B O MAGAZINE DES ENTREPRISES BIO DE VOTRE RÉGION

ÉDITION SPÉCIALE

ANNIVERSAIRE!

Découvrez la communauté bio

Coup de ?

LA SÉLECTION BIO POUR CET HIVER

Recette

RAVIOLES EMMENTAL POIVRE NOIR ET POTIMARRON



BOOSTER SON ÉNERGIE turellement



EXPERTISE ET NATURALITÉ

Fabricant français engagé dans la parentalité instinctive, Néobulle a développé une gamme complète de produits de soin biologiques à base de plantes pour les bébés et leurs parents.







Les entreprises de la Communauté bio

Auvergne-Rhône-Alpes vous proposent ce magazine bi-annuel afin de vous faire découvrir leurs savoir-faire et leurs valeurs autour du bio et au-delà!



Interview

Alexandra Polya: la beauté en héritage

Coups de Coeur La sélection BioMag pour affronter



Pecettes

Craquantes aux amandes chocolatées Ravioles à poêler et velouté de potimarron

Antoine Onorati brasse la bière et les

soom sur Bien-être féminin et cycle menstruel : les solutions naturelles et bio

Découvrez nous ! La Communauté Bio Auvergne-Rhône-Alpes



Nat&Plantes Infusion Nat&Plantes de saison avec de la menthe poivrée, thym, échinacée, sureau pour se réchauffer du grand froid! Prix 5,90€ les 16 sachets pyramidaux

Un anniversaire, ça se fête!

Nous y Wilà... Le BioMag fête sa 10^e édition! Depuis 5 ans. nous prenons un réel plaisir à vous faire découvrir les entreprises bio près de chez vous, qui s'engagent chaque jour à vous proposer des produits toujours plus sains et respectueux de l'environnement.

Pour ce numéro anniversaire, rechargeons les batteries! Au fil de votre lecture, retrouvez nos conseils et astuces pour booster votre immunité cet hiver, testez nos recettes gourmandes à partager, et changez vos habitudes en découvrant nos produits coup de coeur.







Cluster Bio: INEED Rovaltain TGV 1, rue Marc-Seguin 26958 Alixan - 0475558011 - communication@cluster-bio.com Photographies:

®Shutterstock - Rédaction: MP Guiard / Maquette et illustrations: Cluster Bio Auvergne-Rhône-Alpes

SECRET D'OKINAWA

formule végétale

Aux actifs de Getto rajeunissants



Huile visage concentré rajeunissant **96%** d'ingrédients BIO



L'INTERVIEW Bio Mag

Alexandra Polya: la beauté en héritage

Alexandra Polya a créé Bijin qui signifie "belle personne" en japonais, une marque de soin bio inspirée des rituels ancestraux de beauté japonais. Des ingrédients et des gestes à la fois étonnants et novateurs que nous décode sa créatrice.

Rédaction : MP Guiard

Pourquoi avoir créé Bijin?

J'ai découvert l'univers de la beauté en France puis au Japon où j'ai vécu 11 ans. Au Japon, la beauté fait partie intégrante de la culture, elle se transmet de siècle en siècle et de mère en fille. J'ai toujours travaillé dans ce secteur, chez Darphin puis chez Procter & Gamble à la division prestige. Le virage de la quarantaine a suscité chez moi une envie d'entreprendre doublée d'une prise de conscience écologique. A travers Bijin, j'ai envie de transmettre une nouvelle gestuelle et des rituels à intégrer dans notre routine beauté, avec des produits sains et naturels pensés comme des aliments qui viennent nourrir notre peau. J'ai beaucoup étudié la façon dont les Japonais appréhendaient la beauté, avec leurs supers ingrédients naturels.

Quels sont ces supers ingrédients que vous utilisez dans vos soins?

