

## MIEL- OGM Les apiculteurs ont de quoi être remontés

Depuis plusieurs années, les apiculteurs alertent les pouvoirs publics sur l'impossible coexistence des cultures transgéniques et de la production de miel. Une décision de la Cour de justice européenne (CJE) apporte de l'eau à leur moulin. Elle fait suite à une plainte d'un apiculteur allemand contre le Land de Bavière, qui avait autorisé la plantation d'une parcelle expérimentale de maïs OGM Mon810 à moins de 500 m de ses ruches. La CJE a conclu que, dans l'état actuel de la réglementation européenne, du miel contenant des traces de pollen issu de plantes transgéniques ne pouvait être commercialisé, faute d'autorisation spécifique. Une décision lourde de conséquences pour toute la profession. « Ce sont toutes les productions apicoles situées dans un rayon de 10 km d'un champ d'OGM qui sont menacées », s'insurgent 17 organisations unies pour la défense de l'apiculture. Elles viennent de lancer une pétition exigeant la suspension immédiate de la culture en plein champ du maïs OGM Monsanto en Europe. Saisie du problème, Bruxelles devait présenter, à la mi-décembre, ses propositions

concernant l'interdiction d'OGM dans le miel. De leur côté, les producteurs de maïs transgéniques font tout pour faire évoluer la réglementation en autorisant la présence en faible quantité de pollen transgénique dans le miel. « Même si le pollen issu de maïs OGM est présent dans le miel à l'état de traces, il sera mentionné dans la liste des ingrédients. Car le pourcentage de pollen transgénique n'est pas calculé sur le miel total mais sur le pollen contenu dans le miel. Il devrait donc dépasser le seuil limite de 0,9 %, au-delà duquel il doit être étiqueté », s'inquiète Jean-Marie Sirvins, de l'Union nationale de l'apiculture française. De quoi écorner l'image de ce produit santé « 100% naturel ».

**Les cultures OGM contaminent les ruches.**

Source : Que choisir n° 499 de Janvier 2012

**Pour cuire vos aliments en papillotes, utilisez du papier sulfurisé plutôt que de l'aluminium qui ne peut être recyclé une fois sali. De plus, il migre probablement dans les aliments touchés**

## " Nano " par-dessus la barrière.

Ne cherchez pas sur l'étiquette : ils ne sont jamais indiqués. Les nano-ingrédients sont la dernière trouvaille de l'agroalimentaire. Des particules de l'ordre d'un milliardième de millimètre, qui, grâce à leur extrême petite taille, échappent aux lois de la physique classique. Les industriels en ont mis partout : avec elles, le chocolat ne blanchit plus en vieillissant, les saucisses industrielles gardent leur couleur écarlate, les grumeaux des soupes en sachet disparaissent, le ketchup affiche une jolie texture, le sucre, le sel, le riz et le café en poudre ne collent plus, etc. De vraies merveilles technologiques...

Sauf que ça fait un petit moment que les scientifiques se demandent s'il est bon pour la santé d'avalier des nanoparticules. Des études avaient déjà montré que, saupoudrées en grosses quantités dans la gamelle des rats, certaines d'entre elles dézinguaient leur foie ("Conflit", 31 / 3 / 10). Cette fois, c'est beaucoup plus sérieux. Une équipe du Commissariat à l'énergie atomique de Grenoble, labo à la pointe de la recherche française sur les nanomatériaux, vient de montrer que les nanoparticules de dioxyde de titane, utilisées pour blanchir certaines vinaigrettes et que l'on retrouve dans nombre de dentifrices, sont susceptibles d'endommager le cerveau. En travaillant cette fois non pas

sur des rats, mais sur les cellules du système nerveux et celles qui tapissent la paroi des vaisseaux sanguins, les chercheurs ont découvert que les " TiO2 ", comme on les nomme, traversent la barrière hémato-céphalique, muraille naturelle qui empêche les substances toxiques de pénétrer dans le cerveau. Avec cette conséquence : " une exposition chronique " pourrait entraîner " un risque de perturbation de certaines fonctions cérébrales ". Lancée par les promoteurs de nanotechnologies eux-mêmes, cette affirmation a de quoi faire réfléchir...

