



# LA GAZETTE

N° 12

DECEMBRE 2025

En adhérant et en faisant vos courses à Soleil Levain, vous participez à une belle aventure :  
notre association propose **une alimentation biologique sans rémunérer aucun capital**.  
Ni actionnaires, ni propriétaires.  
Les salarié.e.s - adhérent.e.s fonctionnent en cogestion avec les bénévoles du conseil d'administration, depuis plus de 40 ans.  
Rejoignez-nous !

## Horaires d'ouverture du magasin

lundi

14h - 19h

du mardi au vendredi

9h - 13h &amp; 15h - 19h

samedi

9h - 13h &amp; 15h - 18h

**Cette gazette est ouverte aux adhérent.e.s de Soleil Levain.**

Une réaction ? Un commentaire ?  
Un article à proposer ?  
Une envie de participer au comité de rédaction ?

**Avec plaisir !!!**

Envoyez un mail ou laissez vos coordonnées au magasin

## L'édito de Nicole C

L'année 2025 touche à sa fin, avec son lot de difficultés et de réussites !  
On garde l'équilibre autant que possible, grâce à notre vaillante **équipe de salariés.es** qui tient le magasin contre vents et marées, faisant face aux aléas du contexte économique-socio-politique-etc, ainsi qu'aux imprévus de la vie des humain.es !  
**L'équipe de bénévoles du CA**, militante-engagée-motivée et déter, l'épaule comme elle peut et comme il se doit.  
Il y a aussi les extras, comme pour la journée travaux du 11 nov. ou quelques irréductibles viennent prêter main forte.

Un grand merci tout particulier à **Serge** et **Antonin** qui ont agrandi le local extérieur (cartons, cagettes, poubelles, compost, vélos) comme vous avez pu le constater !  
**Le projet de Sécurité Sociale Alimentaire**, initié par Soleil Levain en mai 25, prend son essor, l'asso **AlèsSSA** est née le 3/12, en présence de toutes les personnes et collectifs engagés.es dans l'aventure, ça promet ! En attendant, le compte **Soleil Copain.e** rend bien service, nous sommes ravi.es que l'esprit de solidarité se porte bien ! Et en parlant de solidarité, nous avons toujours en rayon des produits de Palestine (AFPS), et de la vallée de la Roya (Emaus Roya) !

N'oubliez pas que si vous avez trop d'argent sous vos matelas, vous pouvez faire des **arrondis en caisse**, centralisés par Biocoop national qui reverse cette année à « Solidarité Paysans », ainsi que des **avances en caisse** qui nous permettent de payer nos producteur.ices locales sur le champs (sans jeu de mot) ! Sans oublier le caddie « Cévennes Terre d'accueil », qui recueille vos dons (nourriture, produits d'hygiène, vêtements,...) afin d'aider les réfugié.e.s à la frontière franco-italienne. Décidément, **Soleil Levain-Biocoop** n'est pas un magasin comme les autres, ensemble, prenons-en bien soin...  
Bonne fin d'année !



## Cinq boulangers / boulangères pour cinq jours de pain à Soleil Levain

**Lundi : Wilfried LEMAIRE**

### Le fournil de Malataverne

Wilfried a appris au côté d'un paysan boulanger avant de passer son diplôme en candidat libre.

Il travaille avec des farines complètes de type 110 fraîchement moulues sur meule de pierre, ce qui permet de garder le germe durant la mouture. Les farines obtenues sont ainsi plus riches en minéraux et vitamines. Il pétrit à peine 10 minutes, en vitesse très lente, puis la pâte repose environ 2 heures à température ambiante (26°) pour développer ses arômes. Ensuite, il divise et façonne à la main. La pâte repose sur des toiles de lin en parisiennes (armoires en bois) et continue à lever pendant 2 h jusqu'à l'enfournement à la pelle, à l'ancienne, dans un four à bois traditionnel estimé à plus de 300 ans (Le bois qu'il brûle n'est pas traité).

Nous réceptionnons ses pains (campagne, graine, figue-raisin, petit épeautre, fougasse, sans gluten, et noix)

**le lundi à partir de 15h.**



**Mardi : Andréas Neugebauer**

### Le fournil d'Andreas

L'histoire familiale de la boulangerie remonte aux années 90, quand le père d'Andréas a créé sa propre structure. Andréas a donc toujours connu le levain, le choix des céréales, la texture des farines... Il a décroché son CAP boulanger à Alès, dans le cadre d'une reconversion professionnelle.

Il s'est ensuite lancé en 2019 avec son père et sa mère et est installé à La Bastide d'Engras, dans le Gard.



Levain fait-maison, cuisson au four à bois, eau filtrée au charbon et dynamisée, contact très chaleureux et sympathique, nous sommes ravi.es de travailler avec lui.

