: le contenu des paniers doit provenir à 75% de la ferme pour les paniers d'été et à 50% pour ceux d'hiver; certains produits peuvent venir d'autres fermes locales.

Dimension sociale: les fêtes des récoltes, journées de travail à la ferme et évaluations permettent de créer un climat de confiance et d'établir un lien direct entre l'agriculteur et le consommateur; ce dialogue permet de mieux comprendre l'autre, pouvant amener des changements de mentalité et de comportement.

Pour une ferme, participer au sein du réseau apporte plusieurs avantages. Pour la mise en marché, Équiterre diffuse de l'information sur la formule aux citoyens par des conférences, des kiosques, des relations de presse et un dépliant explicatif listant les fermes participantes. Le réseau encourage la collaboration entre fermiers, que ce soit par le prêt de machinerie, l'échange de légumes, les visites de fermes ou les journées de formation. Un système de mentorat permet aussi aux nouvelles fermes de se jumeler à un producteur d'expérience.

L'an dernier, Équiterre réalisait un second coup de sonde sur les coûts de production des fermes ASC afin de juger de leur rentabilité et de présenter des budgets types selon différentes tailles de fermes dans le réseau. Cette étude sera disponible sous peu. Cette année, l'organisme réalisera une étude sur la mise en marché visant à connaître le potentiel des paniers pour chacune des régions du Québec. Grâce au programme de soutien à l'agriculture biologique, cette étude sera très utile pour

Équiterre

Organisme à but non lucratif ayant pour mission de contribuer à bâtir un mouvement citoyen en prônant des choix écologiques et socialement responsables tant au plan individuel que collectif. Avec son équipe de 35 employés et 300 bénévoles, Équiterre agit sur la consommation responsable, le commerce équitable, le transport écologique, l'efficacité énergétique et l'agriculture écologique.



aider les nouveaux agriculteurs à rédiger leur plan d'affaires. Ce printemps, l'organisme lancera aussi une Expo-Photo itinérante qui présentera des aspects de l'ASC.

Toutes les fermes offrant des paniers ne font toutefois pas partie du réseau. Selon Isabelle Joncas, d'Équiterre, on en retrouverait une quinzaine. Certaines ont déjà tous leurs partenaires, certaines ne sont pas certifiées biologiques, certaines se sentent trop loin géographiquement de l'organisme, et d'autres n'en ressentent tout simplement pas le besoin. On retrouve aussi certaines fermes qui offrent des paniers composés principalement de produits provenant de grossistes. Si la production locale vous est chère, mieux vaut donc questionner votre producteur de paniers.

LE PRIX DES PANIERS

L'inscription se fait au printemps en versant la totalité ou une partie de la valeur des paniers. Les prix varient en fonction du format et de la durée de la saison. La période de livraison s'échelonne sur 15 à 23 semaines (de juin à octobre) avec un montant par semaine entre 15 et 25 dollars. Pour un couple, par exemple, la valeur totale du panier pour la saison tourne autour de 400\$. Toutefois, chaque ferme est différente avec sa réalité propre: localisation géographique, nombre d'employés, expérience, infrastructures. Certaines fermes ont 400 partenaires, alors que d'autres s'en tiennent à 15. On peut s'attendre à recevoir entre 6 et 12 variétés de paniers, ceci variant en fonction de l'avancement de la saison. Les paniers sont généralement plus maigres en début de saison et plus abondants en août-septembre. Plusieurs fermiers offrent aussi la possibilité d'acheter des produits complémentaires ou de faire des commandes additionnelles. Enfin, une dizaine de fermes proposent des paniers d'hiver, ceux-ci étant livrés à toutes les deux semaines et composés principalement de légumes de conservation.

PANIERS DE VIANDE

Depuis quelques années, des fermes d'élevage biologique offrent aussi un système de paniers. Dans ce cas, les gens s'inscrivent à l'avance en versant un dépôt minimum de 100\$, puis auront généralement la possibilité de choisir leur découpe. ♦

La Ferme de Bullion



Fruits et légumes biologiques
Semences potagères biologiques

Frédéric Sauriol & Heather Meek
(450) 562-0104 debullion@sympatico.ca
1555 Côteau des Hêtres, Saint-André-d'Argenteuil, Québec



La Ferme du Château

Kathleen Côté
Cell.: 418.802.7816 • Pag.: 418.577.6468
7029, av. Royale
Château-Richer (Québec) G0A 1N0

Paniers de légumes disponibles!!



Légumes certifiés biologiques

L'ASC à travers le monde

Appelés CSA, Teikei, AMAP, on recense des systèmes semblables à l'agriculture soutenue par la communauté (ASC) dans plus de 15 pays à travers le monde. Si bien qu'en février 2004 s'est tenu à Aubagne (France) le « premier colloque international sur les contrats locaux entre agriculteurs et consommateurs », organisé par l'Alliance paysans écologistes consommateurs.

PAR STÉPHANE GROLEAU ET SONIA DELISLE

SELON ISABELLE JONCAS, d'Équiterre, « au début 2004, on estimait le nombre de Teikei entre 500 et 1000 au Japon, 1700 CSA aux États-Unis, 90 en Angleterre, 60 au Québec et une cinquantaine en France. Au Canada anglais, nous avons toutefois peu de données, car il n'y a pas de répertoire complet. » Un deuxième colloque international s'est tenu cette fois en décembre 2005 à Pelma, au Portugal, donnant naissance à un réseau international : URGENCI (<http://urgenci.net>).

UN BRIN D'HISTOIRE



Le principe des paniers ne date pas d'hier. Il serait apparu simultanément au Japon, en Suisse et en Allemagne dans les années 60. Au Japon, un équivalent de l'ASC s'est développé en 1965 par des femmes inquiètes de l'état de l'agriculture conventionnelle et désirant rétablir un lien de confiance avec les producteurs. La formule est appelée Teikei, ce qui signifie « mettre le visage du fermier sur la nourriture », et compterait aujourd'hui au Japon plus de 5 millions de consommateurs. (www.joaa.net)

À CHACUN SON ASC



En Suisse, les pionniers furent les Jardins de Cocagne, une coopérative genevoise de production et de consommation de légumes biologiques où 400 ménages reçoivent chaque semaine un cornet de légumes produits aux portes de Genève et livrés dans leur quartier, en échange d'un paiement. Cet abonnement dépend du salaire des gens, et ceux-ci travaillent annuellement 4 demi-journées au jardin. À la défense de l'idée de la souveraineté alimentaire, d'une agriculture viable, saine, écologique et de proximité, 1% du chiffre d'affaires de cette coopérative est versé pour des projets agricoles en Afrique. (www.cocagne.ch)



En France, la première ASC a été créée en avril 2001 avec des membres d'ATTAC Aubagne et la Ferme des Olivades, à Ollioules. Généralement des fermes de réinsertion, les AMAP (associations pour le maintien d'une agriculture paysanne) sont des partenariats de proximité entre un groupe de consommateurs et une ferme, souvent située en zone péri-urbaine, se développant à partir de la vente directe par souscription des produits de cette dernière. L'année suivante, le premier réseau ASC en France était créé : l'Alliance paysans écologistes consommateurs (<http://alliancepec.free.fr>).



Aux États-Unis, le premier ASC démarra en 1985, et de nombreux autres suivirent. Beaucoup de petites fermes ont entre 30 et 40 paniers, bien que d'autres en aient jusqu'à 2000. Toutefois, ces initiatives sont rarement structurées en réseaux, mais plutôt constituées des fermes individuelles optant pour cette forme de mise en marché. On retrouve néanmoins des initiatives, tel Just Food, qui travaillent avec des groupes communautaires et se concentrent sur les gens à faible revenu. Faisant la gestion des points de chute, ils sélectionnent une quinzaine de fermes pour alimenter leurs partenaires. (www.justfood.org)



Au Royaume-Uni, l'organisation Cultivating Communities supporte le développement de nouvelles formes d'ententes, basées sur une relation de support mutuel, entre les agriculteurs et ceux qui consomment. Démarrés par le Britain Soil Association, ils ont aussi les programmes Farm to School et Farm to Hospital offrant des produits biologiques dans les écoles et les hôpitaux. (www.cuco.uk)



Une approche entièrement intégrée se retrouve en Allemagne, où certaines fermes fournissent tous les aliments à leurs partenaires, l'année durant. La ferme fait un budget global d'exploitation avec le nombre de personnes qu'elle peut alimenter, puis ce budget est divisé selon le nombre de partenaires. En Australie, l'organisation Food Connect a développé un système de paniers ASC en collaboration avec 150 fermiers. (www.foodconnect.com.au)



Fruits et légumes biologiques
Gros et détail

Jus de pommes,
vinaigre de cidre

Aussi :
Poires, fraises
et raisins

OUVERT
les samedis et dimanches
de 10h à 17h

De la mi-juillet
à la fin octobre

35 minutes
au sud du pont Champlain

404 rang St-Jean-Baptiste
Henryville, Qc J0J 1E0
Tél : 450.299.2183
www.verger-biologique.com
vergerbio@netc.net

Paniers ASC

Autocueillette
de pommes



Verger
Aux 4 Vents

AGRICULTURE ET SPIRITUALITÉ AU JAPON

Fondé au cours des années 30 par Mokichi Okada, le mouvement Shinji Shumeikai (ou Shumei) repose sur trois dimensions : la beauté, la spiritualité et la nature. Pour eux, la beauté, qu'elle soit naturelle ou créée par les humains, peut éveiller l'esprit à un plus haut niveau de vitalité; la paix dans le monde présuppose le bonheur de ses citoyens;



un écosystème aussi généreux que notre planète mérite d'être traité avec gentillesse et respect. Comptant plus de 300 000 membres à travers le monde, la majorité au Japon, cette association désire reconnecter les gens avec la source de leur alimentation et les invite à cultiver une partie de leur nourriture. L'intérêt profond qu'ils témoignent envers la santé de la planète s'illustre par leur dévouement envers l'agriculture naturelle. Plus une philosophie qu'une méthode culturale, elle repose sur « la compréhension des subtiles relations physiques et spirituelles entre tous les éléments impliqués dans la culture : la terre, le soleil, la pluie, le vent, l'agriculteur, les gens qui consomment cette nourriture, et la société dans laquelle ils vivent. Son but est la recherche de la santé et le bonheur de tous ces éléments¹. » Visant donc la création d'un système de production aussi près que possible de la nature, ils excluent tout pesticide, engrais de synthèse et fumier animal. Le compost à base de feuilles, d'herbes et de brindilles reste utilisé, non pas pour les nutriments, mais pour garder le sol chaud, humide et friable.



En 2004, 1290 fermiers partageaient cette philosophie et encore trop peu pour suffire à la demande. S'assurant un marché pour ses produits dès qu'ils adoptent pleinement ces principes, les producteurs sont rarement seuls au marché ou dans les champs puisque les partenaires, tous membres de Shumei, sont autant dévoués à cette agriculture spirituelle.

Devenant plus que de simples acheteurs de paniers, certains organisent un ASC ou participent aux travaux agricoles. Avec les années, plusieurs partenaires sont devenus agriculteurs eux-mêmes, tandis que des fermes se transformaient en lieux de formation. L'Institut Rodale, aux États-Unis, collabore depuis plusieurs années avec la fondation Shumei pour le développement d'une agriculture régénératrice. Dans l'État de New York, on retrouve aussi la fondation Catskill Mountain, une ferme et centre éducatif qui applique les principes de l'agriculture naturelle. Ces principes se rapprochent également du concept de Tairwa, des jardins autofertiles ou de l'agriculture végétalienne.

FONDATION SHINJI SHUMEIKAI, WWW.SHUMEI.ORG

REPORTAGES DE L'INSTITUT RODALE :
WWW.NEWFARM.ORG/INTERNATIONAL/FEATURES/0803/SHUMEI1/GREGINTRO.SHTML

¹ Fondation Catskill Mountain, www.catskillmtn.org

DEVENIR PARTENAIRE

Jeunes ou âgés, seuls ou en famille, vivant de simplicité volontaire ou bien nantis, ils seront plus de 24 000 au Québec à manger bio grâce à un fermier de famille.

PAR STÉPHANE GROLEAU



Photo : CFE Le Farinet

ÊTRE OU NE PAS ÊTRE

Le désir d'être partenaire d'une ferme ASC va plus loin qu'un simple geste de consommation. Il relève d'un engagement envers l'agriculteur et demande de faire preuve d'ouverture d'esprit. Il importe de tenir compte du climat, de la charge de travail et du contexte agricole avant de critiquer. Surtout que l'appréciation de la diversité des légumes, des formes, des couleurs et des saveurs, ça se développe! Chacun peut aussi faire sa part pour limiter le travail du fermier. Parmi les types d'implication possibles, on retrouve :

- le travail à la ferme;
- l'aide au point de chute;
- l'échange des recettes et trucs de cuisine;
- l'organisation ou la participation aux événements rassembleurs (ex. : journée de grandes récoltes);
- la participation au sein d'un groupe noyau (genre de comité conseil avec le producteur).

Mais surtout, il faut penser à aller chercher son panier à toutes les semaines. Sinon, prévoir un remplaçant, car la ferme doit s'en charger le plus souvent. Sans oublier un mot fort apprécié de tout fermier de famille : MERCI. Selon Isabelle Joncas, ce n'est certainement pas un modèle d'approvisionnement qui convient à tous; « Les gens qui ont des horaires variables ou qui voyagent, ceux qui ont des habitudes alimentaires rigides ou encore qui ne cuisinent pas beaucoup ne s'y retrouvent pas toujours. »

ALORS, COMMENT FAIRE?

