



LA GAZETTE

N°3
nov
2023

En faisant vos courses à Soleil Levain, vous participez à l'une des plus belles aventures qu'il soit possible de vivre dans un monde marchand : notre association nourrit aujourd'hui plus de 900 familles sans rémunérer aucun capital.

Ni actionnaires, ni propriétaires et en collaboration avec le CA bénévole, les salarié(e)s-adhérent(e)s fonctionnent en autogestion et sans hiérarchie depuis bientôt 40 ans.

Rejoignez-nous !



Horaires d'ouverture du magasin

Lundi
14H00-19H00
du Mardi au Vendredi
9H00-13H00 15H00-19H00
Samedi
9H00-13H00 15H00-18H00

Cette gazette est ouverte à tous les adhérents 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 par Bertrand BAUDET

Le Soleil Levain, c'est vous, c'est nous !

En novembre quand le ciel bas et lourd pèse comme un couvercle... On ne cède pas au spleen et on se tourne vers l'idéal ! Et du point de vue épicerie biologique, votre Biocoop - Soleil Levain s'en rapproche (de l'idéal).

Nous sommes un magasin associatif membre du réseau Biocoop. Biocoop est une coopérative totalement indépendante à la fois de l'ennemi d'un ancien Président français et de la grande distribution.

Mais prenez par exemple une enseigne bien connue sur la rocade dont le nom comporte un point en son milieu. A l'origine, c'est une SARL familiale au capital de 1M€ qui est devenue en 2019 une SASU au capital de 172M€ entièrement détenue par un grand distributeur qui avait

baptisé sa marque distributeur "Point Rouge" quand j'étais jeune. Le Président de la SASU est le Directeur Marché Bio de ce distributeur. Cette grande distribution, qui a pulvérisé la paysannerie française, est en train de faire de même avec l'agriculture biologique.

En temps qu'association, notre magasin Biocoop - Soleil Levain est à but non lucratif. Donc pas besoin de réaliser des bénéfices pour engraisser des actionnaires comme chez "Point Rouge". Il est cependant vital pour notre structure de dégager des résultats positifs sur un exercice. Il nous faut financer les investissements, le renouvellement de matériel, la mise aux normes, des améliorations... Et proposer, si possible, une prime aux salariés pour compenser leur baisse de salaires à la suite de la crise Covid++. Chez nous, les résultats positifs sont

gérés collectivement pour répondre aux besoins de l'association et des salariés (aussi partie intégrante de l'association).

C'est ainsi que l'on saisit cette grande originalité : le magasin Biocoop - Soleil Levain vous, nous appartient intégralement. A méditer....

Je termine en vous disant "merci" en indonésien : terima kasih ! Qui signifie littéralement "recevoir-donner", toute une philosophie !
Bertrand



PORTRAIT DE PRODUCTEUR

Vincent BERMONT
Alès 30100

Une interview de Vincent Bermond remplirait une ou deux gazettes entières de sa passion pour le maraîchage en plus de son combat pour une société moins consummatrice et qui irait vers une véritable agriculture bio.

Pour lui, notre société actuelle se raconte qu'elle est plus écologiste et responsable qu'elle ne l'est vraiment. Or, il faut mettre ses convictions en actes, et tout un chacun peut apporter sa pierre.

Tu as tant d'idées à partager, mon cher Vincent, que nous conseillons à nos adhérents de prendre le temps de te découvrir et de papoter avec toi lorsque tu es de passage au magasin.

Soleil Levain : Vincent, d'où te vient cette passion pour le métier de maraîcher ?

Vincent : Je suis issu d'une famille d'arboriculteurs et d'éleveurs de moutons. Il y a eu mes grands-parents et ensuite mon oncle qui a repris l'exploitation, l'aîné de la famille, comme c'était la tradition. En plus de leur métier, la famille était en auto-suffisance pour les fruits, les légumes et la viande. Enfant, je passais mes vacances chez eux du côté de Gap et à 13 ans je me suis retrouvé aux commandes d'un tracteur. Malgré cela je n'avais pas forcément envie de suivre leurs traces à l'époque. Pourtant vers 2003, après avoir lu des articles sur la décroissance je me suis remis en question en me demandant ce que je voulais faire, quelles actions je voulais mener dans la société. Alors j'ai fait le choix de me reconverter, de devenir maraîcher avec ce que j'avais dans les tripes, mes convictions politiques auxquelles venaient se greffer mes souvenirs d'enfance : le rêve !

Soleil Levain : Quelle est ta formation ?

Vincent : Un B.P.R.E.A (Brevet Professionnel Responsable d'Entreprise Agricole) de maraîchage et arboriculture, passé à Rodilhan près de Nîmes. Formation à laquelle vous pouvez ajouter un certain nombre de formations et de stages en plus.

Soleil Levain : Où sont situées les terres que tu cultives ?

Vincent : A Saint Christol-lez-Alès, en prairie basse. La plaine alluvionnaire du Gardon, en zone inondable. Riche en matière organique et avec une nappe phréatique massive. Une terre qui se réchauffe facilement au printemps.