Pain aux graines de pavot, un autre aux graines de courge, pain sans-gluten, de campagne, petit-épeautre....

Il livre ses pains à Soleil Levain,  
**le mardi matin vers 10h.**

**Mercredi :**

### Suzanne Desmarest



C'est une histoire de famille chez les Desmarest car son père livrait du pain et de la farine à Soleil Levain, il y a quelques années. Suzanne l'aidait parfois car elle travaillait à l'époque dans l'édition. Lors d'un remplacement, elle a réalisé que ça lui plaisait vraiment et a passé le cap.

Il s'agit donc d'une reconversion professionnelle pour elle aussi et elle se sent très proche des valeurs Biocoop.

Elle apprécie vraiment de pouvoir proposer une large gamme de pains (petit-épeautre, graine, semi-complet et blé ancien, seigle sur réservation), faits avec ses propres farines, que vous trouverez chez nous

**le mercredi à partir de 10h30.**

Vous pouvez trouver aussi ses farines : la blanche, la bise, la semi-complète, l'intégrale et la blé ancien en vrac dans notre magasin.



## Cinq boulangers / boulangères pour cinq jours de pain à Soleil Levain

**Jeudi : Romuald GRASSET** **Vendredi : Laurence Paris**  
**Maison Grasset** **Le Pain des Familles**



Romuald a fait deux années de formation à la Maison des compagnons à Nîmes. Puis, le tour de France : six ans, six maîtres, six expériences riches en ne travaillant que des produits biologiques. Il est actuellement installé à Boucoiran et Nozières, dans le Gard.

Il utilise une vingtaine de farines 100% biologiques produites en France et moulues sur meule de pierre qui garantissent aux consommateur.ices une véritable diversité gustative.

Il favorise au maximum les approvisionnements locaux et utilise systématiquement des produits frais.

Il propose une cinquantaine de recettes différentes parmi lesquelles : petit épeautre, khorasan, blé kamut, farine intégrale, sarrasin, multi-céréales, sans gluten... que vous pourrez retrouver chez Soleil Levain **le jeudi matin dès l'ouverture.**

Laurence a commencé son activité en Novembre 2020 grâce à un CAP et une formation en alternance suite à une reconversion professionnelle, elle était styliste de mode avant cela.

Elle propose différents pains, viennoiseries, tartes salées et biscuits dans sa boutique à St Florent-sur-Auzonnet, où elle travaille avec ses trois salarié.es. Elle se fournit en farines auprès de 3 entreprises, un paysan-meunier en Lozère, Talemant à Bagnols-sur-Cèze et Moulin Marion dans l'Ain.



Vous pouvez trouver ses pains (petit-épeautre, seigle, baguettes, graines de courge, multi-graines, campagne et complet) à Soleil Levain **le vendredi à partir de 9h environ.**

Elle vend aussi sur les marchés.

## L'INTERVIEW : ARDELAINES

SL : Depuis quand Ardelaines existe-t-elle ?

**Ardelaines** : La société existe depuis 43 ans en SCOP (société commerciale à capital variable dont les salarié.es sont les associé.es majoritaires).

Les grandes décisions sont prises par la soixantaine de salarié.es.

SL : Qui distribue vos articles ?

**Ardelaines** : Nous avons une boutique à **Saint-Pierreville** en Ardèche. Nous vendons également dans notre magasin d'usine et nous participons à des foires spécialisées biologiques lors de nos tournées. Elles ont lieu chaque année dans des magasins bio avec stand à la journée comme à Soleil Levain. Nous exposons au sein du réseau Biocoop et à Satoriz parfois, toujours à la journée. On travaille en vente directe principalement parce que nos marges sont minimales. On ne veut pas casser les prix en vendant en gros afin de privilégier l'accès à nos produits à un public le plus large possible.

SL : Comment votre entreprise est-elle organisée ?

**Ardelaines** : On a pas de label bio mais un suivi sur la laine que l'on récolte. L'idée est de travailler avec les éleveurs des alentours qui n'ont pas forcément de certification biologique. Ils et elles font pour certain.es de "l'agriculture raisonnée", élèvent leur bétail pour la viande et nous récupérons la laine, considérée comme un déchet. Mais nous avons un cahier des charges très



pointilleux sur le traitement des bêtes et des produits qui sont appliqués sur la laine et sur les moutons. On évalue les process de fabrication et la qualité, on suit l'élevage des bêtes en nous assurant d'un **bon traitement des animaux, du pâturage comme nourriture, pas de produits chimiques de traitement de la laine.**

Pour la confection, la laine est tondue et récupérée chez les éleveurs et les éleveuses. Nous l'achetons un peu au-dessus des prix du marché. On envoie la laine en Italie pour la laver. Une partie servira pour les **matelas** et une autre pour les **vêtements** que l'on envoie à un filateur. On possède un atelier de tricotage à Charlieu en Haute Loire où l'on tricote des panneaux qui sont envoyés à Valence (Drôme) où ceux-ci sont coupés et cousus. Pour les matelas, tout se fait à Saint-Pierreville.



