

OUVERT À TOUS



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

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

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

Recette: Framboises

Pour 4 personnes-Temps de préparation : 15min-Temps de cuisson : 5 min
Temps de repos : 2 heures

250ml de lait de soja vanille- 250ml de crème de soja -120g de sirop d'agave- 2g d'agar agar -500g de framboises 2 cuillères à soupe de jus de citron

1. Diluez l'agar agar dans le lait de soja vanille, mettez dans une casserole et portez à ébullition pendant 1 minute.
2. Otez du feu et ajoutez la crème de soja, mélangez. Ajoutez ensuite 60g de sirop d'agave et mélangez de nouveau. Versez dans 4 ramequins et laissez refroidir.
3. Pendant ce temps rincez les framboises, mettez les dans un blender avec le jus de citron. Mixez finement le tout à pleine puissance pendant 2 minutes.
4. Passez les framboises mixées au chinois pour retirer toutes les petites graines.
5. Ajoutez 60g de sirop d'agave au coulis de framboise filtré.
6. Mettez les panna cotta et le coulis de framboise au réfrigérateur pendant 2 heures.

**COOP NATURE : De vrais magasins BIO «Coopératifs »
dirigés par un Conseil d'administration
composé de sociétaires élus et bénévoles**



Coop Infos: N°27 Juillet-Août- Sept 2010

Edito

Merci aux nombreux sociétaires présents lors de notre assemblée générale annuelle. (Vous étiez environ 150 dans la salle).

Toutes les résolutions proposées à l'ordre du jour lors de cette assemblée ont été adoptées et les nombreuses questions diverses posées ont fait l'objet de discussions intéressantes et ont permis à un certain nombre d'entre vous de mieux connaître dans le détail nos projets à venir et notamment tout ce qui concerne la prochaine ouverture de notre magasin de Tours Sud.

Suite à la modification, en mars dernier, de la législation sur les tickets restaurants, il vous est possible dès maintenant d'effectuer partiellement le règlement de vos achats par ces titres de paiement. (pour plus de détails, lisez, pages suivantes, l'article consacré à ce sujet)

Il me reste à vous souhaiter un excellent été. N'oubliez pas tous nos bons fruits et légumes de saison. Ils vous aideront à mieux supporter la chaleur et vous permettront d'être en pleine forme pour la rentrée.

Bonne lecture de notre petit journal.
Coopérativement vôtre,
le président du Conseil d'administration
Jacques Guilloux

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

Sommaire

Edito	P1
Cochon qui s'en dédit OGM dans le fromages	P2
Lecture virtuelle – Déchets- Tabac	P3
OGM	P4
Jardinage	P5
Environnement	P6
Actualités Coop Nature : Quoi de neuf à Tours Nord - Tickets Restaurant - Travaux 3 ème Magasin	P7
Recette	P8

Ont participé à ce Numéro:
Marlène Baudrier
Pascale Coqutlet
Jacques Guilloux
Jean-Claude Isope
Jean-Claude Malbet
Françoise Revol

Cochon qui s'en dédit

Les industriels de la charcuterie ne s'en vantent pas, mais dans les rillettes ou le pâté il n'y a pas que du cochon charcutier, il y a aussi de la truie de réforme. Qu'ès aco ? Une stakhanoviste de la mise bas. Pour donner naissance à 27 porcelets par an, contre 16 dans les années 70, l'animal a été allongé par les généticiens de l'Inra pour aligner 14 tétines au lieu de 10. La grosse bête se morfond trois ans dans un box riquiqui, où elle n'a rien d'autre à faire que lécher les barreaux de sa cage et se charger en métaux lourds. Ajoutez-y des piqouzes en série pour faciliter les mises bas. D'abord des injections d'œstrogènes afin de déclencher les naissances pile -poil au jour J, une piqûre d'ocytocine pour accélérer les contractions et l'éjection du lait, et, toujours pour augmenter la cadence, un dose spasmolytique et de vasoconstricteur. Plus tard, afin que ses tétines ne s'infectent pas, la truie aura droit à sa dose d'antibiotiques et d'anti-inflammatoires. Histoire d'améliorer le quotidien des truies, l'Europe a décidé que, le 31 janvier 2012 dernier carat, elles auraient le droit de vivre avec les copines et dans plus d'espace : « les truies ont volontiers des interactions sociales avec d'autres porcs, à condition de disposer de leur liberté de mouvement », dixit ladite directive sur le bien-être des truies, qui date déjà depuis 2001...