Équiterre (www.equiterre.org) tient à jour la liste des fermes qui font partie du réseau. Vous pouvez consulter le site Internet pour trouver une ferme ou contacter l'organisme pour recevoir par la poste la liste. Par la suite, il suffit de contacter la ferme livrant à un point de chute près de chez vous. Certaines fermes tiennent au printemps une réunion d'information. Si aucune ferme n'est disponible ou n'offre de livraison dans votre quartier, vous pouvez contacter un producteur local pour voir s'il serait intéressé à faire des paniers ou à ajouter un point de chute. Particulièrement intéressant si vous formez un groupe. Parlez-en aussi autour de vous, quelqu'un connaît sûrement une ferme ASC. Bien sûr, le système des paniers ne convient pas à tous, sans compter que les places restent encore limitées. Sinon, encourager l'agriculture locale et biologique peut aussi se faire en allant acheter au marché ou au kiosque à la ferme, ou même en achetant au supermarché des produits bio d'ici. ♦

STÉPHANIE, DE QUÉBEC



Photo: Stéphanie Groleau

Depuis un an et demi, Stéphanie reçoit des paniers. Elle aime se rendre au point de chute : « En plus d'être près de chez moi, ça me permet de rencontrer des gens du quartier, d'échanger des idées de recettes, de parler avec le propriétaire et de lui dire mes appréciations face au panier. Je peux aussi lui poser des questions. » Différentes raisons amènent cette jeune travailleuse sociale à vouloir des paniers. Sceptique face à la provenance des légumes conventionnels de l'épicerie, déçue même par les légumes biologiques trop souvent suremballés et dispendieux, elle n'achète plus de fruits ni de légumes au supermarché. « J'ai l'impression de participer à un mouvement social; je me sens appartenir à un groupe plus large de gens qui se soucient de l'environnement. Ça rejoint mes valeurs écologiques, car aucun de leurs fruits et légumes n'est emballé. » L'absence de choix ne l'affecte guère. « Ne pas savoir est une agréable surprise pour moi! Je compose simplement mes recettes à partir de ce que je reçois. » Elle sait tout de même que durant l'hiver, c'est plutôt des légumes d'hiver du Québec qu'elle retrouvera dans son panier (carottes, patates, navets, poireaux, etc.). « C'est la nourriture de mes ancêtres et ça me convient comme diversité! » Elle ne gaspille jamais de bons légumes bio. S'il y en a trop, elle les transforme ou les congèle. Au besoin, elle peut aussi acheter d'autres produits au point de chute.

MANON, DE SUTTON



Photo: Stéphanie Groleau

Pour cette mère de quatre enfants, son soutien aux fermes biologiques ne date pas d'hier. Toutefois, la formule des paniers ne lui convient guère. Demeurant tout près du marché public de Sutton, elle va chaque samedi acheter ses légumes biologiques directement au kiosque de la ferme Les Jardins de Tessa. Cette ferme, elle l'encourage depuis le début, toujours impatiente de la voir revenir au marché. En hiver, elle commande leurs légumes racines (offerts toutes les 4 ou 5 semaines). Par le passé, elle a cultivé plusieurs légumes pour son magasin d'aliments naturels. Elle sait désormais ce que représente l'agriculture avec les intempéries, la température, les ravageurs et les 12 heures et plus de travail par jour. Pour la conscience, pour l'enrichissement de la Terre, elle désire encourager les gens qui œuvrent dans cette voie-là.

Ferme Jacques & Lucille Machabée

Légumes bio, bœuf, agneau, lapin

Nous distribuons nos paniers au marché Jean-Talon, à l'Éco quartier Maisonneuve et au Nutri-centre Lasalle.



7, rang Duncan
Saint-Chrysostôme
450.826.3342



l'eau vive
aliments naturels

l'eau vive aliments naturels

248, rue St-Georges
Mt-St-Hilaire (Québec)
J3H 2Y1
t 450.464.5767
f 450.446.5293
eau.vive@bellnet.ca

Prop. Nelly Vidal

Le joyeux casse-tête

« Voilà, c'est décidé, je fais des paniers! » Mais par où commencer? Des dizaines de familles à nourrir, des dizaines d'espèces en culture, une dizaine d'aliments par panier, et le tout sur une période d'une vingtaine de semaines. Pour s'y retrouver et réussir une saison en agriculture soutenue par la communauté, il faut savoir planifier. Voici un aperçu de l'aventure...

PAR STÉPHANE GROLEAU, DTA

DIVERSITÉ D'APPROCHE

CHACQUE FERME a sa façon de procéder, mais tous les agriculteurs partagent un aspect commun : la planification! Celle-ci doit se faire en hiver, car « ce n'est pas le matin même qu'on doit commencer à planifier », soutient Claude Bilodeau, enseignant au Cégep de Victoriaville. Tout doit être prévu, de sorte qu'il ne reste plus qu'à accomplir les tâches. Fait d'autant plus important pour les entreprises ayant plusieurs employés, car cela prévient bien des erreurs et malentendus. Des connaissances en informatique s'avèrent quasi essentielles, compte tenu de la quantité de cultures et de données à considérer. La majorité des producteurs utilisent des logiciels de type tableur (ex. : Excel, Calc¹) afin d'automatiser les calculs. Cela facilite aussi le suivi d'une année à l'autre.

SE POSER DES QUESTIONS

« La première chose à faire, nous dit Claude Bilodeau, enseignant au Cégep de Victoriaville, c'est de connaître notre marché. » Que l'on cultive pour des paniers, pour un marché public ou pour un grossiste, les questions sont toujours : Où? Quand? Quoi? Combien? À quel prix? Plus spécifiquement dans le cas de l'agri-

culture soutenue par la communauté, il faut savoir combien de partenaires nous prévoyons, décider si on fait des paniers d'été ou des paniers d'hiver (ou les deux à la fois), et enfin, déterminer où seront les points de chute.

QUOI CULTIVER?

Pour commencer, on fait une liste de tous les légumes pouvant être cultivés en respectant nos capacités, nos connaissances, notre sol et notre climat. De là, il faut décider la répétition visée de chacun au cours de la saison. Ici, l'expérience personnelle et la connaissance de nos partenaires s'avèrent extrêmement utiles. Les carottes sont appréciées et peuvent revenir souvent, contrairement au bokchoi ou au kale! Toutefois, comment s'assurer qu'à chaque semaine, il y ait suffisamment de légumes pour remplir les paniers? Robert Saint-Arnaud, de la ferme Campanipol, recommande de commencer avec les légumes de base. Sachant qu'à chaque semaine ses paniers contiennent des pommes de terre, des carottes, des liliacées (échalotes, oignons verts, oignons, poireaux) et de la laitue, nous avons déjà une bonne variété de base. Il ajoutera ensuite les légumes selon leur période de récolte : radis en début d'été, épinards en début d'été et début d'automne, mais en fin d'été, navet d'été au début des paniers et navet d'hiver à la fin.

Pour s'y retrouver, un truc consiste à réaliser un tableau affichant la disponibilité pour chaque légume selon le moment de sa récolte et sa durée de conservation (voir tableau 1). Celui-ci aide à définir le contenu potentiel pour chaque semaine.

Par exemple, à la semaine #8 du 13 août, un panier à 20\$ pourrait contenir les légumes suivants (les valeurs sont approximatives et à titre indicatif seulement) :

| Légumes | Quantité | Valeur |
|----------------|------------|----------------|
| Basilic | botte | 1,50\$ |
| Betterave | botte (4) | 1,40\$ |
| Brocoli | 1 unité | 2,10\$ |
| Carotte | botte (6) | 1,50\$ |
| Chou-fleur | 1 unité | 2,40\$ |
| Concombre | 3 unités | 2,25\$ |
| Courgette | 2 unités | 2,00\$ |
| Échalote | botte (10) | 1,40\$ |
| Haricot vert | 200 g | 1,00\$ |
| Laitue | 1 unité | 1,10\$ |
| Poivron | 200 g | 1,00\$ |
| Pomme de terre | 500 g | 0,90\$ |
| Tomate | 500 g | 1,50 |
| Total | | 20,05\$ |

Pour allonger la saison à l'automne ou la devancer au printemps, la culture en serre, les paillis, les bâches ou les tunnels ouvrent

¹ Disponible gratuitement sur Internet avec la suite OpenOffice, <http://fr.openoffice.org>

Tableau 1 Disponibilité de quelques légumes pour les paniers

| Date | juin | | juillet | | | | août | | | | septembre | | | | octobre | | | | novembre | Nombre de semaines | |
|------------------------------------|------|---|---------|----|----|----|------|----|----|----|-----------|----|----|----|---------|----|----|----|----------|--------------------|---|
| | 25 | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | 6 | 13 | 20 | 27 | 3 | 10 | 17 | 24 | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | 5 |
| Semaine | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | |
| Légumes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ail d'automne | | | | | | | R | R | R | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C | C |
| Betterave | | | | R | R | R | R | R | R | R | R | R | R | R | R | R | C | C | C | C | C |
| Carotte | | | | | | R | R | R | R | R | R | R | R | R | C | C | C | C | C | C | C |
| Tomate | | | | | R | R | R | R | R | R | R | R | C | | | | | | | | |
| Haricot | | | R | R | R | R | R | R | R | R | R | R | | | | | | | | | |
| Variétés de légumes dans le panier | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |

R: récolte / C: conservation

de nombreuses portes. Quant au choix des cultivars, l'expérience joue encore pour beaucoup. À la base, il faut tenir compte du nombre de jours sans gel pour s'assurer que le plant aura le temps d'atteindre la maturité. Ainsi, les cultivars hâtifs sont appréciés. Quant aux variétés ancestrales, elles sont moins populaires en raison de leur variabilité (manque d'uniformité, maturité inégale, floraison, résistance à certaines maladies, productivité), mais combien appréciées pour diversifier le contenu des paniers.



Photo : Equiterre

Tableau 2 Calcul de la quantité et de la superficie requises

| | Carotte | Brocoli | Haricot | Tomate |
|---|-----------|---------|---------|--------|
| Quantité par panier | botte (6) | unité | 200 g | 500 g |
| Nombre de fois dans la saison | 4 | 3 | 10 | 8 |
| Quantité totale requise pour un partenaire | 24 | 3 | 2000 | 4000 |
| Nb. de plants requis par partenaire | 24 | 3 | 143 | 5 |
| Nb. de plants pour 30 partenaires | 720 | 90 | 4286 | 150 |
| Nb. total de plants (avec marge d'erreur 50%) | 1080 | 135 | 6429 | 225 |
| Poids d'une graine (en gramme) | 0,0020 | 0,0044 | 0,33 | 0,0033 |
| Nb. total de grammes de graines | 2 | 0,6 | 2143 | 0,8 |
| Espace entre les plants (m) | 0,025 | 0,45 | 0,04 | 0,5 |
| Longueur de rang (m) | 18 | 40,5 | 171 | 75 |
| Espace entre les rangs (m) | 0,3 | 0,75 | 0,75 | 0,9 |
| Superficie requise (m ²) | 5,4 | 30,4 | 128,6 | 67,5 |

COMBIEN?

La quantité de plants à démarrer dépend du nombre de partenaires, de la fréquence de chaque légume dans les paniers et de la grosseur d'une portion (quantité d'un légume donné à un partenaire pour une semaine). Pour ceux qui débutent, il est essentiel d'évaluer le nombre de paniers en fonction de l'expérience plutôt qu'en fonction des revenus visés. Alors, si nous désirons offrir trois brocolis à chaque partenaire au cours de la saison, c'est simple : 3 brocolis x 3 semaines x 30 partenaires. Reste à les semer à répétition ou à semer des variétés qui arriveront à maturité plus tôt et plus tard. Cela se complique avec les tomates ou les haricots. Combien de kilos de tomates par plant? Combien de kilos de haricots par hectare (ou par mètre de rang)? Surtout que la période de récolte s'étend sur plusieurs semaines, con-

trairement à d'autres légumes se récoltant à maturité (carotte, pomme de terre, chou). Dans leur planification, les producteurs de Terra Satis se sont basés sur le rendement théorique pour un hectare, trouvé dans les catalogues de semences, dans les livres d'Yves Gagnon et dans les AgDex. M. Saint-Arnaud précise qu'il faut savoir où nos propres méthodes de pro-

duction se situent par rapport à cette moyenne, et ainsi ajuster les quantités. Ne refaisant pas tous ses calculs à chaque année, il les garde quelque temps puis réajuste.

Une marge d'erreur doit être prévue. Dans le cas d'un producteur chevronné, un nombre de plants supplémentaires de 5 à 10% peut être suffisant. Mais dans le cas d'un nouveau ayant peu ou pas d'expérience pratique, il est préférable de compter 50 à 60% de plus. Reste qu'on aura beau tout planifier, il y a toujours des imprévus, alors mieux vaut en produire un peu plus. Pour ce qui est de la superficie requise, on l'estime à environ une cinquantaine de paniers par hectare.

Le tableau 2 présente quatre exemples de calcul pour estimer la quantité requise de plants et de semences ainsi que la superficie nécessaire. Évidemment, de tels calculs seraient à réaliser pour chacune des cultures.

QUAND?

Reste à savoir quand démarrer les plants et quand les implanter au champ. Le point de départ, c'est la date de récolte pour les légumes. De là l'importance d'avoir une idée sur le contenu possible de chaque panier. En soustrayant la durée de croissance à la date de récolte désirée, on obtient la date de semis (tableau 3). Malheureusement, cette période de croissance est justement la principale difficulté à

Tableau 3 Dates de semis et d'implantation au champ

| | Carotte | Brocoli | Haricot | Tomate |
|------------------------------------|---------|----------|---------|----------|
| Date de récolte désirée | 10 août | | | |
| Maturité en jours | 60 | 80 | 50 | 65 |
| Date d'implantation au champ | 11 juin | 22 mai | 21 juin | 6 juin |
| Nombre de jours en semis intérieur | 0 | 30 | 0 | 49 |
| Date du semis intérieur | | 22 avril | | 18 avril |



déterminer. Une multitude de facteurs influencent cette croissance, rendant plus difficile l'estimation : la luminosité, la chaleur, le taux d'humidité, les stress (le vent, les blessures, les maladies, les carences), la période de l'année et la fertilité du sol. Pour avoir une idée, on tient compte de notre région, de la valeur inscrite dans le catalogue de semences, mais surtout, c'est l'expérience du producteur qui sera la plus décisive. Au fil des ans, une connaissance plus précise de l'environnement et des cultivars permet de raffiner les estimés. Par exemple, sur la ferme Les Jardins de Tessa, un semis de laitues sera réalisé à chaque semaine. Toutefois, la durée de croissance varie de 40 jours au printemps à 30 jours en juillet, puis revient à 42 jours à l'automne.