**SL : Quels produits vendez-vous ?**

Ardelaine : Nous avons une bonne cinquantaine de mailles au moins mais c'est difficile de catégoriser ou de dénombrer le nombre de vêtements fabriqués qui sont parfois déclinés en plusieurs couleurs.

Une personne peut s'habiller des pieds à la tête, à part les collants. Nous proposons moins de vêtements pour les enfants mais plus pour les bébés et de la literie pour les enfants de tous âges. Etant donné que nos gammes sont 100% laine et que les enfants grandissent vite, ça pourrait représenter un coût trop important pour les familles.

**Votre secteur est-il concurrentiel ?**

Ardelaine : Quelques associations travaillent la laine. Certains éleveurs et éleveuses valorisent leur propre laine mais une entreprise qui tond et qui n'a pas de moutons, je n'en vois pas chez nous. Il y a la société Mérilainos à Arles. Ce qui nous intéresserait ce serait de monter une filière laine au niveau national. Nous sommes tenues de faire laver notre matière en Italie ce qui représente une distance de 300 kms environ.

Ce savoir-faire de laver la laine s'est un peu perdu en France et nous le regrettons.

**SL : Quels sont vos projets ?**

Ardelaine : Les ateliers travaillent toujours sur des développements de produits, de nouvelles couleurs, en réflexion. Le projet prioritaire est de réaménager le site où se trouve la production à Saint Pierreville en aménageant plus de place pour les stocks, dans les ateliers de confection des couettes notamment. Notre atelier de Valence a déménagé avec un nouvel espace très bien dimensionné en vue de faire des show-rooms, des expositions, des ventes à la journée. Nous sommes heureuses, impliquées et confiantes.

<https://www.ardelaine.fr/>

*Ardelaine*



## INFO BIOCOOP

**En janvier, les boissons sans alcool sont à - 20 %**

Bières sans alcool, kéfir, kombucha ...

## Association loi 1901

### Le Soleil Levain

16, avenue Jules Guesde  
30100 Alès  
04 66 52 75 57

Représentante légale :  
**Claire Joubert**

Rédaction et relecture :  
Claire, Lauriane, Sébastien,  
Paquita, Cécile, Nicole  
Maquette : Cécile

imprimé par nos soins

ISSN 3074-5470  
Dépôt légal à parution





## idée



## SOLEIL COPAIN.E

### Spectacle au Cratère

#### LARZAC !

"Le titre pourrait faire croire à une reconstitution historique, un retour sur la lutte emblématique des années 1970. Il n'en est rien – ou presque. Larzac ! raconte le présent. Ce qui se vit là-haut, sur ce plateau mythique devenu terrain d'expériences collectives. Il parle de celles et ceux qui y habitent, y cultivent la terre, y inventent une autre manière de vivre ensemble. Un seul-en-scène qui raconte une aventure sociale, et nous aide à mieux comprendre notre propre territoire."

C'est un très bon spectacle qui concerne SL car il parle du droit d'usage de la terre cultivée. L'expérience de paysans qui renoncent au droit de propriété comme à Terre de Liens.

**de Philippe Durand**  
**du 17 au 20 mars**

programmé par le Cratère  
dans 4 villes de l'agglomération.

<https://lecratere.fr/spectacle/larzac/>

On peut même :



Covoiturer  
avec  
**Le Cratère**

#### C'est quoi ? Pour qui ? Comment ça fonctionne ?

Cette action a démarré en mars 2025.

Il s'agit d'une petite expérience, en lien avec le projet plus large de Sécurité Sociale de l'Alimentation.

Soleil Levain a créé un nouveau compte, au même titre que celui de chaque adhérent.e. Le compte Soleil Copain.e permet grâce à la solidarité entre adhérent.e.s que chacun.e ait un meilleur accès à des produits sains et non nocifs pour l'environnement. C'est un compte collectif qui est une proposition solidaire et non de charité.

#### Comment est alimenté ce compte ?

Il n'y a aucune aide ou subvention qui vienne de l'extérieur pour l'instant. C'est un compte collectif, interne à Soleil Levain.

Soleil Levain dépose 50€ par mois. Tout.e adhérent.e, au moment de régler en caisse, peut verser la somme de son choix, ponctuellement, ou régulièrement, sur ce compte.