Il y a d'abord les huiles de soin de riz et de thé vert, remarquables pour hydrater la peau et qui permettent de se démaquiller. Les cocons de soie que l'on enfile au bout des doigts permettent d'exfolier la peau en douceur, c'est un rituel assez déroutant, mais très efficace. Le matcha et le yuzu que l'on utilise en poudre nettoyante. Le getto et l'ashitaba sont deux plantes originaires de l'île d'Okinawa, une de ces zones bleues où l'espérance de



Alexandra Polya fondatrice de Bijin

vie est supérieure à la moyenne. Elles contiennent 30 fois plus de polyphénols que le raisin et sont utilisées dans un soin anti-âge. Les billes de céramique enrichies en hydrogène possèdent des propriétés qui boostent le système immunitaire et produisent un effet rajeunissant sur la peau et les cellules. Nos masques en tissu non infusés permettent d'optimiser le soin en capturant les principes actifs plus longtemps sur la peau. Enfin, le charbon actif utillisé en poudre permet de détoxifier la peau et l'organisme. Nous sommes d'ailleurs aujourd'hui en mesure de proposer une version 100% française.

Quels sont vos prochains soins ou rituels?

Je travaille sur une ligne de supers aliments et sur des parfums bio et zéro déchet!





bio a local!

Khla a sélectionné pour vous dans un

coffret prestige ses meilleurs thés: Sencha, Breakfast OP, Paï Mu Tan, Oolong,

Chun Mee. Prix:59.90€

Vienne (38)



Jisane émotion

Deva

Une gamme de 8 tisanes bio potentialisées aux fleurs de Bach et élixirs floraux Deva à découvrir. Pour une pause plaisir et un bienêtre émotionnel!

Prix: 5,15€

Autrans (38)



Sucette lapin Façon Chocolat

Sucette Lapin au chocolat noir, praliné ou blanc, toujours sans lécithine et sans produit laitier.

Prix: 3,50€ les 30g (26) Crest (26)



Sa formule 100% végétale aux extraits d'Ashitaba et de Getto, deux supers antioxydants, qui contribuent à ralentir le vieillissement cutané.

> Prix:49€ Cusset (03)



Tentez de remporter certains produits sur nos comptes :

@lacommunautelio 0 Obioauvergnerhonealpes 4





Huile de soin active

musquée répare et apaise les irritations.

Conçue pour les mains sèches, cette préparation à base d'huiles de jojoba, macadamia, coco et rose

ladrôme laboratoire

Prix: 13,50€ Saillans (26)







L'hiver, le froid et le manque de lumière impactent notre énergie vitale. Voici une routine en trois étapes, un cercle vertueux à mettre en place pour vous permettre de vaincre vos baisses de tonus et les petites difficultés du quotidien!

Etape /: mangez mieux
On le répète souvent ici, les aliments sont

On le répète souvent ici, les aliments sont votre premier médicament. Bien se nourrir, c'est permettre à votre corps de fonctionner de façon optimale en lui apportant l'énergie nécessaire à son fonctionnement, sans l'encrasser, ni trop le fatiguer. Bien manger, c'est cuisiner et consommer des aliments vivants. La digestion grignote environ 20 à 30% de votre énergie. Bien se nourrir, c'est donc aussi bien digérer pour ne pas trop vider nos réserves d'énergie.

Moins de gras et de sucre Un aliment vivant est un aliment non

transformé, si possible bio, de saison et local. Faites la part belle aux fruits et aux légumes frais, avec une préférence pour les légumes verts cuits de façon douce, à la vapeur par exemple. Remplacez ensuite les aliments raffinés et blancs par leurs versions semicomplètes ou complètes. Il convient enfin de ne pas ingurgiter trop de graisse saturée ou de sucre raffiné afin d'éviter une surcharge de travail du foie. Cela permet de soutenir le côlon dans sa mission, puisqu'il fait aussi partie du système digestif.

Bien manger, c'est bien mâcher...

La digestion démarre dans la bouche, mangez lentement et en conscience pour permettre aux sucs digestifs présents dans la salive de démarrer le travail de décomposition. Intégrez les supers aliments dans votre alimentation comme les algues et les graines germées en pluie sur les salades, la spiruline à saupoudrer dans les jus, le curcuma, le gingembre, l'acai, les baies de goji en assaisonnement.

Buvez régulièrement Bien se nourrir, c'est aussi bien s'hydrater,

Bien se nourri, c'est aussi bien s'hydrater, pensez à boire de l'eau régulièrement pour permettre aux reins de maintenir une vitesse de croisière sans s'encrasser. Le matin, buvez un verre d'eau tiède puis tout au long de la journée, de l'eau à température ambiante et à petites doses.