Soleil Levain : Quels produits proposes-tu chez nous au magasin ?

Vincent : En automne/hiver : des betteraves, salades, du fenouil, des oignons jaunes, divers choux pommés, des poireaux et quelques courges. Je ne cultive plus de pommes de terre, il y a trop de taupins.

En printemps / été : des salades, tomates, aubergines, poivrons, courgettes, et un peu de melon. Des salades jusque juin, mais plus après, elles consomment trop d'eau. Et à partir de l'année prochaine de l'ail et peut être à nouveau des concombres.



Soleil Levain : As-tu d'autres points de vente ?

Vincent : Une autre Biocoop, celle d'Anduze, car ailleurs la priorité au local est revendiquée mais quasi nulle dans les faits et il n'y a aucun soutien aux producteurs locaux.

Soleil Levain : Quelles difficultés rencontres-tu sur ton exploitation ?

Vincent : Sans rentrer dans le détail, c'est un métier plus compliqué que ce que je pensais à l'installation. J'ai choisi le maraîchage car c'est entre



autres plus facile financièrement de s'installer, mais toutefois, sans l'aide de ma famille et l'emploi de ma compagne j'aurais mis la clef sous la porte. Et puis il est difficile de gagner assez pour financer un travailleur à temps partiel. Si de juin à septembre je n'avais pas un peu d'aide des "woofers" et de ma famille, ce ne serait pas possible.

Et il y a bien sûr l'impact du changement climatique qui ajoute de la difficulté.

Soleil Levain : Qu'est-ce que tu apprécies le plus dans ton travail ?

Vincent : Le travail en extérieur dans la nature, vivre d'une activité noble, nourrir les gens en cohérence avec mes convictions.

Vincent Bermond livre notre magasin Soleil Levain tous les lundis et jeudi en légumes ultra-frais, c'est notre producteur le plus proche.

Jean-Charles

Retour sur la Gazette N° 2

L'article sur Stéphanie Amette, productrice de plantes sauvages était illustré par 2 photos de Marion Lavabre malheureusement recadrées. Contact (06 31 84 00 43).



LA RECETTE DU MOMENT



**Je marque l'arrivée de l'automne,
apprenez à m'aimer avec
mon petit goût noiseté !**

Salade vitalité d'automne
entre Terre & Mer

Ingrédients pour 2 personnes :

400gr de feuilles d'épinard
120gr de haricots de mer frais ou déshydratés
2 champignons de Paris
2 carottes
2 gousses d'ail
graines germées d'alfalfa
Huile de noix ou d'olive
Gingembre frais
Curcuma frais
1 citron
1 c à s de graines de sésame noir ou blond
1 douzaine d'olives noires à la provençale
Herbes de Provence

Réalisation : 20 minutes avant, dessaler 2 fois les haricots de mer frais ou réhydrater les déshydratés.

Laver, essorer et couper grossièrement les feuilles d'épinard.

Rincer, essuyer et émincer les champignons.

Éplucher et couper en fines rondelles les carottes.

Éplucher et émincer finement l'ail.

Verser et mélanger le tout dans un saladier.

Par dessus : parsemer les graines germées, les graines de sésame, les olives, les herbes de Provence.

Verser l'assaisonnement : 2 c à s d'huile + jus de citron + gingembre & curcuma épluchés et râpés finement.
Servir frais et déguster !!

Sabine Mallia

LES MARGES APPLIQUÉES À SOLEIL LEVAIN

Cette gazette est la possibilité de créer du lien avec ses adhérent.e.s, en toute transparence. Voici le détail des marges appliquées dans votre coop. Nous avons divisé 3 secteurs : l'épicerie salée, sucrée, sèche et vrac; les fruits et légumes; l'ultra-frais (avec le fromage et le pain).

Nous appliquons 34 % de marge sur les nourritures Biocoop et celles de ses fournisseurs en épicerie sèche, 31 % sur les produits frais aussi achetés sur la plate-forme Biocoop et 31 % sur les fruits et légumes Biocoop. Notre démarche est d'augmenter la marge des paysans locaux lors de l'achat de leurs récoltes, leurs transformations et leurs cueillettes et de diminuer notre marge magasin (29% appliqués). Cette marge préférentielle modulable s'applique sur tous les produits locaux (moins de 150 kms) que nous achetons directement. Quelques exemples, comme les poulets de Cognac, échappent à cette règle lorsque les coûts de plus en plus importants que subissent les fermiers sont répercutés sur nos achats et donc sur la vente aux adhérent.e.s.

Pour rappel, nos prix n'ont pas augmenté en 2022, Un rattrapage n'excédant pas 4,5% a été appliqué en 2023 sur quelques produits. Nos prix engagés bloquent les tarifs de certains produits et des prix « petits budgets » concernent les aliments de première nécessité. En plus de cela, des opérations spéciales ont cours ponctuellement et des promotions sont renouvelées tous les mois sur des références exposées sur le meuble dédié près de la caisse.