Avec ces informations, il ne reste qu'à monter le calendrier de production : dates de semis, dates de transplantation, périodes d'acclimatation des plants, dates d'implantation au champ (semis direct et transplantation) ainsi que tout travail de sol, drageonnage, tuteurage, etc. La prise de notes tout au long de la saison s'avère essentielle pour planifier la saison suivante. Ainsi, le calendrier de production prévu devrait être assorti d'un calendrier de réalisation de manière à consigner les dates de réalisation. Enfin, pour ceux qui suivent le calendrier biodynamique, toutes les dates doivent être ajustées selon les périodes propices aux légumes racines, feuilles, fleurs et fruits.

PRÉPARER LES PANIERS

En cours de saison, un suivi régulier des cultures permet de juger ce qui doit être récolté immédiatement et ce qui peut encore attendre quelques jours. Par exemple, le brocoli ou le chou-fleur monteront en fleur si on les fait attendre ; mais les carottes ou les bettes à carde patienteront peut-être. Pour M. Saint-Arnaud, « un bon entrepôt réfrigéré permet une grande marge de manœuvre. En effet, si des légumes sont prêts avant la date de livraison, on a la chance de les récolter et de les garder quelques jours au frais. Cela évite des pertes. Par exemple, si des laitues s'apprentent à monter en

graine, elles peuvent toutes être récoltées et conservées au frigo quelques jours, tout comme les surplus de betteraves qui, eux, seront mis dans les paniers la semaine suivante ou même trois semaines après. Et si, une semaine, il n'y a pas assez de stock, il est possible de mettre plus de patates dans le panier : celles-ci se garderont pour l'autre semaine. »

Enfin, l'ASC est une formule qui permet, grâce à la diversité de ce qui est cultivé, de remplacer un légume qui donne de moins bons rendements une saison par un autre plus abondant. Elle permet aussi d'éduquer les partenaires à la réalité de l'activité agricole, au risque qu'apporte chaque saison, et de partager au besoin avec le groupe une partie des aléas de Dame Nature. Malgré tout, advenant une difficulté à combler le contenu des paniers, certaines fermes décideront d'acheter ou de faire des échanges

entre fermes ASC. En fait, de tels partenariats s'avèrent très intéressants. Comme on le constate, la planification d'une saison ASC comporte une multitude de composantes. D'autant plus qu'avec la diversité des tâches et des cultures, les coûts de production sont éparpillés sur l'ensemble des opérations. Il devient alors particulièrement difficile de connaître la valeur réelle d'un aliment. Certaines fermes optent alors pour définir la valeur du panier selon les charges globales de l'entreprise ; alors que d'autres s'inspirent des prix des légumes sur le marché. Pour simplifier ce casse-tête, une avenue possible serait le regroupement d'agriculteurs afin que chacun se concentre sur cinq ou six cultures. Et pour terminer, après ces jours et semaines de planification, il ne reste plus qu'à espérer que Dame Nature fasse partie de nos partenaires! ♦

Solidarité agricole

« La Mauve est née d'un besoin des producteurs et des gens concernés par l'agriculture et les habitudes de consommation », nous dit Hubert Pelletier-Gilbert, cofondateur de cette formidable coopérative de solidarité dans le comté de Bellechasse. Offrant des paniers de fruits, légumes, œufs, fromages et viandes provenant d'une trentaine de producteurs locaux, elle permet à des micro-fermes et à des fermes spécialisées d'accéder aux marchés...

PAR STÉPHANE GROLEAU

BEAUCOUP DE PRODUCTEURS LOCAUX sont déjà membres de La Mauve, et il s'en ajoute de nouveaux chaque année. La priorité va toutefois aux offreurs de produits non encore disponibles. On compte 35 membres utilisateurs (les producteurs) : des producteurs maraîchers, laitiers, des éleveurs, des producteurs de petits fruits, des serriculteurs. La mission de cette coopérative est simple : favoriser le développement durable régional en agriculture. Ses activités se répartissent en trois volets, soit la mise en marché des produits (paniers et magasin), l'éducation populaire (organisation des Fêtes des semences, de la Fête de la Moisson et tenue d'ateliers), l'offre de parcelles de culture.

DES PANIERS SOLIDAIRES

Chaque hiver, les producteurs se réunissent pour planifier la saison à venir et évaluer, ensemble, les besoins pour combler les paniers. Ensuite, en sous-groupes (élevage, maraîchage et produits transformés), ils font une liste de tous les produits nécessaires. En maraîchage, par exemple, ils auront besoin cette année de 30 légumes différents. Les producteurs se répartissent alors les



La coopérative La Mauve, une affaire de partenaires

cultures dans la mesure de leur capacité. Deux fermes peuvent s'engager à produire 3000 livres de carottes, l'une en cultivera 2000 livres et l'autre 1000. Ainsi, même s'ils sont théoriquement en compétition, car chacun a entre 60 et 100 paniers, ils s'assoient à la même table pendant deux à trois heures pour collaborer. Selon Hubert : « Il semble qu'une production de 100 paniers soit une certaine limite si l'on veut rester petit. Sinon, on doit avoir plusieurs employés et alors on change de registre. Mais pour un producteur, il est plus facile de faire une culture supplémentaire ou de cultiver en plus grande quantité de un ou deux légumes pour

alimenter ce marché vendu à l'avance. » Les producteurs se présentent à tour de rôle aux points de chute au cours des saisons.

Au départ, ce système de paniers composés s'est bâti à l'aide des surplus de légumes retrouvés chez les producteurs locaux. Par exemple, un producteur faisant des paniers avait quelques surplus de tomates qu'il exportait aux États-Unis. Aujourd'hui, La Mauve distribue 100 paniers à l'année longue et vise 150 pour l'été qui vient. Les partenaires ont le choix entre un panier végétarien ou un panier avec viande. Les paniers d'hiver sont livrés à l'un des quatre points de chute une fois aux deux semaines, alors qu'en été, ils sont hebdomadaires. Ce système diffère toutefois du réseau ASC d'Équiterre, car bien que les fruits et légumes soient biologiques, certains produits transformés, grains ou viande, ne le sont pas. Les valeurs écologiques et sociales imprègnent toutes les décisions, comme leur camion de livraison à faible consommation d'essence qui sera éventuellement alimenté de biodiesel. D'ailleurs, La Mauve aimerait soit en produire, soit intégrer un réseau de distribution de carburant alternatif.

VOLET JARDIN

Dans la localité de Beaumont, La Mauve possède un terrain de 12 hectares, dont environ 4 hectares sont divisés en parcelles de 100 pieds sur 100 pieds. Ces parcelles certifiées biologiques peuvent être utilisées comme banc

d'essai ou encore pour tenir une petite production commerciale. L'organisme d'aide alimentaire Le Grenier, basé à Lévis, utilise d'ailleurs une parcelle pour cultiver des légumes qui s'ajoutent aux paniers d'aide alimentaire pour les gens défavorisés et les cuisines collectives.

L'ORIGINE

Au départ, La Mauve était un organisme à but non lucratif axé sur l'éducation, le changement des habitudes de vie, l'herboristerie, et offrait des parcelles de culture. Ayant pour but d'offrir une vitrine pour les petits producteurs locaux, l'élaboration du plan d'affaires révéla qu'une coopérative serait plus appropriée pour les producteurs. Constituée à l'hiver 2002, la coopérative acheta la boucherie du village de Saint-Vallier, dont le propriétaire prenait sa retraite. Cela a permis à son fils de prendre la relève, sans

toutefois travailler seul. Une partie du bâtiment fut transformée afin d'ajouter des produits alternatifs (produits du terroir, produits biologiques), et la politique d'achat de la boucherie fut réorientée de manière à offrir des viandes locales et moins connues, plutôt que d'importer ses produits de l'Ouest canadien. La première année fut difficile, car le changement d'administration de la boucherie fit craindre à la population de Saint-Vallier une réorientation « grano ». Néanmoins, la principale difficulté fut la reconnaissance par la région. Ironiquement, ils gagnèrent le concours québécois en entrepreneurship au niveau provincial, mais n'avaient pas encore à l'époque l'appui du CLD local. Malgré tout, les entrepreneurs foncèrent, et trois ans plus tard, le CLD était avec eux. Modèle à découvrir, et à reproduire, les fondateurs espèrent l'essaimer un peu partout au Québec et restent ouverts à partager leur expérience. ♦

Coopérative La Mauve



Coopérative de solidarité en développement durable de Bellechasse La Mauve

348, rue Principale,
Saint-Vallier-de-Bellechasse, Québec, G0R 4J0

Téléphone : 418.884.2888

Courriel : lamauve@globetrotter.net

D'autres avenues...

LA SANTÉ DES TOUT-PETITS

« 80% de la charge corporelle en pesticides des enfants est due à l'exposition alimentaire, c'est-à-dire provenant des aliments qu'ils consomment. » peut-on lire dans le guide *Pourquoi et comment devenir une garderie bio?* d'Équiterre. Lancé en 2002 comme projet pilote, ce programme vise à « faciliter l'approvisionnement des centres de la petite enfance (CPE) en aliments biologiques et locaux ainsi qu'à sensibiliser les enfants et les adultes autour d'eux aux diverses facettes de l'activité agricole et à ses liens avec la santé et l'environnement. » Ainsi en 2005, 37 CPE et services de garde en milieu familial dans huit régions du Québec se procuraient des légumes biologiques

directement d'un producteur local (www.equiterre.org/agriculture/garderieBio)

ET ENCORE...

Inspiré par les initiatives britanniques « Farm to School » et « Farm to Hospital », Équiterre désire maintenant élargir son concept de garderie bio aux hôpitaux et aux écoles. En 2005, la première année d'un projet pilote d'une durée de 2 ans visant à offrir des légumes bio à des cuisines collectives fut un succès. (www.rccq.org/autonomie/ferme.html)

À QUAND LES FORESTIERS DE FAMILLE?

Être partenaire et supporter un producteur peut aussi bien se faire dans le domaine de la foresterie. S'approvisionner directement auprès de producteurs forestiers respectueux de l'écosystème est déjà une réalité en Europe. « En

Suisse comme en France, des gens vont chez le producteur et choisissent parmi les arbres disponibles. » nous dit l'écoforestier

Bob Eichenberger. Cette vente directe est bénéfique autant pour le producteur que pour la forêt, particulièrement lorsqu'elle est accompagnée d'une deuxième et troisième transformation du bois (sciage, planage, pièces travaillées). En plus d'ajouter de la valeur à la ressource, cela réduit les intermédiaires et permet

de couper moins d'arbres pour gagner tout aussi bien sa vie. La certification forestière Nagaya, telle qu'appliquée à la Windhorse Farm (www.windhorsefarm.org) dans la forêt acadienne en est un bel exemple. Depuis 165 ans, leur forêt fait vivre six travailleurs à l'année grâce à une gestion écologique, une transformation sur place et une vente directe. Ils ouvrent ainsi la voie à des « forêts supportées par la communauté ». ♦



Photo: Équiterre

LE MOT DU PRÉSIDENT

CAROL VACHON
ASSOCIATION MANGER SANTÉ BIO

En mars, l'Expo Manger santé a déroulé son tapis rouge à l'alimentation saine pour une neuvième fois à Montréal et une sixième à Québec. Quels beaux moments de rencontre et de partage avec une clientèle qui présente chaque fois de nombreux nouveaux visages en plus des irréductibles qui semblent les avoir motivés. Le grand rêve de Renée Frappier continue de s'inscrire dans les habitudes d'un plus grand nombre d'enthousiastes, car l'affluence s'est encore accrue cette année, promesse d'un avenir meilleur pour la santé. Mais il faut savoir être patient : les mentalités ne changent pas aussi vite que nous le voudrions.

QUE FAIRE DES THÉORIES ALIMENTAIRES?

PAR CAROL VACHON, PRÉSIDENT
ASSOCIATION MANGER SANTÉ BIO



NOUS OBSERVONS PRÉSENTEMENT une volée de critiques contre l'industrie de la malbouffe. Mais nous ne faisons que commencer à prendre toute la mesure du désastre pour la société en termes de perte de bien-être, de désorganisation – par exemple, par l'absentéisme au travail – et enfin des coûts astronomiques du système de santé qui est littéralement en train de bouffer l'État. Plus encore, nous avons été systématiquement conditionnés à cette bouffe par une promotion publicitaire aussi efficace qu'incessante.

Face à cela vient inévitablement la question « Qu'est-ce que je dois manger? » et le questionnement sur les nombreuses théories alimentaires qui nous sollicitent. Conséquence, on entend parfois parler d'« ayatollahs du bien manger » ou encore de critiques qui parlent de théories farfelues nous promettant le bien-être garanti. Tout en constatant que ces critiques ont parfois du bien-fondé, pourquoi ne pas faire le point sur le sujet en nous plaçant du bout positif de la lorgnette, soit en regardant les bons points des théories alimentaires, mais en ne manquant pas de soulever certains pièges. Le premier est sûrement d'oublier notre individualité, car nous n'avons pas tous le même métabolisme. Voici quelques idées.

LES MEILLEURES THÉORIES DU MONDE... EN MODE CONTRADICTOIRE

Issu du milieu scientifique, j'ai fait mon entrée dans le monde des approches naturelles avec l'approche Kousmine, qui fait beaucoup appel à la consommation de crudités. Cela m'a fait grand bien, mais ce concept semble en contradiction avec la macrobiotique, que je respecte, mais qui propose de cuire à peu près tout.