Un mois auparavant, des biologistes britanniques avaient déjà suspecté des dysfonctionnements cérébraux chez des truites exposées au TiO2. Prudente, l'Afsset, l'Agence française de sécurité sanitaire, recommande depuis l'an dernier de " limiter l'exposition du consommateur ". Cela n'empêche pas les industriels de continuer de saupoudrer les assiettes de nanoparticules. Et ce avec d'autant plus d'entrain que rien ne les oblige à le signaler sur l'emballage. Pas grave, il suffit de ne plus se brosser les dents et d'arrêter la vinaigrette, le sucre, le sel, les barres chocolatées, les saucisses, etc. Une nano-précaution.

Source du canard enchaîné



Coop infos : N°33 - Jan-Fev-Mars 2012

### Edito

Tout le Conseil d'Administration se joint à moi pour vous présenter ses meilleurs vœux de bonheur et de santé pour l'année 2012.

Ces vœux s'adressent à vous d'abord, chers sociétaires et clients. Même si on nous annonce des temps plus difficiles, ceci ne nous empêchera pas de garder notre sérénité et nos convictions pour vivre le mieux possible en harmonie avec la nature et la société en général. C'est tout le bien que je nous souhaite pour cette année 2012.

A tout le personnel des trois magasins, toujours disponible et accueillant, nous souhaitons également beaucoup de bonheur, et au travail et dans la vie. Son implication dans le bon fonctionnement de notre coopérative est essentielle pour le maintien et le développement de notre activité.

**A tous, excellente année 2012.**

**Jacques GUILLOUX,**  
Président du Conseil d'Administration.

### Mes meilleurs vœux pour 2012 !

2011 s'est achevée.

Ce fut pour moi une année pour découvrir et apprécier Coop Nature, son équipe et ses sociétaires.

Je tiens à remercier les membres du Conseil d'Administration présidé par Jacques Guilloux pour la confiance qu'ils m'ont accordée en me choisissant pour succéder à Jean-Claude Chéramy. Pour ce dernier, ainsi que pour sa femme Martine, j'espère une longue et agréable retraite.

Je salue également la patience des sociétaires qui ont supporté le réaménagement du magasin rue Chalmel, et leur fidélité malgré les travaux du tramway.

Bienvenue enfin à ceux qui ne cessent de venir grossir nos rangs, à Tours Nord, Tours Centre ou Chambray, convaincus du bienfondé de notre démarche.

Malgré les menaces sociétales et environnementales qui planent sur nos têtes, je souhaite à tous une grande année 2012, pleine de projets et de réussites.

En coopération, **Jérôme BIAGGI**

Vente de produits Biologiques  
et naturels  
Tel: 02 47 66 77 77  
www.coopnature.com  
tours-grenier-nature@wanadoo.fr  
coop.nature.tours.nord@wanadoo.fr  
coopnaturechambray@orange.fr

### Sommaire

**Edito : Jacques Guilloux**

**Les meilleurs vœux de notre directeur**

page 1

**Le tofu**

page 2

**Actualités :**

**La Terre en mouvement**

**Le sel**

page 3

**OGM et le miel**

**Les Nano-précaution**

page 4

**Ont participé à ce Numéro:**

**Josette Antunes**

**Marlène Baudrier**

**Jérôme Biaggi**

**Pascale Coquelet**

**Emmanuel Etave**

**Jacques Guilloux**

**Jean-Claude Isope**

**Jean-Claude Malbet**

**Françoise Revol .**

Horaires d'ouvertures TOURS CENTRE - TOURS NORD -

TOURS SUD- CHAMBRAY LES TOURS

**25 rue de Hollande**  
**37100 Tours-Nord**  
**Tél : 02 47 88 96 96**

**17 rue Chalmel**  
**37000 Tours**  
**Tél : 02 47 66 77 77**

**13 rue Augustin Fresnel**  
**37170 Chambray-les -Tours**  
**Tél : 02 47 36 20 20**

### OUVERT A TOUS

**Lundi** 14 h 30- 19 h  
**Mardi** 9h - 13 h / 14 h 30 - 19h  
**Mercredi** 9 h - 13 h / 14 h 30- 19 h  
**jeudi** 9 h 30 - 13 h / 14 h 30 - 19h  
**Vendredi** 9 h - 13 h / 14 h 30- 19 h  
**Samedi** 9 h-13 h / 14 h 30 - 18h30