Etape 2: éliminez

Détoxifier votre corps, c'est lui permettre de gagner en énergie. Pour bien éliminer, assurez-vous de chouchouter vos organes émonctoires, ceux qui assurent l'élimination des déchets. Les poumons évidemment, mais aussi le foie, énorme station d'épuration, le côlon où se forment les selles, les reins qui filtrent le sang et forment l'urine et enfin la peau qui par le biais de la transpiration élimine les déchets.

Activez la respiration consciente

Pour soutenir la fonction des poumons, apprenez la respiration abdominale, celle qui permet de vider et de remplir à fond les poumons et la cage thoracique. Réalisez vos exercices de respiration abdominale allongé sur le ventre, cela permet de bien prendre conscience du processus et de muscler au passage vos abdos! Pour bien respirer, essayez le Jala Neti, une technique ayurvédique qui consiste à se laver une narine puis l'autre avec de l'eau tiède et du sel. Cette irrigation nasale plus puissante qu'il n'y parait, rééquilibre les émotions et les énergies.

Détox globale

Transpirez pour vous détoxifier, faites des saunas à infrarouges ou des bains de pieds avec de l'eau chaude et du gros sel en prenant garde de faire tremper vos pieds jusqu'à la malléole. Autre option moins écologique, un bain chaud avec du gros sel dans lequel on peut ajouter des brins de romarins. Marchez ou courez en conscience, aérez-vous plusieurs fois par jour. L'idée n'est pas de vous préparer au triathlon, plutôt de mobiliser régulièrement l'ensemble de votre corps et de votre squelette en vous étirant doucement, en balançant vos bras en marchant. Une façon d'oxygèner votre cerveau en plus de vos poumons.

Les bains dérivatifs

Le bain dérivatif est une technique ancienne qui consiste à rafraîchir à l'aide d'un bain de siège (comme dans le temps), un gant de toilette ou encore une poche réfrigérée les deux plis inguinaux et le périnée. Cette fraîcheur entraine la mobilité de l'intestin provocant l'expulsion des selles, mais aussi le déplacement dans tout le corps des graisses issues de la digestion, contribuant ainsi à nettoyer l'organisme.

Etape 3: Libérez vos énergies

L'énergie n'est pas simplement physique, elle est aussi émotionnelle. Commencez par cultiver les émotions positives, l'empathie en pratiquant la gratitude. En vous forçant à penser positif, vous allez prendre conscience de vos pensées négatives et limitantes, tous ces schémas de pensées inculqués depuis l'enfance... Rapidement, la pensée s'inverse et vous commencerez à voir le verre à moitié plein plutôt qu'à moitié vide!

La pleine conscience

Le stress est un gros consommateur d'énergie, en sa présence, le corps lutte pour préserver ses défenses immunitaires. Il existe de nombreuses façons de soulager son corps et sa tête du stress oxydatif. Le yoga, la sophrologie, la méditation de pleine conscience, le Qi gong, chanter des mantras permettent de vivre pleinement l'instant présent en limitant les agitations du mental.





TARTINABLES APÉRITIFS FROMAGÉS ET VÉGÉTAUX 15 FERMES LOCALES PARTENAIRES





ancrez-vous

Marchez pieds nus, cette pratique courante dans beaucoup de religions permet de se libérer d'une partie de son énergie négative en se reconnectant au sol, comme une prise de terre... Il existe 1500 terminaisons nerveuses sur la plante du pied. Plus haut, tapotez votre thymus, cette glande discrète située entre la deuxième et la troisième côte iuste en dessous de la clavicule. Le thymus équilibre le système immunitaire en stimulant les globules rouges et blancs. En la tapotant, vous vous revitalisez pour relâcher les tensions accumulées et stimuler votre énergie vitale.

Massez-vous

Les soins énergétiques comme le reiki, le shiatsu, l'acuponcture permettent d'activer les méridiens pour mieux faire circuler l'énergie. On peut aussi tenter l'auto-massage, en reiki c'est d'ailleurs une pratique courante. Couvrez-vous les yeux avec vos mains en creux jusqu'à ressentir une chaleur, puis déplacez vos mains pour couvrir les oreilles, le cou, les épaules, le ventre. Vous pouvez aussi prendre l'habitude de vous masser les pieds avec de l'huile le soir pour stimuler les méridiens et calmer le système nerveux.