S'appuyant sur une logique orientale, des promoteurs de la macrobiotique affirment que la vie stressante de notre époque affaiblit la digestion, et qu'il faut épargner celle-ci en dégoûdissant les aliments par une cuisson modérée. Cela se tient d'autant plus que j'avais moi-même remarqué ne pas être porté spontanément vers les crudités lorsque stressé. Un bon potage chaud me paraissait beaucoup plus invitant. Cette observation se vérifie ample-

ment chez d'autres individus (car il n'est pas prudent de généraliser à partir de cas particuliers).

LA MÉDECINE COMME ARBITRE

La *Ciba Collection of Medical Illustrations* (vol. 3, partie II, 1973), le manuel médical de base d'anatomie de tout étudiant de médecine, mentionne justement à la page 139 que le stress fragilise la muqueuse digestive aux agents stressants. Les crudités, avec leurs fibres intactes et abrasives, peuvent être considérées comme des agents stressants pour une muqueuse gastrique et intestinale devenue sensible par suite du stress. Une cuisson modérée dégoûdit les crudités : en effet, n'est-il pas plus facile de prendre un chow mein (cuit croustillant) qu'une même quantité de légumes crus? Ce faisant, les Asiatiques se trouvent à consommer une plus grande quantité de bons aliments minéralisants, une protection de plus contre l'ostéoporose.

Toutefois, allons plus loin : pourquoi le problème des crudités ne viendrait-il pas également de ce que nous les mangeons froides, ce qui affaiblit d'autant plus l'estomac? De plus, l'hiver, il est cocasse de nous voir nous geler les mains à laver notre laitue à l'eau glacée du robinet pour la garder supposément « croustillante ». Alors, il est préférable de remplir le plat à salade d'eau tiède ou d'un peu chaude pour y laver et réchauffer les légumes que nos frigos performants maintiennent bien trop froids pour une consommation immédiate. Dans ma pratique de consultant en santé, ce conseil a soulagé bien des estomacs et intestins, en particulier chez ceux rapportant ne pas bien tolérer les crudités. C'est encore plus vrai en hiver, alors que nous sommes peu portés à manger froid, contrairement à l'été. Même Brian Clement, le directeur de l'Institut Hippocrate, en Floride, qui soigne la maladie par les aliments vivants donc crus, reconnaît que la situation est différente ici sous les latitudes nord.

HISTOIRES DE POMMES COMBINÉES

Mastiquer chaque bouchée 50 fois? Encore un coup de la macrobiotique! Pourtant, trouvez quelqu'un de calme, donnez-lui une pomme

Alimentation

fraîche à croquer dans la détente et à n'avaler que lorsqu'il sentira que chaque bouchée est vraiment adéquatement broyée. Vous aurez des scores de 50. C'est mon cas. Et c'est le meilleur yoga qui existe puisqu'il se pratique trois fois dans la journée. À les voir manger, certains ne sont sûrement pas portés à yoga...

Enfin, une pomme fraîche au dessert peut alourdir la digestion. Les observations sont nombreuses. Il y a d'autres conséquences pour l'organisme en termes d'acidité, de troubles de la peau, etc. Peu importe les explications, pour de nombreux individus, il semble que les fruits ne doivent pas se prendre au dessert, mais plutôt à la collation ou avant le repas. Des fruits comme le raisin semblent plus « faciles à passer » que d'autres au dessert. Également, les fruits sont mieux tolérés au dessert lorsqu'ils sont cuits.

Cette idée d'éviter les fruits au dessert est un des conseils des « combinaisons alimentaires », l'approche du Dr Shelton, dans le but d'améliorer la digestion. On recommande également de dissocier protéines (viandes, fromages...) et féculents (céréales, pâtes, patates...). Donc, à l'eau les steaks-patates ou le poulet-riz! Difficile à concilier avec nos vieilles habitudes alimentaires, mais cela peut en aider certains à perdre du poids (ce n'est pas garanti). À l'opposé, d'autres, montrant une taille de guêpe, risquent de se retrouver dans un guêpier à vouloir alléger leur digestion ainsi de façon systématique. Ces gens n'ont pas le même métabolisme que les fortes tailles et pourraient se retrouver considérablement vidés de leur énergie et à l'hôpital, comme j'en ai déjà vu. À appliquer avec modération ou avec une variante, dite du « déséquilibre » : prendre un repas riche en protéines, mais accompagné de peu de féculents, ou l'inverse, ce qui semble encore efficace pour alléger la digestion.

LA CRÈME BUDWIG POUR OU CONTRE L'ESTOMAC EN FORME

Il faut le répéter, prendre un gros souper, surtout s'il est tardif, c'est comme demander à votre estomac de faire son plus grand effort de la journée au



moment où il est le plus fatigué. La rançon peut être significative : mauvaise nuit, stress accru ressenti au lever et résistance à prendre un bon déjeuner puisque nos tripes ne se seront pas remises de leur effort tardif de la veille. Ce n'est sûrement pas le temps de prendre une crème Budwig de la doctoresse Kousmine, qui ajoutait toujours le conseil de ne pas la prendre le lendemain matin d'un gros souper, au risque de susciter des irritations intestinales, une surcharge du foie, etc., en n'oubliant pas que cette préparation culinaire est absolument géniale du point de vue nutritionnel.

UN GUIDE ALIMENTAIRE PAR LA VOIE SANGUINE

Cela fait référence à l'approche du naturopathe Peter J. D'Adamo dans son livre 4 groupes sanguins, 4 régimes, qui souligne des faits bien réels : un individu d'un groupe sanguin donné ne choisira pas les mêmes aliments que celui des autres groupes parce que chacun a des aliments bénéfiques, neutres ou à éviter, qui diffèrent de ceux des autres groupes. Bénéfices escomptés : perte de poids, digestion améliorée, meilleur sommeil, lutte au diabète, etc. Et ça marche, à différents degrés!

Il reste que, pour un individu donné, il est mieux de faire ses propres expériences, car il y a une réalité incontournable : nous n'avons pas tous le même métabolisme. Pourquoi? Tout simplement parce que notre fonctionnement est modulé par divers aspects de l'existence. Par exemple, je suis peut-être de groupe sanguin O avec son métabolisme propre, mais celui-ci est concrètement modulé par mon émotivité (en bonne partie déterminée par mon vécu familial), ma date de naissance (la macrobiotique se base beaucoup là-dessus), etc. Et c'est là que se trouve la sagesse de la modération : je ne crois pas qu'une théorie alimentaire puisse tout expliquer, de sorte que, même s'il peut être bénéfique de se laisser guider par des théories, il est préférable de ne pas les prendre à la lettre et de faire ses propres observations. ♦

Association MANGER SANTÉ

20^e anniversaire NE MANQUEZ PAS

www.mangersantebio.org

Association MANGER SANTÉ

5^e SOIRÉE CONFÉRENCE :

« La nutrition et le cerveau: mémoire, concentration... »

bio



HÉLÈNE BARIBEAU,
MSC., D.T.P. DIÉTÉTISTE-NUTRITIONNISTE
CHEZ ALIMENTS DE SANTÉ LAURIER,
QUÉBEC, CHRONIQUEUSE

MONTREAL, Mercredi le 3 mai 2006



NATHALIE VERRET,
DIÉTÉTISTE ET NUTRITIONNISTE CLINICIENNE.
FORMÉ LES INTERVENANTS POUR LES CPE.

QUÉBEC, Mercredi le 10 mai 2006
SOREL-TRACY, Mercredi le 17 mai 2006



Vitalité Québec



de 19h
à 21h30

• MONTRÉAL Collège Maisonneuve, 3 800, Sherbrooke Est, Local-4420 (métro Pie IX) • QUÉBEC Hôtel Universel, 2300, Chemin Sainte-Foy (Face à l'université) • SOREL-TRACY Marché Richelieu du Vieux-Sorel, 28, rue du Roi

INFO & INSCRIPTION: 514 332-1005 • 1 866 336-1005

Bienvenue à tous!

Membres: 105 Non-membres: 155 Tarif jeunesse: 55

Recettes...

TREMPETTE AU TOFU OU AUX POIS CHICHES

(donne deux tasses)

- 1 tasse de tofu soyeux ou de pois chiches
- 1/4 tasse de mayonnaise
- 1/4 tasse de yogourt nature
- 2 c. à table d'échalotes hachées
- 2 c. à table de poivron rouge haché
- 1/2 c. à thé de curcuma (saveur et couleur)
- Ail, sel, poivre et persil au goût

Homogénéiser le tout au mélangeur. Ajouter du yogourt pour une consistance plus claire.

SALADE DE RIZ ET DE POIS CHICHES

(donne quatre portions)

- 4 c. à thé d'huile pressée à froid
- 4 c. à thé de vinaigre de cidre (ou de vin)
- 1/2 c. à thé de sel
- Basilic et thym au goût
- 2 tasses de riz entier court cuit
- 2 tasses de pois chiches cuits
- 1/2 tasse d'oignon cru émincé
- 2 poivrons verts en cubes
- 2 tomates moyennes en cubes

Dans un bol de dimensions moyennes, mélanger l'huile, le vinaigre, le sel et les fines herbes. Ajouter le riz, les pois chiches et l'oignon émincé. Mélanger et laisser mariner au frigo une heure au moins. Au moment de servir, ajouter les tomates et le poivron.

BON APPÉTIT!



Recettes...

RIZ AU SÉSAME ET AU TOURNESOL

(donne six portions)

- 1 c. à table d'huile pressée à froid
- 1 tasse d'échalotes hachées
- 1 1/2 branche de céleri haché
- 2 c. à table de graines de tournesol
- 2 à table de graines de citrouille
- 1/4 de tasse de graines de sésame fraîchement moulues
- 1 1/3 tasse de riz court cuit
- 1/2 tasse de raisins de Corinthe secs
- 1/4 c. à thé de sel de mer
- 1/2 c. à thé environ de gingembre moulu
- 1 tasse de fromage coupé en cubes

Cuire le riz. Mélanger tous les ingrédients sauf le fromage et mettre dans un plat badigeonné d'huile. Couvrir du fromage. Cuire 15 minutes à 350 °F.

GOURMANDISES CROQUANTES

(donne 15 à 20 bouchées)

- 1/2 tasse de pruneaux secs dénoyautés et hachés
- 1/2 tasse de raisins secs
- 1/2 tasse de dattes dénoyautées et hachées
- 1/4 tasse noix de coco râpée
- 1/4 tasse de noix de Grenoble hachées
- 1/3 tasse noix de Grenoble hachées pour enrober

Cuire 10 minutes à la vapeur les pruneaux, les raisins, les dattes et la noix de coco. Écraser au pilon, laisser refroidir, puis ajouter 1/4 de tasse de noix. Bien mélanger.

Façonner en boulettes de 2 cm (3/4 de pouce), rouler dans le reste de la noix de Grenoble et placer deux heures au frigo.

Les produits céréaliers biologiques près de chez vous.



Homestead Organics

Berwick, Ontario K0C 1G0
(2 heures de Montréal)

Sans frais : 1.877.984.0480
www.homesteadorganics.ca

Moulées pour les animaux de ferme :

- ✓ Volailles, chèvres, porcs et vaches
- ✓ Moulées complètes avec minéraux
- ✓ Recettes maison ou sur mesure; en poche ou en vrac
- ✓ Grains, suppléments et produits de santé animale
- ✓ Engrais biologiques et minéraux pour le jardin et la ferme

Nos détaillants au Québec :

- > Le Magasin du cultivateur, Saint-André-Avelin, 819.983.2331
- > Les Moulins BGL, Saint-André-Argenteuil & Saint-Marc-sur-Richelieu, 450.537.3774
- > La Ferme des Prés, Sainte-Marie-Salomé, 450.754.3307
- > Clarke & Fils, Lennoxville, 819.562.9444
- > Windmill Point Farm, Île-Perrot 514.453.9757
- > Distribution Amibouff, Rouyn-Noranda, 819.797.2564, La Sarre, 819.333.8790
- > Meunerie Deux-Montagnes, Saint-Eustache, 450.473.4637
- > Les animaux domestiques Quinn, Magog, 819.843.9601
- > Centre agricole Sainte-Justine, Sainte-Justine de Newton, 450.764.3403

Nous achetons les récoltes céréalières :

- ✓ Entreposage, séchage, criblage, mise en marché
- ✓ Soja, maïs, blé, orge, avoine, seigle, sarrazin

ÉCOLO-NATURE



Approuvé pour l'agriculture biologique par Garantie Bio-Ecocert et OMRI

ANALYSE MINIMALE GARANTIE

| | | | |
|------------------------------------|-------|-------------------------------|--------|
| Azote totale | 5,00% | Magnésium (Mg) | 0,50% |
| Azote soluble à l'eau | 2,50% | Fer (Fe) | 0,20% |
| Azote insoluble à l'eau | 2,50% | Manganèse (Mn) | 0,05% |
| Acide phosphorique assimilable | 6,00% | Zinc (Zn) | 0,05% |
| Potasse soluble (K ₂ O) | 3,00% | Composition organique minimum | 50,00% |
| Calcium (Ca) | 9,00% | Teneur maximale en humidité | 20,00% |

Produits organiques Écolo-Nature, une division de Les Œufs d'Or inc., a développé une toute nouvelle technologie consistant à transformer le fumier des poulettes et des pondeuses en fertilisant.

Le fumier de volaille provenant de la ferme Les Œufs d'Or inc. est mis en compost afin de produire un fertilisant organique de haute qualité et entièrement naturel. Écolo-Nature est un engrais vert par excellence.

ÉCOLO-NATURE

- améliore la fertilité de votre sol en augmentant sa porosité;
- accroît la capacité de rétention des minéraux fournis par le fertilisant;
- augmente la concentration des matières organiques;
- ajoute au sol des micro-organismes pendant qu'il active la source d'aliment pour ceux déjà existants.