## DECOUVERTES GOURMANDES : LE TOFU DE L'APERITIF AU DESSERT

**Fin** novembre, 3 journées de dégustations ( une dans chacun des magasins ) ont permis de découvrir – pour ceux qui ne les utilisaient pas encore couramment – le **tofu** et le **tofu soyeux** , en bouchées gourmandes et variées, à partir de 6 recettes que nous avons réalisées pour l'occasion, et ceci avec un **"plus-santé-gourmand"** : ces recettes étaient réalisées **sans œufs, sans lait, sans gluten** ! ... ( pour certaines farines )

Les personnes qui ont goûté ces préparations semblaient enthousiastes, parfois surprises : « – Je croyais le soja insipide ! ... ». Effectivement, le tofu n'a pas de goût prononcé, et c'est justement un atout pour **"l'accommoder à toutes les sauces"** ; allié à l' aliment de notre choix, il en prend le goût, sans le dénaturer ... C'est d' une **facilité réjouissante** ... et en plus, **économique** ! ...

Les discussions allaient bon train entre clients, sur la possibilité de remplacer la viande ou les œufs par le tofu, **riche en protéines** ; pour les personnes souffrant d' intolérances ( au gluten, lait, œufs ... ) il est réjouissant de savoir que le tofu soyeux est un excellent substitut, et que l'on peut se régaler de savoureux desserts, comme tout le monde.

Ce ne sont pas les enfants qui s'attardaient devant les desserts au chocolat ou la salade composée (« – Moi, j'aime bien les légumes ! ... ») et qui choisissaient consciencieusement leurs recettes, qui nous contrediront...

Car bien sûr, en plus du plaisir olfactif, en plus de la dégustation gourmande, on offrait les recettes correspondantes.

**Bibliographie, Informations sur le Tofu et le Soja, Bonnes Adresses Internet, Ateliers Cuisine à Tours,** s'ajoutaient à ces démonstrations gourmandes.

On peut encore retrouver ces informations sur le site [www.coopnature.com](http://www.coopnature.com) ou dans nos magasins.



### Recettes : CROQUETTES DE TOFU

**Ingrédients** : 500 gr de tofu nature, 1 gros oignon ou 1 oignon nouveau avec le vert, 2 petites carottes, 4 cuillères à soupe bombées de farine type 85, 2 cuillères à soupe de shoyu, 1 "noix" de gingembre, 1 petit bouquet de persil ou de ciboulette, 5 pincées de sel, huile de sésame pour la friture.

**Matériel pour faire les boulettes** : 1 cuillère à glace, 1 bol d'eau. (garder les mains humides facilite le façonnage)

**Recette** : Plonger le tofu dans l'eau froide, porter à ébullition 3 à 4 minutes, puis égoutter et presser dans un linge. Emitter le tofu ; hacher menu l'oignon, le persil ; râper le gingembre, la carotte ; pétrir le tout avec la farine, l'huile, le shoyu, le sel. Laisser reposer 1 à 2 heures. Façonner les boulettes. Frire quelques minutes. Servir tiède, avec salade.

### CREME MOUSSEUSE AU CHOCOLAT ET TOFU SOYEUX – SANS ŒUFS

( Extrait de **Sans lait & sans œufs**, de **Valérie Cupillard**, Ed. **La Plage** )

**Ingrédients** : 400 g de tofu soyeux  
100 g ou 200 g de chocolat noir ( selon goût )  
1 verre de lait de riz

**Recette** : Faites fondre les carrés de chocolat dans une petite casserole avec le lait de riz. Mettez le tofu dans le bol du robot, ajoutez le lait au chocolat. Mixez jusqu'à obtention d'une crème très lisse et mousseuse. Versez dans des coupes et placez au frais au moins une nuit. L'idéal est de la préparer un jour avant afin d'obtenir une crème aérée qui se déguste comme une mousse.

#### Pour vous donner la parole

Chers sociétaires; une adresse courriel est ouverte sur le site de coop nature :( [www.coopnature.com](http://www.coopnature.com) )  
pour récolter vos suggestions et vos remarques : [ecoute@coopnature.com](mailto:ecoute@coopnature.com)

## Actualités de Coop Nature

### Quoi de neuf sur Tours Nord ?

Votre coop de Tours Nord a fêté ses 10 ans d'ouverture dans la joie et la bonne humeur du 14 au 26 Novembre 2011! Vous avez été nombreux à participer au jeu de " combien y a t-il de billes dans le bocal ? " et 7 paniers garnis ont été gagnés, des lots de consolation ont été distribués également. Chaque jour, un rayon était mis à l'honneur, nous avons ainsi pu vous faire bénéficier de remises supplémentaires !