La lithothérapie

Le terme lithothérapie vient du grec lithos qui signifie pierre et therapeia, thérapie. C'est une technique qui utilise les propriétés des pierres et des cristaux pour soigner. La lithothérapie fait partie des thérapies énergétiques holistiques réputées pour favoriser l'équilibre de l'organisme. En rééquilibrant les fonctions vitales de l'organisme, la lithothérapie apporte un bien-être physique et psychique. Les pierres et cristaux s'utilisent de plusieurs facons: par contact direct sur la peau, avec un bijoux par exemple, en massage avec des huiles de cristaux et sous forme d'élixirs à ingérer.

Au cœur de nos cellules, notre corps renferme du silicium. le même silicium contenu également dans les pierres et les cristaux. Cela créée une

résonnance, la pierre envoie au corps un signal porteur d'informations vibratoires en fonction de ses besoins. On peut harmoniser l'organisme, le purifier ou bien le stimuler.

Pour choisir une pierre, rien ne vaut l'intuition, dans une boutique de pierres, laissez-vous porter par vos émotions, que ressentez-vous en la touchant, palpez la pierre, ressentez ce qu'elle projette. Vous pouvez ensuite vous plonger dans les livres puis choisir une pierre en croisant ces deux expériences.

Pour une lithothérapie efficace, les pierres doivent être pures et de très bonne qualité, à savoir naturelles, donc non synthétiques, non chauffées ou reconstituées artificiellement.









Pour une gorge apaisée dès les 1er froids!

Une gamme complète de solutions bio innovantes et efficaces pour rester en forme toute l'année



Produits distribués en magasins bio









200g de gourmandise





Craquantes aux amandes enrobées de chocolat

Par Biscuiterie de Provence

Ingrédients

- 1 paquet de craquantes bio aux amandes Biscuiterie de Provence
- 60g de chocolat noir à pâtisser
- 60g de chocolat blanc à pâtisser
- 60g de chocolat au lait à pâtisser
- petites graines au choix : sésame, chia, courge, auinoa...
- petits fruits secs au choix : baies de Goji, noix ou noisettes, amandes, pistaches...

Préparation

Faites fondre le chocolat noir au bain-marie.

Trempez la moitié d'une première craquante aux amandes dans le chocolat fondu (Vous pouvez vous aider d'une cuillère. notamment si vous souhaitez faire des zigzags avec le chocolat sur l'autre moitié de la craquante).

Aussitôt, saupoudrez à votre guise, de petites graines, de petits fruits secs... Faites de même avec la valeur d'un tiers du paquet de craquantes.

Faites fondre ensuite le chocolat blanc, customisez de la même façon la moitié des biscuits restants.

Pour finir, faites fondre le chocolat au lait et recommencez l'opération avec le reste de craquantes.

Laissez le chocolat figer avant d'entreposer dans des boîtes ou des bocaux... et avant de déguster!

Pour un chocolat cassant et brillant, ne fondant pas entre les doigts, il faut idéalement passer par l'étape du tempérage. Sinon, conservez vos craquantes dans une boîte ou un bocal en verre hermétique, au réfrigérateur.

Pour cette recette



Ravioles à poêler emmental poivre noir, velouté de potimarron

Par Comptoir du Pastier

Ingrédients

- Un sachet de ravioles à poêler emmental Comptoir du Pastier
- 1 potimarron bio
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 25cl de bouillon de légumes
- 3cl d'huile d'olive
- 25g de beurre
- 40g de noisettes torréfiées

PASTIER

• Quelques brins de cerfeuil

Il vous faudra

de potimarron, le sel et le poivre. Laissez cuire

quelques minutes.

Préparation

réservez.

Brossez soigneusement

la peau du potimarron

sous un filet d'eau pour

Ciselez finement les

lui enlever ses impuretés.

Découpez en petits dés et

oignons et l'ail. Dans une

avec un filet d'huile d'olive

les oignons et l'ail pendant

Ajoutez ensuite les cubes

sauteuse, faire revenir

quelques minutes, ajouter le bouillon de légumes à mi-hauteur et couvrir.

Laissez mijoter 20 minutes.

Pendant ce temps, poêlez les ravioles à l'emmental et au poivre noir Comptoir du Pastier pendant 5 minutes jusqu'à obtenir une belle coloration.

Mixez le potimarron avec le bouillon jusqu'à obtenir un mélange lisse et homogène.