Écolo-Nature est tout indiqué pour la production horticole, les cultures maraîchères et pour les grandes cultures biologiques. Il est aussi recommandé pour les jardins et les gazons.

FACILE À MANIPULER ET NE DÉGAGE QUE TRÈS PEU D'ODEUR.

APPROUVÉ PAR DES ORGANISMES BIOLOGIQUES
LIVRAISON DISPONIBLE PARTOUT AU QUÉBEC

LES ŒUFS D'OR INC.
34, rue Chénier
Val-d'Or (Québec) J9P 3S3
Tél : 819.824.4419
Fax : 819.824.4418
www.ecolo-nature.com

CONTACTEZ-NOUS!

PRODUITS LAITIERS BIOLOGIQUES
ISSUS D'UNE AGRICULTURE RESPECTUEUSE DE L'ENVIRONNEMENT





**BIOlogique
Organic**

Découvrez notre vaste gamme de produits biologiques dont nos produits sans lactose et nos fromages au lait cru.

www.fromagerieancetre.com
1615, boul. Port-Royal Bécancour (Qc) G9H 1X7 Tél.: 819.233.9157



Une certification qui nous appartient...
depuis 10 ans!

Pour une certification empreinte de qualité et d'équité

Nous sommes un organisme québécois accrédité selon le système ISO 65 et notre certification est reconnue partout en Amérique du Nord.

Chez Québec Vrai, nous avons à cœur de bien servir nos membres et nous sommes à l'écoute de leurs préoccupations et de leurs besoins.

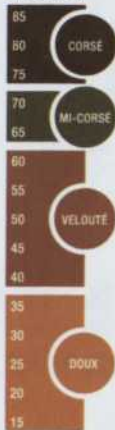
Exigez la certification Québec Vrai, l'assurance d'un produit biologique authentique.



www.quebecvrai.org
Tél. : (819) 289-2666
Télec. : (819) 289-2999
info@quebecvrai.org
390, Principale, Ste-Monique (Québec) J0G 1N0

*De la Colombie à l'Éthiopie,
nos 24 cafés biologiques et équitables
sont disponibles en grain ou moulu.*

**INDICE
NAPOLEON**



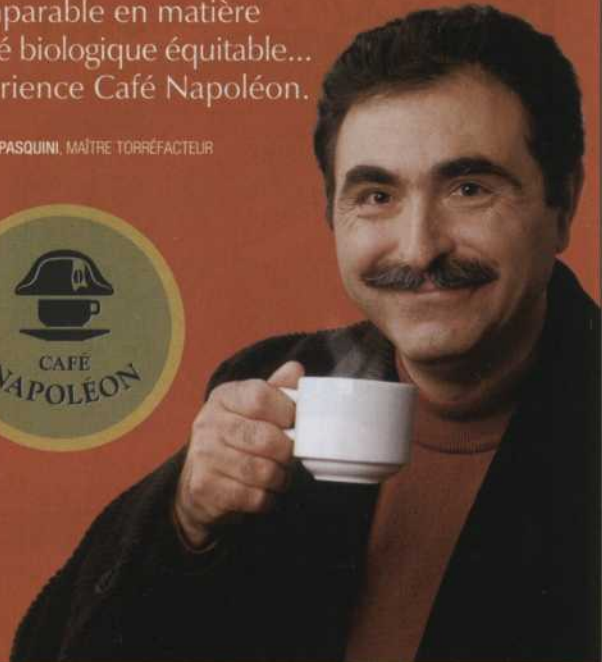
Nouveau!

Pour vous aider à choisir vos mélanges, Café Napoléon a créé l'Indice Napoléon qui évalue leur intensité selon trois critères : l'origine des grains de café, le degré et la durée de torréfaction ainsi que la nature du mélange des grains. Plus l'indice est élevé, plus le goût du mélange est prononcé.



Offrez-vous une expérience incomparable en matière de café biologique équitable... l'expérience Café Napoléon.

— UMBERTO PASQUINI, MAÎTRE TORRÉFACTEUR



RENSEIGNEMENTS ET COMMANDES

MONTRÉAL Gérard Kelly 514 366-2233 1 800 476-2105 (sans frais)
QUÉBEC Bernard Tardif 418 872-0303

cafenapoleon.com



PARLONS RÉCHAUFFEMENT

Est-ce que les changements climatiques auront un impact sur notre façon de jardiner? Jaf-ver, Con-nouille et Chimi-beille interrogent des experts pour en savoir plus à ce sujet. Voyons ce qu'ils ont recueilli...

PAR JULIEN MCDUFF

ILLUSTRATIONS PAR RAPHAËL HÉBERT



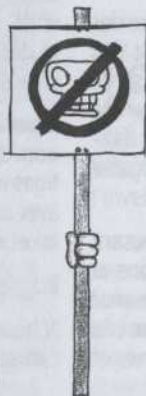
Jaf-ver Pour répondre à cette question, nous avons demandé à M. Sentinelle de faire des recherches avec nous sur le site du Centre québécois d'action sur les changements climatiques, au www.changementsclimatiques.qc.ca. Il y a une question qui me préoccupe beaucoup: c'est l'augmentation de la température. Vous savez, nous, les vers de terre, nous respirons par la peau, et s'il fait plus chaud, cela pourrait nous causer un problème.

M. Sentinelle Globalement, les experts croient que les changements climatiques signifieront pour le sud du Québec, d'ici la fin du siècle, selon un scénario moyen d'augmentation des températures, une hausse en été de 2 à 3°C et en hiver de 3 à 4°C. Les précipitations selon ce scénario augmenteraient de 0 à 5% en été et de 10 à 20% en hiver, tombant sous forme de pluie ou de neige.

Jaf-ver Si je comprends bien, M. Sentinelle, cette augmentation se fera de façon graduelle, et vous, les humains, et nous, les habitants de vos jardins, aurons le temps de nous adapter à ces changements. Par contre, du fait que j'habite un jardin autofertile, celui-ci subira moins rapidement ce réchauffement puisqu'il est recouvert d'un paillis qui aide à conserver l'humidité au sol.

M. Sentinelle Tu as bien compris, Jaf-ver. Cependant, il faut que tu réalises que même si tu habites un jardin autofertile, cela aura un impact, et qu'il faut regarder les causes de ce réchauffement afin de trouver des solutions permanentes.

Chimi-beille Bon! Regardez Jaf-ver paniquer, alors que ce qui se passe, c'est normal. Laissez-moi vous relater ce que les experts disent: le réchauffement de la planète vient des gaz à effet de serre (GES) qui sont la vapeur d'eau (H₂O), le dioxyde de carbone (CO₂), le méthane (CH₄), l'oxyde nitreux (N₂O), l'ozone (O₃), les hydrofluorocarbures (HFC), les perfluorocarbures (PFC) et l'hexafluorure de soufre (SF₆). Ils proviennent de sources variées et sont injectés et retirés de l'atmosphère selon des cycles de durée variable. Dans des conditions normales, les mécanismes naturels qui retirent les GES de l'atmosphère agissent au même rythme que ceux qui les y injectent. Donc, l'effet de serre demeure stable.



M. Sentinelle C'est bien, Chimi-beille. Cependant, ce qui se produit actuellement est un peu différent: le CO₂ de certaines activités humaines, notamment celles impliquant la combustion de combustibles fossiles comme le charbon, le pétrole ou le gaz naturel rejetés dans l'air ne peut être absorbé qu'à environ 50% par les océans et les processus terrestres. L'autre moitié contribue à l'augmentation de la concentration de ce gaz à effet de serre dans l'atmosphère terrestre.

Con-nouille Je comprends un peu mieux le processus. Maintenant, est-ce que cela aura un effet sur la biodiversité de notre planète? Parce que vous savez, quand nous, les grenouilles, nous disparaissions de vos étangs, c'est que ceux-ci sont très pollués.



M. Sentinelle Tu as raison d'être inquiète, Con-nouille, car plusieurs espèces adaptées à des conditions très précises risqueront de disparaître puisque les variations de température ou de précipitations affecteront leur environnement de vie. Les espèces nordiques seront les plus touchées; des écosystèmes complets pourraient disparaître.



Con-nouille Je ne voudrais pas que nous, les grenouilles, disparaissions, car nous contribuons à maintenir un certain équilibre sur cette planète. Est-ce que les humains mettent des moyens en place pour inverser ce processus ou en diminuer les effets?

M. Sentinelle Oui, il y a beaucoup d'alternatives qui sont analysées, et nous explorerons pour vous le mois prochain pour savoir comment le protocole de Kyoto pourrait aider à résorber cet effet de serre sur notre planète.

Aussi, le mois prochain, en répondant correctement à certaines questions posées par les habitants de nos jardins dans le *Bio-bulle* #67 (avril 2006), vous pourrez gagner un abonnement au RJÉ. C'est à suivre! ♦



NOS ALLIÉS RÉPONDENT À VOS QUESTIONS!

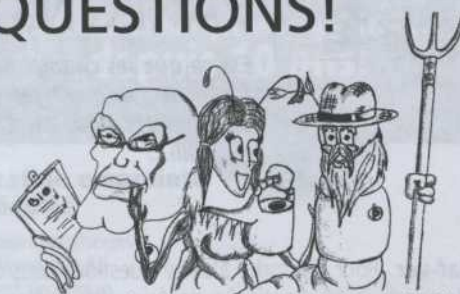
VOICI LA QUESTION DE CE MOIS-CI

J'ai beaucoup d'herbe à puce sur mon terrain, et une de mes filles est allergique et souffre énormément. Mon conjoint veut mettre un herbicide. J'aimerais savoir s'il existe une méthode qui soit à la fois écologique et très efficace.

Jaf-Beille La première chose à faire pour votre fille, c'est de prendre des produits naturels pour améliorer son système immunitaire. L'ail est très recommandé comme antibiotique naturel. Vous pouvez aussi utiliser la rudbeckie, l'hydraste du Canada et de bonnes bactéries amicales comme *Acidophilus/Bifidobacterium*. N'oubliez pas un produit que nous fabriquons pour vous, nous les abeilles, et qui est très prisé : c'est la gelée royale.

Con-ver L'herbe à puce est une plante contenant une toxine causant au contact de la peau une dermatite avec rougeurs, démangeaisons et parfois plaies suintantes. Nous, les vers, n'avons pas de problème avec cette plante, mais vous, les humains, en avez. Il est important de ne pas brûler cette plante, car les émanations peuvent transporter les toxines et

pourraient être absorbées par les voies respiratoires et déclencher une crise sévère.



La rubrique présidentielle

Chimi-nouille Un bon moyen de contrôler l'herbe à puce sans l'utilisation d'herbicides est de travailler le sol régulièrement et d'enlever les tiges et les racines de la plante. Une autre façon est de couvrir les plantes avec un vieux tapis ou un plastique noir résistant pendant au moins un an et de s'assurer de couvrir le sol jusqu'à 2 mètres autour de la plante.

Bonne chance, et donnez-nous des nouvelles!

N'hésitez pas à nous faire parvenir vos questions à l'adresse courriel suivante : xy54jul@cgocable.ca



FORMATION EN CULTURE BIOLOGIQUE

Jardinage autofertile (JAF) et Permaculture / session 2006

SI VOUS DÉSIREZ VOUS INSCRIRE à une des activités de formation ou organiser un nouveau groupe, vous pouvez communiquer directement avec le responsable de votre région ou avec nous pour obtenir de l'aide en téléphonant à Réjean Roy au 819.396.0266, par courriel à sevades@9bit.qc.ca. Visitez le site du RJE : www.rje.qc.ca Les activités de formation sont d'une durée de 6 heures, et le coût varie d'un endroit à l'autre selon le nombre de participants. L'inscription est obligatoire.

| Région | Personne responsable | Dates de la formation |
|---|--|---|
| Baie-Comeau | Barbara Otrysko 418.589.5681 botrysko@globetrotter.net | 19 mai (soirée de présentation), 24 mai (Serre et paillis) 20-21-22-23 mai (construction des buttes, règles, étapes et plan d'eau) |
| Sept-Îles | Louise Gagnon 418.968.1247 gagnon.louise@globetrotter.net | 26-27-28 mai (Les étapes, construction des buttes et plan d'eau) |
| Notre-Dame-du-Bon-Conseil Roxton Pond (Granby) | Marielle Traversy Alain Blondin 450.372-3078 blondin.alain@hydro.qc.ca | 13 mai, 3 juin (construction des buttes et plan d'eau) 6 mai, 4-17-18 juin (introduction, construction des buttes, règles et étapes à suivre) |

Autres groupes en préparation (il manque encore quelques noms pour fixer les dates des cours)

| | | | | | |
|----------------------|--|-----------------------------|--|----------------|---------------------------|
| Drummondville | Carmen Lauzier-Mailhot 819.472.3852 hortidrville@hotmail.com | Saint-André-Avelin | Sandy Gershuny 819.319.6223 elancanada@hotmail.com | automne 2006 | 2006 |
| L'Assomption | Ginette Beaubien 450.58.6945 beaubiengin@hotmail.com | Saint-Basile-le-Grand | Lorraine Choquette 450.653.4051 lchoque@sympatico.ca | 2006 | 2006 |
| Lemieux | Jocelyn Dorion 819.283.2164 dorionjoc@hotmail.com | Sherbrooke | Catherine-Monique Ross 819.846.0849 catherine-monique@sympatico.ca | 2006 | juin 2006 (en semaine) |
| Longueuil | Marcel Côté 450.646.7181 marcelr.cote@videotron.ca | Saint-Jérôme | Natalie Lavoie 450.438.8419 www.centrenaturesante.com/cours | 2006 | 2007 |
| Longueuil | Josée Landry 450.649.6134 bouclenoure@hotmail.com | Rouyn-Noranda | David Martineau 819.761.2177 grandvert@hotmail.com | à déterminer | printemps 2007 |
| Boucherville | François Leduc 613.943.2924 larouemedicinale@sympatico.ca | Ville-Marie (Témiscamingue) | David Verville 819.622.0231 david_verville@homail.com | printemps 2006 | 2006 |
| Rimouski (Mont-Joli) | Michèle Belisle 418.736.5446 michesecrete007@hotmail.com | | | à confirmer | |
| | Lison Lacroix 418.7756432 lison.l@globetrotter.net | | | automne 2006 | |

La culture autofertile, c'est plus écologique et tellement simple qu'avec seulement 6 jours de cours, vous pourrez réussir votre jardin autofertile dès la première année.