Mais certains éleveurs font leur tête

de lard. La Coordination rurale (CR), l'un des trois syndicats agricoles réclame à l'Europe trois ans de rab' pour mettre aux normes les porcheries. Motif : un cochon heureux protégé par Bruxelles coûte plus cher à produire qu'un cochon malheureux. Comptez 1,30 centimes d'euro de plus par kilo de carcasse ! On espère que Bruxelles ne se laissera pas marcher sur le Groin !

Source : Canard Enchaîné du 02/06/2010, article proposé par MB

OGM dans les fromages

Ce n'est plus un secret, pour nourrir leurs animaux, les éleveurs européens sont obligés d'importer des fourrages riches en protéines. En particulier, toutes les chances d'être OGM. Ce qui laisse insatisfaits nombre de consommateurs. Insatisfaction décuplée lorsqu'on parle de produits du terroir. Un chabichou du Poitou fabriqué avec le lait de chèvres ayant mangé du soja OGM américain, il y a quelque chose qui cloche. C'est pourtant ce qui risque de se produire, le cahier des charges de cette AOC ne prévoyant pas explicitement exclusion des fourrages transgéniques. Ce n'est pas le seul, comme le détaille Greenpeace partie en campagne contre les OGM dans les fromages français sous appellation d'origine. L'association publie une carte où l'on apprend que si le comté, le saint nectaire ou le roquefort ont banni ces fourrages, il n'en va pas de même du brie de Meaux, du camembert de Normandie ou du crotin de Chavignol. Une carte détaillée est disponible sur <http://ogm.greenpeace.fr/>

Source Que choisir 482 juin 2010
Article proposé par MB

Actualités de Coop Nature

Quoi de neuf à Tours Nord

Nous vous rappelons, comme tous les étés, nous serons fermés tous les lundis.

Nous tenons à remercier tout particulièrement M Gauachaud, sociétaire et bénévole pour sa gentillesse et sa disponibilité ; en effet grâce à lui, nous avons maintenant 2 poubelles extérieures, à votre disposition, pour le respect de l'environnement de votre Coop !

Nous vous souhaitons de bonnes vacances restez prudents et revenez en pleine forme ; nous vous retrouverons avec un réel plaisir car la Coop c'est aussi un lien d'échanges et de convivialités .

Merci de votre confiance et votre fidélité

A très bientôt. P.Coquelet

Pascale Coquelet (Responsable du magasin Tours Nord)

Tickets Restaurant

Une bonne nouvelle : La Coop vient d'être agréée à Tours Centre et à Tours Nord et vous propose l'utilisation des tickets restaurant, chèque de table et chèques restaurant pour l'achat de produits Alimentaire (en sec ou en frais) selon la législation en vigueur. Nos caissières auront le plaisir de vous informer.

Françoise Revol

Chambray les Tours

La fin du chantier d'aménagement de notre 3ème magasin à Tours-Sud Chambray est proche. Le branchement de la puissance électrique nécessaire au fonctionnement est prévue début Août 2010.

Les rayonnages et les vitrines réfrigérées sont en place. L'ouverture du magasin est prévue en Septembre 2010.

***Jean -Claude Isope
La commission travaux***

OGM

Union Européenne - OGM : la pomme de terre Amflora autorisée à la culture

La pomme de terre transgénique Amflora, mise au point par l'entreprise allemande. BASF, a été autorisée le 2 mars par la Commission européenne. Il s'agit de la première autorisation d'une plante génétiquement modifiée à la culture depuis 1998, date de l'autorisation du maïs Mon810. La nouvelle Commission Barroso commence donc son mandat par une décision qui risque d'être largement impopulaire. Cette décision n'est pas surprenante pour autant, car dès le mois de janvier, des bruits dans les couloirs de la Commission circulaient annonçant que Barroso souhaitait en terminer avec le blocage sur le dossier OGM.... Cette autorisation, extrêmement controversée, plusieurs produits de ce type sont déjà acceptés au sein de l'Union européenne, notamment le MON 863, le NK603 et le [MON810](#). Ses autorisations données à la pomme de terre Amflora ainsi qu'aux trois nouvelles variétés de maïs transgéniques sont valables pour dix ans.

Amflora (EH92-527-1) est une pomme de terre modifiée par transgénèse afin de contenir un taux d'amidon, sous forme d'amylopectine, plus élevé. L'amylopectine intéresse l'industrie pour la fabrication de textiles, béton ou papier. Selon le dossier déposé par l'entreprise, l'industrie du papier serait la principale destinataire de l'amidon produit par cette PGM. Autre caractéristique, la pomme de terre Amflora contient un gène de résistance à un antibiotique. Or pour ces gènes, les experts de l'EFSA et ceux de l'Organisation Mondiale de la Santé n'arrivent pas à tomber d'accord sur leur utilisation hors des champs médicaux !