Versez le velouté dans les bols, ajoutez les ravioles en topping, quelques noisettes concassées et enfin un peu de cerfeuil. Dégustez.





4 personnes



20 minutes



25 minutes



LINTERVIEW Bio Mag

Antoine Onorati brasse la bière et les idées

Avec son frère. Antoine Onorati est à la tête des Brasseurs Savoyards, une maison qu'ils ont propulsée en 8 ans au rang de première brasserie exclusivement bio de France. L'occasion de l'interroger sur leur façon bien particulière de brasser la bière.

Rédaction : MP Guiard

Qu'avez-vous cherché à développer en reprenant la brasserie?

Nous avons repris les Brasseurs Savoyards avec l'idée de proposer une bière bio artisanale de qualité à un prix accessible. A l'époque, l'offre française d'une bière bio et locale était inexistante, la brasserie était authentique car on extrait le maximum criblée de dettes et ne proposait qu'un de la céréale sans masquer un possible ou deux produits bio. Faire des bières bio manque de goût avec du houblon... s'est imposé comme une évidence. Nous La triple, la première bière de notre avons commencé par faire un gros travail de sourcing pour trouver du houblon et amère, ronde et douce, presque sucrée, du malt d'orge et de blé bio, pas facile à très appréciée du public féminin. C'est l'époque. Nous avons également embauché pourtant une bière qui fait 9 degrés, la un brasseur qualifié avec qui nous avons fait plupart des bières industrielles tournant progresser les recettes.

Quelles sont les spécificités gustatives de ces bières bio et

Nous cherchons à développer des goûts spécifiques en prenant le contre-pied des brasseries qui mettent souvent le goût du houblon en avant. Le houblon est un ingrédient secondaire dans le brassage de la bière qui n'est apparu qu'au 12^e siècle comme conservateur. L'ingrédient principal de la bière ce sont les céréales. Notre bière la plus primée, la bière ambrée, possède 7 malts différents! Ce travail sur les céréales apporte une complexité et une longueur en bouche avec des notes finales de grillé, de céréale torréfiée. Ce travail nécessite un matériel très technique et un brassage plus poussé, mais garantit une bière plus



antoine Onorati Fondateur des Brasseurs Savovards

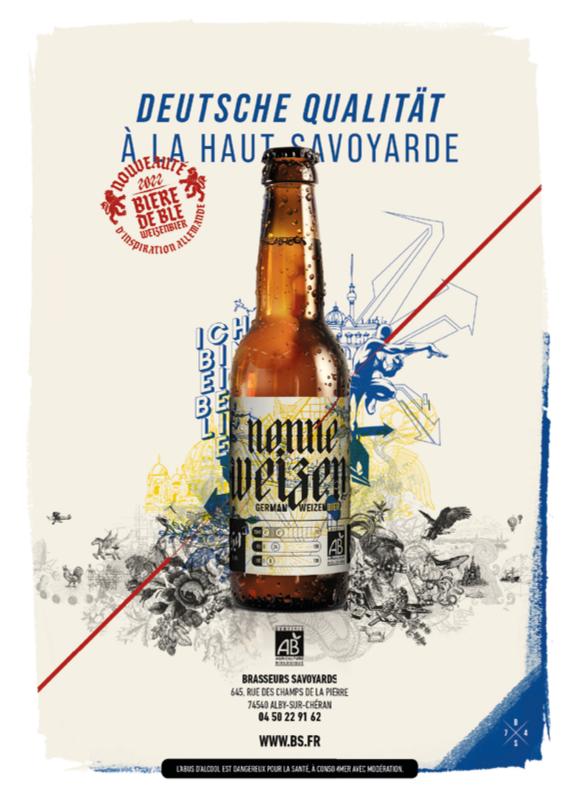
gamme Nonne est une bière très peu autour de 4/5 degrés.

Quels sont vos projets pour

Nous allons sortir deux nouvelles bières et nous travaillons sur une bière sans alcool, un projet assez technique à mettre en place car on doit distiller la bière dans un alambic particulier à basse pression sans monter trop haut en température. Nous travaillons également à consigner le gros de nos bouteilles de 75 cl, cela prend du temps car il faut relancer la filière!