Sur la route des jardins autofertiles...

PAR RÉJEAN ROY



Nous allons aujourd'hui partager le vécu d'Éliane Houle. C'est une mère de famille, environnementaliste dans l'âme, qui aime le concret, donc qui passe à l'action. Plusieurs réalisations sont à son actif, tant au plan de la famille, de l'éducation et du jardin que de l'environnement. Encore cette année, elle est retournée aux études pour bonifier son nouveau projet, « les jardins écologiques permanents », en

faisant un doctorat en éducation relative à l'environnement. Dans la planification du projet, elle a utilisé les concepts et le design de la permaculture et va y pratiquer la culture autofertile. Elle ne pouvait faire autrement puisqu'elle a eu d'excellents résultats avec d'autres réalisations en permaculture et en culture autofertile, comme vous le verrez plus loin. Elle a beaucoup expérimenté et elle va partager avec nous le fruit de ses essais, je l'espère, dans les prochaines parutions de *Bio-bulle*. C'est à ne pas manquer.

Bonne lecture, et continuez à me contacter au 819.396.0266 pour partager vos expériences et vos projets. Si la culture autofertile vous intéresse, inscrivez-vous à une des activités de formation en culture autofertile, annoncées régulièrement dans les pages de *Bio-bulle*, ou appelez-moi pour former un groupe dans votre région, et j'irai donner la formation chez vous.

LA PERMACULTURE POUR CRÉER UN JARDIN ÉCOLOGIQUE PERMANENT

PAR ÉLIANE HOULE

Je PRATIQUE LE JARDINAGE ÉCOLOGIQUE et biologique depuis plus de 30 ans après avoir visité, en 1975, des endroits de la Californie où des jardins luxuriants n'avaient recours à aucun engrais artificiel et harmonisaient leurs formes avec un paysage grandiose. Le jardin faisait partie de la vie de famille et il était adapté à ses besoins, et non l'inverse.

J'ai découvert le concepteur du jardin autofertile à la fin des années 70 avec la lecture de *La révolution d'un seul brin de paille*, de Masanobu Fukuoka¹, un microbiologiste et agriculteur japonais qui a propagé sa philosophie du « non-agir » à travers les continents dans les années 80. Cette technique d'agriculture naturelle préconise l'action simultanée d'éléments naturels qui, ensemble, ont un effet plus grand que la somme de leurs parties. On y cultive les plantes dans un sol sauvage qui s'autofertilise perpétuellement et se travaille par lui-même (sans travail du sol et sans labour). Un fait étrange, c'est qu'à la même époque (fin des années 70), un chercheur australien, Bill Mollison² et son élève David Holmgren³ instauraient une philosophie semblable, la permaculture. Cette approche de l'agriculture consiste à créer un design, un aménagement et l'installation de structures permanentes créant l'harmonie entre les divers éléments naturels et l'homme. La permaculture renverse les dogmes de l'agronomie traditionnelle et propose un nouveau mode de production agricole sans labour ni sarclage, sans engrais ni pesticide. Elle préconise des procédés qui minimisent l'action humaine sur les écosystèmes tout en diminuant la consommation énergétique. Les pratiques de la permaculture se sont répandues partout dans le monde. En feuilletant d'anciennes revues des années 80 (*The Permaculture Activist*⁴), j'ai découvert que ces grands chercheurs se connaissaient et qu'ils avaient mis en commun leurs connaissances et leurs découvertes. À mon avis, ils ont changé la vision de l'agriculture dans le monde entier.

À mon avis, ils ont changé la vision de l'agriculture dans le monde entier. Au début des années 80, mes enfants et moi avons construit notre maison écologique en tentant d'intégrer les éléments de la nature à notre vie quotidienne. Lorsque je regardais mon jardin par la fenêtre, il y avait un

FORMULAIRE D'ADHÉSION AU RJÉ 2006



Regroupement pour le jardinage écologique
8704, André-Grasset, app. 307
Montréal (Québec) H2M 2L4
Tél. : 1 877 388.6571 • www.rje.qc.ca

Nom et prénom : _____
Conjoint (nom et prénom) : _____
Adresse : _____ Ville : _____ Code Postal : _____
Téléphone : () _____ Télécopieur : () _____
Courriel : _____

Cotisation pour l'année 2006 :

Membre du RJÉ seulement : 20,00\$
Membre du RJÉ (20,00\$) + dix (10) revues *Bio-bulle* (25,00\$, valeur de 29,90\$) : 45,00\$
Je ne veux pas que mes coordonnées soient publiées dans la liste des membres.

Faites parvenir votre chèque au nom du « Regroupement pour le Jardinage Écologique » à l'adresse ci-dessus.

hic! Malgré ces belles rangées de légumes bien alignés, je constatais que mon jardin n'était pas assorti avec mon habitat ni avec nos habitudes de vie. J'étais fascinée par la philosophie, les méthodes et surtout les résultats de la permaculture et du jardin autofertile, mais ces techniques venues d'ailleurs et adaptées surtout à un climat tropical me semblaient à mille lieues de ma réalité québécoise.

Il y a six ans, j'ai suivi une formation sur la permaculture et les jardins autofertiles offerte par le RJÉ et donnée par Réjean Roy; sans exagérer, cette expérience a changé le cours de ma vie. Après avoir travaillé pendant plusieurs années dans le milieu communautaire et en éducation, je suis revenue vers mes amours, et aujourd'hui, je consacre toutes mes énergies à ce jardin que j'appelle le jardin écologique permanent. J'ai expérimenté des dizaines de jardins autofertiles en intégrant les principes de la permaculture, et ça marche!

L'art d'installer un jardin écologique permanent signifie créer un environnement qui ressemble le plus possible à la nature dans son état sauvage. On doit tenir compte du fait que le labour tue la vie dans le sol, que les engrais déstructurent ce sol, que la terre et la faune souterraine ont besoin d'un couvre-sol pour se protéger du soleil et de la sécheresse, que les plantes ont besoin de diversité pour se protéger de leurs prédateurs et pour se stimuler entre elles, que les oiseaux et les insectes utiles ont besoin de plans d'eau pour s'intégrer au jardin, que la monoculture entraîne un déséquilibre dans tous les écosystèmes présents.

Après avoir installé un jardin écologique permanent, trois années sont nécessaires pour que la vie reprenne sa place, pour que la structure du sol se rétablisse, pour que les microorganismes et la faune souterraine travaillent à leur pleine capacité, pour que les oiseaux, les insectes utiles et les autres organismes vivants apportent leur contribution bénéfique. Ensuite, c'est magique! Il suffit d'un minimum d'efforts et d'investissements pour un maximum de production. C'est la nature qui fait le plus gros du travail: plus de labour, très peu de désherbage et d'entretien, pas de pollution par la machinerie lourde, les engrais, les pesticides ou



ÉLIANE HOULE

Jardinière et formatrice en jardinage écologique depuis plusieurs années, elle est l'instigatrice et la cofondatrice de la coopérative de solidarité Les jardins écologiques permanents. Détentrice d'une maîtrise en Sciences de l'environnement, elle possède plusieurs années d'expérience en éducation et en gestion de projets environnementaux et communautaires. Elle a été directrice générale d'une entreprise d'économie sociale en environnement pendant cinq années. Elle poursuit des études supérieures afin de mener à bien un projet de recherche en éducation relative à l'environnement axé sur l'agriculture écologique ainsi que sur la sécurité et la qualité des aliments.

les insecticides. L'équilibre des cycles de la nature et des écosystèmes est rétabli: ce qui signifie, entre autres, qu'avec une autorégulation des espèces, aucune d'elles ne prend le contrôle pour envahir le jardin. Le résultat? Une économie de temps et d'argent, une valeur ajoutée à l'agriculture et une solution aux défis environnementaux. Pour le consommateur, c'est un délice pour l'œil, l'odorat et le palais: un jardin de fruits, de légumes, de fleurs et de fines herbes biologiques, avec des couleurs plus éclatantes, des propriétés plus nutritives et des saveurs inégalées. ♦

Une coopérative de solidarité, Les jardins écologiques permanents, a vu le jour en 2006 à Prévost, dans les Laurentides. Elle se consacre à la sensibilisation, à la formation, à la recherche et à la production d'aliments certifiés biologiques issus de jardins créés à partir des méthodes autofertiles et des principes de la permaculture. Les activités de la coop débiteront dès ce printemps avec la mise en place d'un jardin collectif ainsi que d'un jardin expérimental commercial. Des activités de formation en jardinage écologique seront offertes, et un club régional de jardiniers du RJÉ sera mis en place pour les Laurentides. Pour plus d'information, contactez Jocelyne au 450.224.1364.

¹ Fukuoka, Masanobu (1978), *La révolution d'un seul brin de paille: Une introduction à l'agriculture sauvage*, Japon, Rodale Press, Emmaus. Traduction (1983): Guy Trédaniel, 202 pages

Fukuoka, Masanobu. *L'agriculture naturelle: Théorie et pratique pour une philosophie verte. Le Non-faire*. Japon. Rodale Press. Emmaus. Traduction (1989): Guy Trédaniel. 319 pages

² Molisson, Bill, Holmgren, David (1978), *Permaculture I: une agriculture pérenne pour l'autosuffisance et les exploitations de toutes tailles*, Australie: Tagari publication. Traduction (1986) Paris: Debard.

Molisson, Bill. (1981) *Permaculture II: Aménagements pratiques en campagne et en ville*. Australie: Tagari publication. Traduction (1986) Paris: Debard. 180 pages.

Molisson, Bill. (1986) *Permaculture: a designer manuel*. Australie. Tagari publication. 576 pages

³ Holmgren, David (2002) *Holmgren Design Services*, Australie, 2002, 286 pages

Holmgren, David (1995) «Melliodora» *Hepburns Permaculture gardens 10 years of sustainable living*. Australie

⁴ *The permaculture activist. Newsletter of the permaculture Institute of North America (PINA)*. Cette feuille de chou qui comptait environ une douzaine de pages à ses débuts à l'été 1985 constitue maintenant une revue d'une soixantaine de pages. www.permacultureactivist.net

LE DÉFI

TRAITER NOS ARBRES DE FAÇON ÉCOLOGIQUE

PAR JULIE PHARAND, AVEC LA COLLABORATION D'ALAIN PLANCHAMP



La PÉRIODE ESTIVALE et le retour des chaudes journées printanières nous incitent à revisiter notre aménagement paysager. Dans cette optique, profitons de l'opportunité pour traiter avec le plus grand soin les plantes et les arbres qui contribuent si bien à l'harmonie et à la quiétude de notre jardin.

Certains arbres nécessiteront une taille ou un élagage afin de les soulager des quelques branches sèches ou interférentes qui nuisent à leur bien-être. Si les gestes adéquats ne sont pas posés, l'arbre concerné se mobilisera inutilement à offrir la sève à ses endroits blessés au lieu de concentrer son apport en minéraux à l'ensemble des branches en bon état.

Il est fortement recommandé de faire appel à des professionnels qui traiteront avec éthique et respect le sujet concerné. Le défi réside, en l'occurrence, à trouver un professionnel qui travaille en respect avec le cycle de la nature et qui proposera un traitement adéquat.

Pour mieux nous éclairer dans les choix qui s'offrent à nous, il s'agit de connaître quelques incontournables.

Il existe une méthode de grimpe écologique qui permet à l'élagueur de s'élever à la hauteur des branches ciblées à partir d'un principe de cordes et de matériel sécurisant. Ce principe, en partie emprunté à l'escalade et plus répandu en

Europe, permet de traiter convenablement et sans blessures inutiles l'arbre concerné. Dans ce cas, l'utilisation d'éperons ou de « grimpettes » aurait occasionné des lésions le long du tronc, réduisant ainsi d'autant la perspective de sauver le sujet traité.

De plus, parmi les multiples essences d'arbres, certaines possèdent un enracinement traçant. Les racines traçantes se développent à la surface du sol, parfois sur plusieurs mètres, avant de plonger dans les sels minéraux que leur prodigue la terre. Advenant le cas où le professionnel suggère d'utiliser une nacelle pour s'élever à hauteur adéquate, il est possible qu'il endommage ces racines et contribue ainsi à



Photo: Écocore

blessier davantage le sujet à soigner. Il est donc déterminant d'évaluer le risque de perturber l'environnement immédiat de l'arbre traité afin d'optimiser son potentiel de guérison. Sans compter qu'il est possible d'éviter des coûts de réaménagement de la zone concernée. Cet ensemble d'arguments peut entraîner une réduction significative des coûts lors de l'évaluation de certains travaux.

Les saisons et les écarts de température qui s'ensuivent occasionnent des changements physiologiques mar-

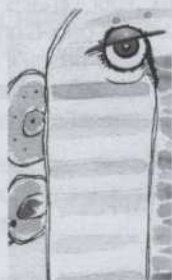
quant les cellules des arbres. Le cycle naturel est ponctué d'une période de croissance et d'une période de dormance. Il est primordial de respecter ce cycle et de procéder à la taille au moment adéquat. En l'occurrence, il sera inévitable d'effectuer certains travaux à différentes périodes de l'année, donc de répartir les tâches en fonction des besoins spécifiques.

Généralement, pour simplifier, on peut demander une planification ou l'élaboration d'un plan d'aménagement. Dans certains cas, ceci est proposé à titre de soumission gratuite. Il peut s'agir d'un seul arbre ou d'un ensemble de sujets sur une propriété. Un professionnel avec une approche respectueuse de la nature sera en mesure de vous proposer un devis et d'élaborer un plan d'aménagement forestier (sylviculture) qui s'harmonise avec l'aménagement paysager existant ou à réaliser. N'hésitez pas à demander deux devis différents afin de comparer les différents services suggérés.