#### Comment est utilisé ce compte ?

Cela fonctionne sur le même principe que le « café suspendu » proposé dans les bars. Tout.e adhérent.e en difficulté financière permanente ou temporaire a la possibilité de demander jusqu'à 20€/semaine de courses. Il suffit de préciser lors du passage en caisse que l'on souhaite utiliser le compte Soleil Copain.e.

Vous pouvez repérer en caisse un tableau où est mentionné ce qui reste sur ce compte chaque jour.

#### Quel bilan partiel peut-on faire après 8 mois de fonctionnement ?

Ce lien solidaire semble bien fonctionner : des adhérent.e.s (une trentaine par mois) ont pris l'habitude d'alimenter de manière régulière ou ponctuelle ce compte, d'autres utilisent cette somme pour financer leur panier (une dizaine de bénéficiaires). Au 12 décembre, 2200 € ont transité sur le compte, dont 500€ versés par Soleil Levain.

Chacun.e peut participer à cette solidarité interne de « notre » Biocoop associative, ou l'utiliser en cas de besoin.

**Merci à l'association BioCopains d'Anduze pour son don, après clôture de son activité, qui alimentera le compte de Soleil Copain.e.**



## La gelée royale du Trièves

La gelée royale est la nourriture exclusive de la reine, lui assurant une longévité exceptionnelle de trois ans. Extraite et conditionnée sur place par notre productrice, **Joanne Milanese**, quotidiennement d'avril à juillet, elle est idéale en consommation journalière aux inter-saisons en automne et au printemps.

Originaire de Lorraine, Joanne Milanese est âgée de 48 ans, elle travaille longtemps à Paris et Lyon dans le domaine du spectacle vivant mais toujours avec un pied dans les Alpes Italiennes du fait de ses origines. Passionnée par le monde animal elle rêve de vivre en montagne à l'année. Multipliant des expériences parfois comiques en équitation éthologique et parcours de longue distance dans l'attelage de chiens de traîneaux, elle découvre le monde extraordinaire des abeilles il y a sept ans. C'est en plein Covid avec une bande de joyeux lurons au lycée agricole de la Côte-St-André en Isère que Joanne obtient le titre Apicultrice en 2021. Après deux saisons de salariat apicole en production de miel,

gelée royale, pollen et reines, elle crée par ses petits moyens et sa grosse motivation son entreprise **Le Banquet** à Clelles.



Toujours double active, vous la verrez sur des plateaux de théâtre à Grenoble l'hiver et sur le plateau du Trièves dans ses ruches au printemps et en été.

Le Banquet est une exploitation apicole sédentaire spécialisée en Gelée Royale. Elle compte aujourd'hui une centaine de colonies installées dans trois villages au pied du Mont Aiguille. C'est avec une pratique apicole respectueuse de l'agriculture biologique que les abeilles travaillent à produire une Gelée Royale 100% naturelle et fraîche. En 2025 la récolte était de 15kg, à terme Joanne espère une production et une commercialisation de 20kg par an. Les petits pots sont distribués dans 45 magasins Bio du Rhône, de l'Isère, de la Drôme et de l'Ardèche, et à Soleil Levain !

## Aïga

Il y a du nouveau du côté de la monnaie locale. Si vous êtes utilisateur.trice de l'Aïga, vous avez désormais la possibilité de **parrainer une association**, adhérente de Cévennes en Transition. Et cela tombe bien car Soleil Levain est l'une des associations membre de CET.

Le principe de ce parrainage associatif est simple: si 5 utilisateur.trices parrainent la même association, l'équivalent de 1% des échanges réalisés par ces adhérent.es durant l'année sera reversé à l'association en question. Du coup, lors de votre prochain passage à la caisse de la Biocoop ou au comptoir d'échange, (So Frip)

demandez à compléter la **déclaration de parrainage**. Cela ne vous prendra qu'une minute.

Pour mémoire, avec l'Aïga, comme pour un règlement en espèces, il n'y a pas de frais bancaires. Le petit plus, par rapport à un règlement en chèque ou en espèces, c'est que vos euros échangés pour obtenir des Aïgas ne dorment pas. Bien au contraire. **La NEF s'en sert pour financer des projets locaux** résolument tournés vers la nécessaire transition écologique et alimentaire qui, bien souvent, ne sont pas forcément financés par les banques commerciales. C'est une sorte de double action ou de double effet, comme pour des bonbons à la menthe !

Sécurité Sociale de l'Alimentation :

Nous vous en parlons dans le précédent numéro.

Le collectif a déposé les statuts d'une nouvelle association, dont le siège est à Soleil Levain :

## AlèsSSA

qui a pour objet de porter une expérimentation de Sécurité Sociale alimentaire sur le territoire d'Alès et ses environs.

**Prochaine réunion :**

mercredi 7 janvier à 18 h

Cantine Solidaire (Bienvenue avec un truc à boire ou à manger)