Les risques : Sur la présence d'un gène de résistance à un antibiotique, nous avons indiqué plus haut le désaccord entre experts concernant les dangers de la dissémination de tels gènes. Concernant les impacts sur l'environnement, la pomme de terre OGM n'avait été testée aux champs que dans un seul pays, la Suède, au moment du dépôt des dossiers d'autorisation (cf. dossier UK/2005/14). Des essais en champ ont donc bien eu lieu, mais la question de leur exhaustivité est tout de même posée puisque la Suède peut difficilement prétendre représenter l'ensemble des paysages de culture européens. Des essais en champs ont été réalisés depuis dans d'autres pays, mais les résultats ne sont pas dans les dossiers de demande d'autorisation.

Trois pays viennent d'interdire : dont la **Hongrie le 18 juin 2010**, le ministère du Développement Rural a décidé d'interdire [1] la pomme de terre génétiquement modifiée Amflora (autorisée à la culture le 2 mars 2010 [2]). C'est donc le troisième pays de l'Union européenne, après l'Autriche et le Luxembourg, à contester la décision de la Commission européenne et à manifester concrètement son opposition aux plantes transgéniques. D'autres pays, comme la France et l'Italie, se sont contentés, pour le moment, de dénoncer oralement cette autorisation, sans prendre de mesure réglementaire précise.

Pour en savoir plus sur le sujet voir ci-dessous :

<http://www.infogm.org/> article proposé par JCM, source : info ogm

Jardinage : Conseils nature

Capucines au pied des fruitiers

La capucine est une belle annuelle, rampante ou escaladeuse, qui se plaît dans le sol travaillé au pied des jeunes arbres. A l'entrée de l'hiver, elle disparaît pour laisser une résille légère qui protège le sol. Facile à vivre, elle ne demande qu'un terrain pas trop lourd et n'a pas son pareil pour garnir une vieille souche qu'on aura conservée par souci de biodiversité. Les insectes butineurs apprécient sa présence – ainsi que les pucerons qui s'y développent parfois de façon explosive ! Dommage pour les capucines, mais tant mieux pour les auxiliaires : ils trouvent là une nourriture de choix qui les motive pour faire « souche » dans votre jardin !

L'achillée ou les armoises se trouvent souvent envahies par des colonies de pucerons verts sans dommage pour elles.

Le téléphore fauve, joli auxiliaire

Ces beaux coléoptères brun orangé, appelés *Rhagonycha fulva*, sont des hôtes fréquents des jardins de juin à août. Ils s'affichent souvent en grand nombre sur les fleurs du jardin pour se nourrir de pollen et de petites proies comme les pucerons. Les adultes apprécient tout particulièrement les fleurs de poireaux et d'ombellifères : carotte, aneth, ache, persil, fenouil, angélique...Après l'accouplement sur les fleurs, les femelles descendent en été pondre dans le sol. Leurs larves, ressemblant à celles des verts luisants (des cousins), poursuivent le travail salutaire de leurs parents en consommant des petites proies, dont jeunes escargots, même en hiver. Pour les accueillir, laissez les fleurs s'épanouir et couvrez le sol d'un paillis de feuilles mortes au pied des plantes du potager et des alentours

.Semez droit pour désherber vite

Seuls les semis en rangs bien droits et fins vous permettront de venir désherber le long du rang avec un sarcloir (aussi appelé ratissoire). Cet outil permet de couper les jeunes herbes indésirables et de désherber de manière rapide et sans fatigue. **1** Tendez un cordeau le long du rang à semer et tracez le sillon avec la "langue" d'une serfouette. **2** Semez en vous aidant d'une boîte de semis pour répartir les graines de façon linéaire. **3** Fermez le sillon avec le dos du râteau et tassez légèrement le sol.

Environnement

FORÊTS " 250 000 hectares de forêts tropicales disparaissent chaque semaine "

Maillons essentiels de la chaîne de la vie, les forêts jouent un rôle crucial dans le cycle de l'eau et la régulation des climats. Elles comptent parmi les écosystèmes les plus riches et les plus utiles de la planète, abritant plus de 50 % de la biodiversité terrestre. Pourtant, leur dégradation se poursuit à un rythme effréné. Chaque semaine, c'est près de 250 000 hectares de forêts tropicales qui se volatilisent. Or, on estime que 20% des gaz à effet de serre émis dans l'atmosphère proviennent de la déforestation. Et c'est à une exploitation forestière peu respectueuse de la nature et de l'homme, souvent illégale, ainsi qu'à des coupes sauvages pour installer des plantations industrielles, telles que le palmier à huile et le soja, qu'il faut imputer l'hémorragie des forêts et des milliers d'espèces qu'elles hébergent.