Les Brasseurs Savoyards Alby-sur-Chéran (74)



BIEN-ÊTRE FÉMININ AU COURS DU CYCLE MENSTRUEL Nos solutions naturelles et bio

Tour de piste des solutions naturelles et bio pour vivre pleinement sa vie de femme et affronter plus sereinement les désagréments dus aux variations hormonales.

Rédaction : MP Guiard

Tout au long de notre vie, notre corps de femme est soumis à l'influence hormonale et nos cycles menstruels comme les cycles lunaires s'articulent autour de quatre phases, la phase préovulatoire, la phase ovulatoire, la phase pré-menstruelle et la menstruation.

De même, notre vie de femme est jalonnée de quatre temps forts que sont la puberté, la périménopause, la ménopause et la post-ménopause sans parler de la grossesse qui nous plonge aussi dans un bain d'hormones et dans des états physiques et émotionnels qui fluctuent sans cesse. Ces désagréments ne sont pourtant pas une fatalité, il existe des solutions naturelles et bio pour préserver notre bien-être féminin.

Soulager les syndromes prémenstruels

Si à la fin de votre cycle, votre ventre gonfle, votre poids fluctue, si vous ressentez une fatigue parfois intense, que vous dormez mal, vous sentant parfois à fleur de peau, agressée par un rien, un bruit, une odeur, vous souffrez sans doute de syndrome prémenstruel. Une revue suisse médicale*publiait récemment les chiffres éloquent d'une étude américaine selon laquelle 80 à 90% des femmes présenteraient des troubles prémenstruels et 35% présenteraient des symptômes perturbant leur vie sociale, professionnelle ou familiale.

Des solutions naturelles et bio

Première solution naturelle à adopter, la chaleur! Pensez à vous faire une bonne bouillotte chaude et ou prenez un bain, la chaleur aide à soulager efficacement les crampes et les maux de ventre. La phytothérapie offre des solutions naturelles efficaces pour réguler ces symptômes, à commencer par les tisanes. Prendre les deux dernières semaines du cycle à raison de deux ou trois tasses par jour, des tisanes de sauge sclarée, de mélisse ou de framboisier sauvage apaisent les syndromes prémenstruels. Le framboisier sauvage régule le cycle, la sauge sclarée décongestionne tout en stimulant car elle mime l'action des oestrogènes. La mélisse est antispasmodique, sédative et apaisante.

*Bianchi-Demicheli, et al. 2002

L'aromathérapie pour stimuler le bien-être féminin

Les huiles d'onagre et de bourrache par leurs actions phyto-oestrogéniques soulagent grandement en cas de déséquilibres hormonaux. A prendre crue en huile ou en gélules en deuxième partie de cycle, ces huiles sont également très utiles pour atténuer les douleurs parfois violentes de l'endométriose.

Des plantes qui drainent

Coté phyto, le marronnier et la vigne rouge grâce à leurs effets drainant, contribuent à soulager les jambes lourdes. Le houblon contient des composés ayant une influence sur les œstrogènes. Sa teneur en principes hormonaux végétaux lui permet de soulager les manifestations douloureuses des règles. Enfin, toutes les solutions naturelles citées plus haut qui auront apaisé les maux de ventre pendant le cycle, vont également contribuer à limiter les douleurs de règles et les autres manifestations pénibles de la menstruation.

Mieux vivre sa menstruation

Au moment des règles, il ne faut pas hésiter à mettre son corps au repos, même si oser une activité physique tout en prenant garde à ne pas prendre froid est parfois salutaire. La fatigue corporelle qui s'ensuit permet de soulager les tensions nerveuses dues aux maux de ventre et contribue de ce fait à les atténuer.

Les huiles essentielles à privilégier

Les huiles essentielles possèdent une action antalgique, elles permettent de soulager la douleur et réduire les crampes pelviennes. Pour ce faire, optez pour des huiles essentielles antispasmodiques et calmantes comme la menthe poivrée, l'estragon, le basilic exotique ou la camomille romaine.

Se nourrir sainement

Bien se nourrir est également primordial. Contrairement à ce que I'on entend parfois, il faut continuer à manger des protéines. Il faut aussi intégrer les bons acides gras à son alimentation, les fameux omégas 3. Alors ne négligez pas les viandes blanches, les petits poissons gras, les bonnes huiles végétales à consommer en vinaigrette et à mélanger comme les huiles de colza, de chanvre, de lin ou de noisette. Enfin. faites main basse sur les oléagineux, amandes, noisette, noix de cajou, graines de lin, de chia et abusez des légumes et des cuissons douces à la vapeur...