Dans l'ensemble, assurez-vous d'obtenir les services d'un expert qui possède des connaissances élargies en la matière. Il est primordial qu'il soit à l'écoute de vos besoins et qu'il soit en mesure de répondre à vos questions et d'expliquer les raisons spécifiques des traitements proposés.

Encourager des soins appropriés autour de votre aménagement paysager c'est aussi s'appliquer à respecter la nature et l'équilibre naturel d'un milieu.

Vous pouvez adresser vos questions à alainplanchamp@videotron.ca ♦



claire obscure

ILLUSTRATIONS
pour Les fins et Les fous

(450) 665-0893

295, rue Doucet
Laval (Québec) H7A 2G9
claire@claireobscureillustration.com
www.claireobscureillustration.com

Petites annonces

À VENDRE

Plants et semences biodynamiques (biologiques) arbres fruitiers (pommiers, pruniers, cerisiers), vigne à raisin de table (type concord), petits fruits (cassis, fraisières, framboisiers, mûriers), semences de légumes, plantes médicinales et fleurs.

Nous offrons aussi des paniers bio à l'année et des produits de la ferme : tisanes, miel, lactofermentations. Aux couleurs des saisons.

Laurier Chabot
Sainte-Catherine de Hatley
819.843.8488 • info@auxcouleursdesaisons.com

Nouvelles des organisations



FABQ
FÉDÉRATION D'AGRICULTURE
BIOLOGIQUE DU QUÉBEC

ASSEMBLÉES GÉNÉRALES ANNUELLES DANS LE BIO BREF SURVOL

PAR GENEVIÈVE BLAIN, SECRÉTAIRE GÉNÉRALE, FABQ

À LA RELANCE DU SECTEUR ACÉRICOLE BIOLOGIQUE



Les acériculteurs biologiques ont connu des années plutôt difficiles. Les causes principales sont les surplus accumulés, qui ont fait que seule une partie de la prime de 15¢ la livre a été remise aux producteurs. En même temps, des normes biologiques plus sévères sont entrées en vigueur et elles ont été accompagnées par des investissements chez de nombreux producteurs. Cela a causé une baisse du nombre de producteurs ainsi que des volumes.

| | 2002 | 2004 | 2005 estimé |
|--|------|------|-------------|
| Acériculteurs biologiques | 292 | 421 | 304 |
| Millions de livres produites de sirop biologique en vrac | 6,1 | 12,3 | 7,7 |
| % de la production totale de sirop | 9,14 | 14,6 | 11,8 |

Sources : CAAQ et FPAQ

Lors de l'assemblée générale du Syndicat des acériculteurs biologiques du Québec, qui a eu lieu le 20 octobre 2005, les administrateurs ont eu comme mandat de travailler avec la Fédération des producteurs acéricoles du Québec pour développer le marché du sirop biologique et pour équilibrer l'offre avec la demande.

Pour les producteurs acéricoles, c'est également le temps de commander vos contenants et vos autocollants pour la saison 2006. Les formulaires sont disponibles au www.fabqbio.ca ou auprès du SABQ au 450.679.0540, poste 8391.

PRODUCTEURS DE LAIT BIOLOGIQUE RECHERCHÉS



Lors de l'assemblée générale annuelle du Syndicat des producteurs de lait biologique du Québec, qui a eu lieu le 19 janvier 2006, les producteurs ont réfléchi à des façons de faire pour attirer de nouveaux producteurs de lait; ils se sont également penchés sur la recherche, sur les épreuves de taureaux, sur les normes et sur la promotion.

Comme il n'y a pas suffisamment de nouveaux producteurs de lait bio pour répondre à la demande des usines, les producteurs de lait biologique ont obtenu de la Fédération des producteurs de lait du Québec le droit de produire deux jours de plus par mois pour décembre à février. Ce nombre est maintenant de trois jours de plus par mois pour les six prochains mois. Le nombre sera révisé pour éventuellement tomber lorsqu'il y aura suffisamment de nouveaux producteurs de lait biologique. C'est la première fois qu'un groupe restreint de producteurs laitiers obtient ce genre de privilège.

Dernièrement, les négociations concernant la convention sur le lait bio a été signée. Elle comprend des hausses de prime au 1^{er} février 2006 et au 1^{er} février 2007 ainsi que des primes additionnelles selon le volume produit. Toutefois, la livraison de lait bio qui allait depuis quelques années vers l'Ontario ne sera plus garantie à partir du mois de mars 2006, car ce volume sera réquisitionné par de nouvelles usines québécoises.

| | 2001-2002 | 2005-2006 |
|--|-----------|-----------|
| Nombre de fermes de lait bio | 39 | 67 |
| Nombre de millions de litres de lait bio | 10,55 | 20 |

Source : FPLQ

IL FAUT VENDRE NOTRE VIANDE BIOLOGIQUE AU PRIX QU'ELLE VAUT



L'assemblée générale annuelle du Syndicat des producteurs de viandes biologiques du Québec a eu lieu le 15 février 2006. La problématique de ce secteur est la mise en marché. Certains producteurs n'arrivent pas à vendre leur viande avec une prime biologique, et pourtant, des demandes régulières portant sur des volumes importants nous parviennent, mais les producteurs ne peuvent pas y répondre. Certains

ont également signalé que les producteurs avaient tendance à se concurrencer les uns les autres sur les mêmes marchés.

Il y a donc eu une longue discussion sur la mise en marché et sur la façon de faire pour s'en sortir. Pour éclairer ces producteurs et pour les rassembler autour d'un plan d'action, le syndicat entreprendra en 2006 une étude sur la mise en marché des viandes biologiques, avec la contribution financière du MAPAQ et du CDAQ.

Une résolution a également été adoptée pour demander au MAPAQ un accompagnement et un dédommagement concernant la mesure visant le confinement obligatoire de tous les oiseaux. Pour certains producteurs, cette mesure a une conséquence importante, et ceux-ci ont besoin d'appui. Le secteur biologique est également fragile puisqu'il y a une grande quantité de produits qui entrent de l'extérieur, et ces producteurs n'auront pas à répondre à une mesure de confinement.

PRODUCTEURS BIOLOGIQUES : C'EST LE TEMPS DE DÉMONTRER VOTRE APPUI À VOTRE ORGANISATION SYNDICALE

Lors de l'assemblée générale annuelle de la Fédération d'agriculture biologique du Québec, qui a eu lieu le 24 février 2006, un rapport d'ac-

Nouvelles des organisations

Membres du conseil exécutif qui ont été élus par l'assemblée pour la prochaine année :

Gérard Bouchard
président, Saint-Félicien

Glenna Poitras
première vice-présidente,
Brownsburg-Chatham

Christian Champigny
deuxième vice-président, Upton

tivités impressionnant a été déposé par les syndicats et par la Fédération d'agriculture biologique. Les producteurs biologiques présents ont discuté du prochain plan d'action ainsi que du financement de l'organisation.

Comme le président l'a exprimé : « Il faut que tous les producteurs biologiques contribuent au financement de l'organisation parce qu'on travaille pour tous les producteurs. Ce n'est pas normal que seuls 200 producteurs participent alors que nous sommes plus que 900. »

L'Union des producteurs agricoles vient de réitérer son appui au secteur biologique, puisque la FABQ recevra une aide du Fonds de défense professionnelle pour permettre la mobilisation des producteurs biologiques durant les trois prochaines années et pour permettre à l'organisation de se remettre à jour. « Il faut aller chercher les producteurs biologiques qui ne sont pas présents aujourd'hui, et pour le faire, ça prend de l'argent. Chaque membre doit devenir un ambassadeur de la FABQ », a indiqué le président.

Denis Bilodeau, deuxième vice-président, était présent pour assister au débat; il a renchéri sur la question du financement en indiquant que les administrateurs ne peuvent pas faire du bénévolat indéfiniment, et qu'il faut travailler ensemble pour organiser la mise en marché des produits biologiques.

Il y a eu des discussions intéressantes à la suite de la présentation de Denis-Paul Bouffard, directeur général du Conseil des appellations agro-alimentaires du Québec, notamment quant au financement de l'organisation, quant à la réglementation canadienne sur les produits biologiques et quant au projet de loi #137, qui modifiera la Loi sur les appellations réservées et dont l'article 64 risque d'affaiblir la crédibilité de l'appellation biologique. Les producteurs biologiques sont toutefois satisfaits du pouvoir d'inspection qui permettra enfin de retirer rapidement les produits frauduleux.

Diverses résolutions ont été adoptées et elles demandent :

d'appuyer les démarches du SPVBQ concernant le confinement des oiseaux;

de demander au ministre de l'Agriculture de protéger l'appellation biologique et ses diminutifs face aux termes confondants qui se retrouvent par exemple dans les noms d'entreprises;

de travailler avec les producteurs pour déterminer un prix plancher pour les produits;

de demander à l'Union des producteurs agricoles de trouver une façon de faire en sorte que les producteurs diversifiés s'y sentent représentés;

d'étudier la façon dont la cotisation à la FABQ pourrait être adaptée aux besoins de la relève.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU GRAIN BIO



Le SPGBQ entame la réalisation de deux projets pour les deux prochaines années. Le premier porte sur le développement et le réseautage en production de semences biologiques, et l'autre porte sur le semis direct à l'aide d'un « rouleur-crêpeur ». Pour ceux qui seraient intéressés, les résultats du projet de recherche sur le blé panifiable biologique sont maintenant disponibles sur le site www.agrireseau.qc.ca/agriculturebiologique.

C'est le temps de vous inscrire au protocole de semences à la ferme, lequel permet d'être assuré au programme d'assurance récolte de la Financière agricole. Si vous ne vous inscrivez pas pour expérimenter le protocole et que vous utilisez vos propres semences, vous ne pourrez pas être couverts. Les documents sont disponibles sur le site Internet de la FABQ, au www.fabqbio.ca. Vous pouvez contacter M. Bernard Estevez au 514.356.1687. ♦

PRODUCTEUR MARAÎCHER BIOLOGIQUE RECHERCHÉ

L'UPA en collaboration avec la Fédération d'agriculture biologique recherche un producteur maraîcher bio pour son marché maraîcher qui se tiendra l'été prochain à la Maison de l'UPA. Le marché maraîcher aura lieu tous les vendredis de 12h à 19h et les samedis de 9h à 13h, du 2 juillet au 3 septembre 2006. Un espace extérieur sera offert en location au producteur, près du Marché de chez nous. Le producteur, qui s'engagera à participer, devra payer un coût de location et devra être membre de la FABQ. Considérant que la Maison de l'UPA est un endroit unique permettant aux consommateurs d'entrer en contact avec les producteurs agricoles et leurs produits, nous croyons que la participation au marché public de l'UPA sera très profitable au producteur biologique impliqué. Pour plus d'information, veuillez communiquer avec M. Steve Carrière, à la Direction de la commercialisation de l'UPA, au 450.679.0540, poste 8857.

Nouvelles des organisations

Filière des
PLANTES MÉDICINALES
biologiques du Québec

QUAND L'AVENIR D'UN SECTEUR PASSE PAR « LA TRANSFORMATION »

Le colloque annuel de la Filière des plantes médicinales, qui se tenait le 9 mars dernier, a remporté un franc succès.

PAR CAMILLE DUFRESNE

Le CONSEIL D'ADMINISTRATION avait choisi comme thème « La transformation des plantes médicinales » à cause de son importance dans le développement futur de l'industrie des plantes médicinales au Québec. Il ne fait aucun doute que ce thème a suscité un vif intérêt chez les intervenants de ce secteur, car plus de 120 personnes ont assisté à cette activité. On y rencontrait des producteurs de plantes médicinales, des entreprises de transformation, des laboratoires de recherche et d'analyse, des consultants, des herboristes et des étudiants. Tous ont profité de l'occasion pour échanger et tisser de nouveaux liens d'affaires.

Il faut dire que le programme proposait un choix de conférences qui rejoignaient les préoccupations de plusieurs. Au cours de la journée, il a été question des conditions d'approvisionnement en matières premières pour les tisanes, des bonnes pratiques agricoles dans les entreprises de production de plantes médicinales, de réglementation fédérale dans le domaine des produits de santé naturels et de l'expérience de démarrage d'une jeune entreprise dans la fabrication et l'analyse de produits à base de plantes médicinales. Le clou de la journée a sans nul doute été la conférence sur les procédés d'extraction en

Europe, présentée par le président d'Archimex, un centre de recherche de France spécialisé dans le domaine des procédés d'extraction et de purification de produits d'origine naturelle.



Le colloque a aussi fourni l'occasion aux participants de rencontrer des entreprises et des laboratoires d'analyse qui tenaient un stand et présentaient leurs produits et leurs services.

L'évaluation de la journée a montré un taux de satisfaction très intéressant. Rencontres fructueuses, information pertinente et sujets d'actualité, tels étaient



Le président de la Filière, M. Richard O'Breham, remercie M. Mompon, conférencier invité de France.

Les stands offraient une bonne occasion de tisser des liens d'affaires.

les commentaires recueillis à la fin de la journée. Il apparaît que le secteur des plantes médicinales suscite de plus en plus d'intérêt. Cependant, il devient de plus en plus clair que la pierre angulaire du développement de ce secteur passe par des infrastructures de transformation. La Filière des plantes médicinales, de par sa mission, compte bien favoriser une concertation dans le but de trouver les bons moyens d'augmenter la transformation des plantes médicinales au Québec. ♦


Biocime

Alain Planchamp B.f.f.
Entrepreneur forestier
alain.planchamp@biocime.com

1677, route 241
Shefford QC J2M 1L4

Tél. : 450.539.1891
Cell. : 450.775.1848

bioterre
épicerie santé

fruits et légumes • vrac • suppléments • cosmétiques • herboristerie

201 St-Viateur Ouest
Montréal (Qc) H2T 2L6

Tel : 514-278-3377 Fax : 514-278-1870

AGRICULTURE ET SANTÉ

L'impact des pratiques agricoles sur la qualité de vos aliments.