Merci à tous d'avoir joué le jeu!!!Toute l'équipe de Tours Nord a pris plaisir à animer ces 15 jours Anniversaire! promis! on recommencera !

En attendant de faire la fête,à nouveau,recevez nos meilleurs voeux pour cette nouvelle année!! Dans un monde de plus en plus individualiste, nous sommes sincèrement heureux de pouvoir PARTAGER et ECHANGER au sein de la Coop !

Biologiquement vôtre! **Pascale Coquelet (resp mag TN)**

### Quoi de neuf à Chambray les Tours ?

CETTE ANNEE 2011 FUT TRES RICHE EN ENSEIGNEMENTS ET EN RENCONTRES, NOUS ESPERONS VOUS VOIR TOUJOURS AUSSI NOMBREUX NOUS REJOINDRE ET VOUS ACCOMPAGNER DANS VOTRE DEMARCHE COOPERATIVE AU NOM DE L'EQUIPE DE COOP NATURE CHAMBRAY LES TOURS. JE VOUS SOUHAITE UNE TRES BONNE ET HEUREUSE ANNEE 2012

*A très bientôt. Emmanuel ETAVE (Responsable du magasin Coop Nature Chambray)*

### La Terre en mouvements, OPA sur les graines : qui sème la vente récolte la tempête

**D**ix-huit. Elles sont dix-huit organisations paysannes, environnementales ou de la société civile (1) à sonner le rappel des troupes. L'objet de leur charge : une proposition de loi, votée par le Sénat (l'Assemblée nationale, en débatta le 24 novembre) et qui remet en cause la possibilité, pour les agriculteurs, de ressemer leurs grains. Le texte vise à mettre la réglementation française en conformité avec les exigences des cadres européens et internationaux en instituant un certificat d'obtention végétale. Les organisations, elles, y lisent un renforcement des droits de propriété de l'industrie semencière et de ses monopoles. En bref, le texte avance le principe de taxer les semences de ferme, autrement dit issues de leur récolte : un agriculteur n'aurait plus le droit de ressemer le blé ou le colza qu'il aurait fait pousser, sauf à payer une forme de royalties au semencier à qui il a acheté les graines originelles. La pratique elle-même ne serait plus autorisée que pour 21 espèces. Le blé, l'avoine ou l'orge pourraient être replantés. Mais pas le maïs sans conséquence immédiate, toutefois, puisque les industriels ont déjà verrouillé techniquement leur mainmise en ne commercialisant plus que des variétés stériles – ni aucune des plantes destinées au couvert végétal des sols qu'imposent les normes environnementales. Pour elles, rachat obligatoire. Les échanges de variétés entre agriculteurs, enfin, seraient prohibés. Un recul contre lequel les organisations appellent à se mobiliser dans le cadre d'une vaste campagne (voir colonne ci-contre). « Aux yeux de l'Europe, nous sommes déjà tous des contrefacteurs », note Michel Geray, de la Coordination nationale pour la défense des semences fermières. « Nous déplorons que l'État français, qui ne s'intéresse plus aux semences depuis 1991, le fasse dans la précipitation, en ne répondant qu'aux intérêts de certains. »

(1) Dont Agir pour l'environnement, Artisans du monde, la Confédération paysanne, Attac... **M.-N.B.**

### SEL : trouvez le juste équilibre.

**N**e mangez pas trop gras, trop sucre, trop salé", le slogan est connu. Pour le sel, c'est le risque d'hypertension, facteur de maladies cardio-vasculaires, que l'on veut circonscrire en conseillant la modération. L'association entre les deux a pourtant été remise en question par des études récentes. Une intéressante publication ouvre peut-être une piste prometteuse. Elle confirme que l'excès de sel est bien facteur de maladies cardio-vasculaires. Par rapport à la moyenne, les amateurs de sel ont 53 à 66 % , de risques en plus d'en mourir. Mais elle montre aussi qu'une restriction excessive mène quasiment au même résultat : plus 19 % à 37 % de morts cardio-vasculaires que la moyenne.

Décidément, modération ne doit pas être synonyme d'ascétisme. D'autant que le régime sans sel strict rend le repas bien triste, ce qui risque d'induire malnutrition et état dépressif. Pas très judicieux, surtout chez les seniors, souvent victimes de prescriptions trop rigoureuses.

**Ni trop ni trop peu, telle est la solution ; l'absence de sel induit aussi des risques.**