Si en France les forêts augmentent en surface depuis la fin du 19ème siècle, à l'heure actuelle, seul 1% de ces écosystèmes est suffisamment protégé au nom de l'incalculable biodiversité qu'il abrite. En métropole française, plus de 200 espèces forestières sont menacées de disparition ou fortement fragilisées. Une situation préoccupante qui s'explique par l'application obstinée d'un modèle de gestion ayant tendance à uniformiser les milieux au détriment de la variété faunistique et floristique.. Par ailleurs, les besoins croissants de l'homme vis-à-vis de produits en bois papier, mais aussi en produits contenant de l'huile de palme ou en viandes nourries au soja, lorsqu'ils n'ont pas de garanties environnementales, contribuent également à la disparition accélérée de la biodiversité et à la déstabilisation du climat.

Note d'information – Règlement sur le bois illégal (06/07/2007)

Alors qu'elle représente le plus grand marché de bois au monde, l'UE a reconnu dès 2003 la nécessité d'agir contre l'exploitation illégale des forêts, dans le but de protéger les forêts menacées, la biodiversité et les écosystèmes associés, et de lutter contre le dérèglement climatique. Sept ans après, une loi destinée à interdire le commerce de bois illégal sur le marché européen est sur le point de voir le jour.

Après deux ans d'âpres négociations, les représentants du Conseil, du Parlement et de la Commission sont parvenus à un compromis le mois dernier. Le nouveau règlement nécessite cependant l'accord formel de l'institution parlementaire et des ministres de l'Agriculture pour officiellement entrer en vigueur ; en outre, il faudra deux ans supplémentaires avant qu'elle ne soit appliquée. Le Parlement votera demain, suivi du Conseil de l'Agriculture, très probablement en septembre.

Les Amis de la Terre, Greenpeace et le WWF appellent à soutenir le compromis et à approuver ce nouveau règlement qui marque une étape importante dans la lutte contre la déforestation, notamment en promettant de rendre la filière bois plus transparente. Cependant, il reste beaucoup à faire pour réduire l'empreinte forestière des Européens. Celle-ci ne cesse de grandir, grignotant des forêts qui devraient être protégées pour sauvegarder la biodiversité et atténuer le changement climatique. Etant donné le rôle fondamental des forêts en termes de régulation du carbone dans l'atmosphère, la lutte contre le changement climatique implique la fin effective de la déforestation d'ici 2020.

Source : <http://www.wwf.fr/> - (Article proposé par jcm)

Lecture virtuelle, consommation réelle.

L'arrivée sur le marché du livre électronique est-elle une bonne nouvelle pour l'environnement ? Les amis de la terre ont fait une comparaison entre ce que consomme la mise au point et la réalisation de ces lecteurs type Ipad ou Kindle et ce qu'ils font économiser (notamment en papier).

Le résultat est pour le moment au bénéfice du livre papier... car les appareils électroniques ont une durée trop courte pour que les économies réalisées à l'usage compensent les dépenses pour leur fabrication.

Déchets

Toujours plus et pas assez recyclés

*En 10 ans (1998-2008) , selon les données statistiques d'Eurostat, la quantité de déchets par habitant est passée de **496 à 524 kg dans l'Union Européenne**. **En France**, on est passé de **508 à 543 kg** . Quelques pays ont réussi à baisser cette quantité de déchets : en **Allemagne on est passé de 647 à 581 kg** . Baisse également en Hongrie, Bulgarie, Lituanie. Le compostage et le recyclage par collecte sélective sont en progression passant de 20 % à 40 % du volume en dix ans. Mais les pays ont des politiques bien différentes : si en Autriche , 70 % des déchets sont compostés ou recyclés (et l'essentiel du reste incinérés), *en France , nous n'en sommes qu'à 33 % (contre 22 % il y a dix ans)* . Le compostage est encore inexistant dans nombreux pays de l'Europe de l'Est... où les décharges sont prépondérantes . L'incinération est utilisée de manière très différente : pas du tout par exemple en Bulgarie, énormément au Danemark. *La solution serait dans la limitation de la production des déchets*. Le Letton, 331 kg est le mieux placé. Le Danois avec 802 kg est le plus gros producteur de déchets.*

Tabac : triste parité

*Le maximum de consommation de tabac par les hommes a été atteint, en France, dans les années 1920. Depuis la progression est assurée par l'augmentation de la consommation par les femmes. Le maximum de cancers pour les hommes n'a été atteint que dans les années 1990. Pour les femmes, qui fument aujourd'hui autant que les hommes, la croissance du cancer est en forte hausse : en quinze ans , **le nombre de femmes de 40 à 49 ans qui meurent d'un cancer du poumon a été multiplié par quatre**. Source : Silence n° 381 été 2010 (articles proposés par FR)*