Guillaume Moricourt. Éd. Dangles, France, 2005, coll. Environnement et Santé durables, 318p., 21 x 15 cm, 29,95\$.



La France est le second consommateur de pesticides au monde et le premier pour la quantité épanchée par hectare cultivable: la mortalité par cancer est en France environ 20% plus élevée que dans le reste de l'Europe... Éloquent exemple à ne pas suivre.

De la ferme à la table, quelle agriculture voulez-vous pour votre santé et l'avenir de la planète? En plus des exposés clairs et concis concernant les nitrates, les pesticides, les additifs, l'ESB (maladie de la vache folle), les OGM et autres problèmes issus des « progrès » de notre modernité, cet ouvrage

abondamment didactique présente les agricultures intensive, biologique et raisonnée (tout en préconisant bien sûr la seconde) et détaille aussi la qualité de plus d'une vingtaine de produits (pain, huiles, beurre, vin, etc.).

LES DERNIÈRES FORÊTS D'ARBRES LIBRES

Luc Fournier, préface de Richard Desjardins. Lanctôt éditeur, Montréal, 2006, 157p., 22 x 14, photos en couleurs, 17,95\$.

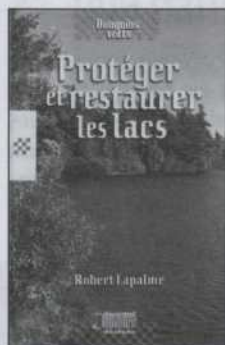
« Pour les industriels de la forêt, si un arbre pouvait pousser sans ses branches, et même directement dans leurs comptes en banque, ce serait vraiment l'idéal! »



Dans ce recueil, Luc Fournier soutient un vif réquisitoire, en poésie et en prose, contre la coupe à blanc, le mépris des sociétés forestières et l'indifférence des autorités gouvernementales. C'est un hymne à la grâce et à la richesse de nos forêts, mais aussi un rappel de leur fragilité. Dénonçant avec vigueur les entreprises dont « le profit est notre perte », il apporte une grande dose d'humanité au débat actuel sur la gestion des forêts. « Nous sommes tous des arbres libres à la liberté saccagée. » Tourneur de bois, l'auteur a aussi publié *Le rire des arbres, les pleurs des forêts* chez Lanctôt éditeur en 2003.

PROTÉGER ET RESTAURER LES LACS

Robert Lapalme. Bertrand Dumont éditeur, Montréal, 2006, coll. Bouquins verts, 192p., 23 x 15 cm, photos en couleurs, 28,95\$.

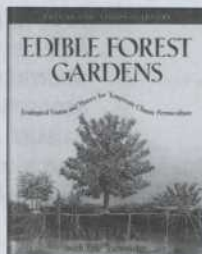


Robert Lapalme enseigne la gestion de l'eau à l'Université de Sherbrooke, agit à titre de consultant auprès des grandes corporations et s'intéresse à l'eau et aux lacs depuis plus de 20 ans. Dans ce magnifique livre, à la mise en page soignée comme les autres titres de cette collection, en plus d'analyser en détails les diverses sources de pollutions, il suggère des solutions pratiques et réalistes pour aménager les terrains et zones littorales, ainsi que contrôler les plantes aquatiques et réduire les sédiments de nos lacs. À faire connaître à vos voisins riverains!

EDIBLE FOREST GARDENS

Ecological Vision and Theory for Temperate Climate Permaculture

Dave Jacke with Eric Toensmeier. Chelsea Green Publishing, Vermont (USA), 2005, 26 X 21 cm., couv. rigide, ill. et photos en couleurs. Volume one: *Vision & Theory*, 378p., 93,95\$. + Volume two: *Design & Practice*, 656p., 93,95\$.



La nouvelle « bible » de la permaculture et tout à fait en accord de surcroît avec nos paramètres climatiques, les deux auteurs habitant la Nouvelle-Angleterre. Le premier volume fait un survol du contexte écologique et culturel propre à l'horticulture forestière en Amérique du Nord, alors que le second présente des stratégies et techniques pratiques pour réaliser des projets à petite ou très grande échelle. En annexe du second volume, un tableau, unique en son genre, de près de

30 pages présente avec une remarquable quantité d'informations, plus de 600 plantes spécifiquement adaptées à l'est de l'Amérique du Nord. Une inestimable source de références.

ACTION COMMUNAUTAIRE : DÉRIVES ET POSSIBLES

Eric Shragge. Éd. Écosociété, Montréal, 2006 (*Activism and Social Change*, Broadview Press, Canada, 2003), 242p., 21 x 14 cm, 24,00\$.

L'auteur est professeur agrégé à l'École des affaires publiques et communautaires de l'Université Concordia et a été engagé durant plus de 25 ans dans l'organisation communautaire, les mouvements sociaux et le militantisme local. Ce livre est à la fois un long périple historique de l'action communautaire, une analyse de ses dérives potentielles (financement étatique: bâillon sur l'autonomie des groupes, localisme vs action plus globale, intégration au système vs opposition, etc.) et un appel à la patience, à la détermination et au droit de rêver un véritable bonheur collectif.

Un ouvrage de référence incontournable pour tous les militantEs impliqués dans l'action sociale et politique, dont le nombre croissant permet d'envisager l'avenir autrement. ♦



www.biosfaire.com
BIOSFAIRE
LIBRAIRIE • BOOKSTORE

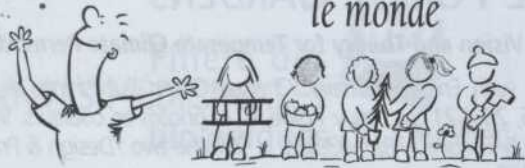
Santé globale et alimentation
Jardinage et agriculture
écologique, biodynamique
Herboristerie, phytothérapie
français & english

Commandes spéciales
Service d'envoi postaux
ACHAT en LIGNE sécuritaire
sur notre site INTERNET

4571, rue St-Denis,
Montréal - H2J 2L4
Tél. : 514-985-2467
800-613-3262
Fax : 514-843-8288
info@biosfaire.com



Quand on veut
changer
le monde



IL FAUT SAVOIR DÉPASSER SES PEURS

Plusieurs rencontres réalisées récemment avec différents intervenants et observateurs du milieu agricole m'ont convaincue que beaucoup de gens savent que les choses ne peuvent pas continuer comme elles vont actuellement. Des changements doivent s'effectuer dans le modèle de développement, dans les rapports de forces, dans l'organisation des soutiens à l'agriculture, etc. Dans les conversations privées, les idées sont lumineuses; on identifie des chemins qui pourraient mener à la prospérité dans le contexte économique actuel; il y a possibilité de maintenir les valeurs qui nous sont chères. Si on ne change rien, tous s'entendent pour dire qu'on s'en va vers des problèmes graves sur les plans à la fois économique et social.



En RÉUNISSANT QUELQUES-UNES DES PERSONNES avec lesquelles j'ai eu l'occasion de discuter de tout ça et en leur demandant de définir des orientations et des moyens de les réaliser, il y aurait de belles perspectives à considérer. Malheureusement, ce « sommet » n'aura pas lieu. Et s'il avait lieu, probablement que ce qui serait mis en commun n'aurait rien à voir avec ce que j'ai entendu. Plutôt que de réunir toutes les connaissances et toute l'intelligence des participants, cette réunion donnerait lieu à une partie d'échecs où chacun mettrait en place sa stratégie, non pas pour créer du nouveau, mais pour gagner sur l'autre et maintenir son pouvoir actuel, que celui-ci soit immense ou très minime (on protège parfois ses faiblesses).



Après s'être affrontés publiquement, tous auraient perdu quelque chose, mais tous pourraient faire valoir, qui à ses membres, qui aux contribuables, qui à ses collègues, qu'ils ont réussi à maintenir leurs acquis. Tous seraient parfaitement conscients qu'ils viennent de compromettre l'avenir, mais ils auraient un discours tout prêt pour célébrer une victoire. On réussirait à faire passer ceux qui sont trop « lucides pour des prophètes de malheur ou des traîtres au milieu agricole, et les trop « solidaires pour des rêveurs inconscients. Pourtant, dans les discours que j'entends en privé, il y a beaucoup d'éléments qui se ressemblent ou qui se complètent, que l'on soit d'une tendance ou d'une autre.

Qu'est-ce qui fait la différence entre ce qu'on entend en privé et ce qui se passe sur la scène publique? D'après moi, c'est la peur. Ou plutôt des peurs. Des peurs bien compréhensibles. La peur de perdre les biens qu'on a accumulés en travaillant très fort. La peur de perdre la considération de son milieu, que l'on a bien méritée. La peur de ne pouvoir continuer à travailler dans ce qu'on aime. La peur de se tromper. La peur de faire rire de soi si ça arrive. La peur de se faire humilier si on ne gagne pas. La peur de ne pas retrouver dans le changement une place équivalente à celle qu'on a actuellement, même si celle qu'on a n'est pas très confortable. La peur que ce qu'on ne connaît pas soit pire que la situation qu'on connaît.

La peur fait en sorte qu'on s'abstient non seulement de se risquer à faire autrement, mais aussi de dire autrement. On se conforme à l'esprit ambiant en espérant que quelque chose arrivera qui fera avancer les choses sans qu'on ait à prendre un risque personnel, en espérant que, lorsque le pire arrivera, on se sera mis à l'abri! Chacun essaie de sauver

ses meubles, non seulement face aux menaces économiques, mais aussi face aux divers pouvoirs politiques, lesquels, pour le milieu agricole, ne sont pas uniquement à Québec et à Ottawa. On protège son marché, ses revenus, ses subventions, son image, ses votes, son emploi, ses mandats, ses relations, sa tranquillité. On est gentil avec ses voisins: on pourrait avoir besoin d'eux.

Le courage ne consiste pas à ne pas avoir peur.

Il consiste à poursuivre son chemin tout en ayant peur. Il ne consiste pas à s'attaquer à tous les dragons qui se présentent. Il consiste à affronter ceux qui nous empêchent vraiment de poursuivre notre chemin. Il y en a quelques-uns actuellement

qui peuvent nous nuire personnellement et collectivement. Ma génération, celle qui est actuellement aux commandes et qui s'apprête à prendre sa retraite, ne s'est pas illustrée par son courage! Pourtant, s'il y en a une qui a voulu changer le monde, c'est bien elle! Elle a eu de l'audace, de l'initiative, mais peu de courage. Si j'étais jeune, je ne me ferais pas trop à elle pour prendre les risques qui s'imposent actuellement.

Le courage n'est pas la témérité. Il ne sert à rien, lorsque le changement à réaliser est imposant, de se présenter comme David devant Goliath. Il n'est pas sûr que l'histoire va finir de la même façon que dans la Bible. Lorsque la cause est grande, on a le devoir de s'organiser pour gagner. Or, l'agriculture est actuellement à une croisée des chemins. Des décisions se prennent ou ne se prennent pas qui engageront l'avenir. C'est la raison pour laquelle ceux et celles qui souhaitent le changement doivent unir leurs forces, comme cela s'est souvent fait dans le milieu agricole. Personne ne prendra seul les risques qui s'imposent. Mais à plusieurs, je continue d'espérer que c'est possible.

En quoi consisterait le courage actuellement? Probablement à remettre en question des programmes d'aide qui rendent les gens plus vulnérables; probablement à penser à des programmes d'aide à des initiatives porteuses; probablement à appuyer des organismes qui réalisent du développement depuis des décennies et qui sont constamment entravés; probablement à rééquilibrer le pouvoir dans le devenir de l'agriculture; probablement à libérer l'intelligence des gens afin que leur capacité d'innovation s'exerce; probablement à renouer le contact entre la production et le marché; probablement à provoquer de vraies réflexions... Je ne sais pas exactement. Mais je sais qu'il y a des gens qui – ensemble – savent et qui actuellement se taisent. Quel malheur! ♦

Perfectionnez vos connaissances en Agriculture Biologique

Cours disponibles sur Internet

- Introduction à l'agriculture biologique
- Compostage et utilisation du compost en agriculture biologique
- Production biologique des cultures en champ
- Productions animales biologiques

Microprogramme à distance de 12 crédits

Dates limites d'inscription

- Automne 2006 : 18 août
- Hiver 2007 : 8 décembre

Contactez-nous

Madame Johanne Lemieux
Téléphone :
(418) 656-2131 poste 3854 ou
(418) 1-877-785-2825 poste 3854
Johanne.Lemieux@fsaa.ulaval.ca

www.fsaa.ulaval.ca/agribio.html

En collaboration avec



Agriculture et
Agroalimentaire Canada

Agriculture and
Agri-Food Canada



Nova Scotia
Agricultural
College



Centre d'agriculture biologique
du Canada



UNIVERSITÉ
LAVAL

Faculté des sciences de l'agriculture
et de l'alimentation



ENFIN DISPONIBLE !

OLYMPIC
Biologique

une gamme de yogourts

PROBIOTIQUES

NATURELS à 100%



NATURELLEMENT BON. DÉLICIEUSEMENT BÉNÉFIQUE.

www.olympicdairy.com

ZÉRO COMPROMIS



Ma conception de la vie



UN BREUVAGE SANS COMPROMIS qui vous permet de varier le régime alimentaire de votre famille en lui offrant une source idéale de protéines de soya, 100% bio, contenant zéro lactose et zéro OMG, au prix du lait ! **SANS COMPROMIS SUR LE GOÛT** puisque les enfants adorent nos saveurs de fraise, de chocolat ou de vanille et notre pratique format boîte à lunch. **SANS COMPROMIS SUR LA SANTÉ** puisque nos breuvages natura-a sont enrichis de vitamines et de calcium.

Ce qui compte : votre bien-être.

nutrisoya.com