- DÉCOUVREZ-NOUS -La Communauté Bio AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

A l'occasion de cette édition anniversaire, zoom sur la Communauté Bio Auvergne-Rhône-Alpes, et ses entreprises bio près de chez vous!

Par l'équipe de la Communauté Bio!

La Communauté Bio est un regroupement d'une quarantaine d'entreprises bio de la région issues des secteurs de l'alimentaire, de la cosmétique, du textile, et produits d'entretien.

Au travers de cette communauté, les entreprises se regroupent pour communiquer ensemble sur le secteur, leurs produits et leurs valeurs, dans le but de vous informer sur ce que vous consommez.

Du bio et du local

Consommer bio est aujourd'hui plus qu'un acte citoyen, c'est un mode de vie qui vise à consommer mieux et de façon durable. C'est ainsi que les entreprises de la Communauté Bio s'engagent à proposer des produits transformés sains, respectueux de l'environnement et de l'homme, et de qualité.

Consommer local est aussi un enjeu important. La région Auvergne-Rhône-Alpes regorge d'exploitations et d'entreprises biologiques. Privilégiez les produits fabriqués près de chez vous et soutenez les entreprises locales!

Des engagements au-delà du bio

Au-delà d'un engagement à vous proposer des produits bio de qualité, les entreprises de la Communauté Bio s'attachent à entretenir et respecter des valeurs qui leur sont communes. Fidèles à l'esprit et aux valeurs qui les animent, ces entreprises engagées ont su se développer à travers une vision commune portée sur le respect de l'homme, de l'environnement, de la biodiversité, du bien-être animal.

Certaines vont même plus loin, en s'engageant socialement: embauche de personnes en insertion et en réinsertion sociale, donation de bénéfices à des associations, aide aux hopitaux...

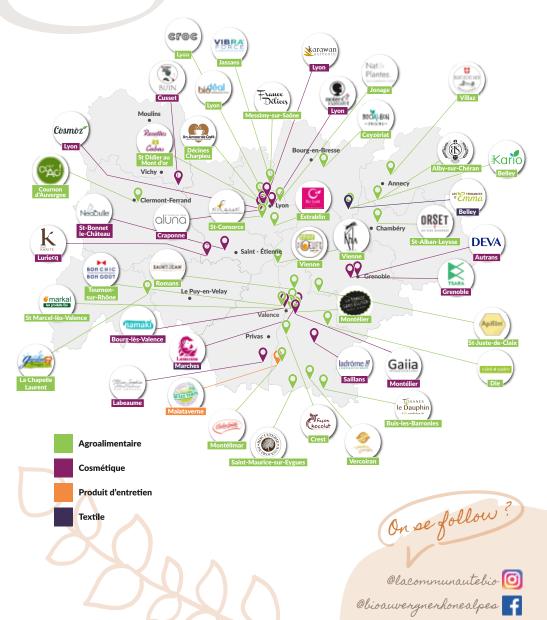
Une communauté qui communique

L'objectif de la Communauté Bio est de vous informer sur les produits et les entreprises que vous pouvez retrouver en magasin, dans le but de vous amener à consommer de manière plus responsable. Un véritable outil d'information pour se renseigner sur le bio.

Retrouvez les actualités des entreprises, des jeux concours, des recettes, des tutoriels, et des articles de blog sur notre site internet (www. bioauvergnerhonealpes.fr), et sur nos réseaux sociaux (@lacommunautebio sur Instagram; Bio Auvergne-Rhône-Alpes sur Facebook).

BETSARA : PRODUCTEUR

DÉCOUVREZ LES ENTREPRISES près de Chez vous!



Nat & Plantes.

Tout simplement nature

DÉCOUVREZ NOS INFUSIONS BIOLOGIQUES & LOCALES POUR UN MOMENT DE DOUCEUR



pyramidaux compostables

FABRICATION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



natetplantes.fr





BIO et BON! découvrez vite nos produits pastiers!

Pâtes fraîches - Ravioles - Soufflés - Oeufs

Suivez notre actualité sur ©comptoirdupastier