Sébastien

LA MONNAIE LOCALE : L'AÏGA

Sylviane TERRASI a fait partie du CA de Soleil Levain pendant une dizaine d'années. Son engagement et sa motivation ont été comparés par un projet ambitieux dans

lequel la Biocoop Soleil Levain (qui a reconnu dans la monnaie locale Causses-Cévennes des valeurs proches des siennes) est entrée le 24 janvier 2020 en tant que structure professionnelle acceptant la monnaie locale, l'Aïga.

A l'origine de la création de l'association «Cévennes en Transition» qui la porte, il y a un groupe de 5 personnes issues du mouvement des Colibris qui incitait à la création de monnaies locales pour dynamiser l'économie des territoires.

L'Aïga, c'est tout le territoire Causses-Cévennes depuis le Vigan jusqu'à Mende, ainsi qu'Alès et sa périphérie nord. Un aïga dépensé dans un commerce local, au lieu de quitter le territoire et ainsi, de ne pas profiter à l'économie de celui-ci, multiplie un nombre variable de fois le chiffre d'affaires qu'elle génère. Les monnaies locales contribuent ainsi à développer la production, la création d'activités et les emplois. Plus qu'une monnaie, elle crée du lien entre les associations.

Les € échangés sont déposés sur un fonds de garantie à la NEF et profitent donc doublement aux activités économiques du territoire car la NEF prête à concurrence de 2 fois le montant du fonds de garantie et n'investit que sur le territoire français dans les activités que les monnaies locales favorisent (la liste de ses investissements est publiée annuellement sur son site).

Tout au plus, peut-on regretter que cette monnaie soit paritaire avec l'euro (1 aïga = 1 euro) sans pouvoir s'affranchir complètement de cette contrainte.

Nous vous invitons à consulter le site de l'Aïga : aiga-monnaie-locale.org pour découvrir la répartition géographique des groupes locaux et des boutiques acceptant l'Aïga sur ce vaste territoire.

Afin de faciliter l'obtention d'Aïgas par les membres de Soleil levain qui l'utilisent et en accord avec le CA, l'association «Cévennes en Transition» tiendra dorénavant un comptoir d'échanges et d'adhésions dans les locaux de Soleil Levain une fois par mois, le même jour que le CA, le mercredi de 15 h 30 à 17 h 30

Sébastien



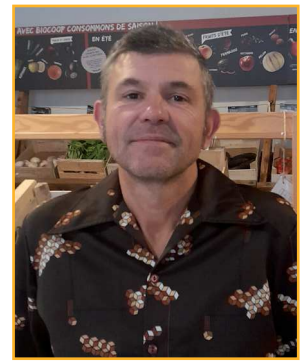
Le portrait

interview de

Lauriane

par Sébastien

Illustration par j-Charles BREARD



Vous remarquerez la présence active de Lauriane (21ans) dans le magasin et sa tranquille disponibilité.

Apprentie à la coop jusqu'en août 2025 dans le cadre de son BTS Gestion Unité Commerciale, étudiante en première année, sa découverte de la coop et de ses engagements est un moment important dans son parcours personnel. Son objectif ? Découvrir les mécanismes d'un commerce d'alimentation biologique et poursuivre son engagement pour un monde plus écologique. Pour la plus grande satisfaction des administrateurs et des salariés qui reconnaissent sa rapide compréhension et exécution des consignes et son excellent état d'esprit.

La Gazette : Bonjour Lauriane. Veux-tu présenter ton parcours scolaire aux adhérent.e.s ?

Lauriane : Je suis titulaire d'un bac pro commerce Vendueuse Conseil en Magasin obtenu à l'université Purple où j'étudie actuellement. Cela fait suite à 3 ans d'études de commerce au Lycée Jacques Prévert.

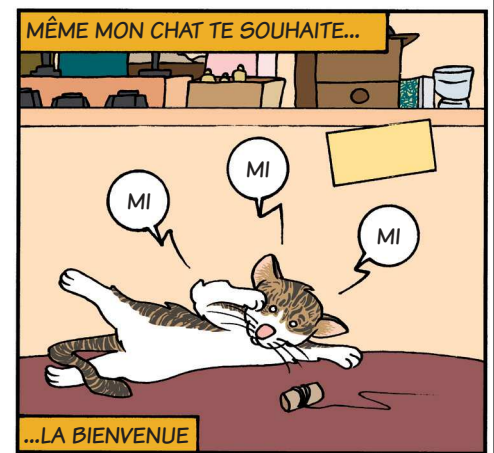
La Gazette : Qu'est-ce qui motive ce parcours ?

Lauriane : Mon objectif est de m'épanouir dans la relation aux consommateurs. Apprendre à connaître les produits pour bien conseiller, maîtriser tous les contours du métier de la vente, enrichir mon parcours professionnel avec des magasins plus alternatifs et artisanaux comme Soleil Levain. J'ai connu jusqu'à présent des expériences de vendeuse-conseil à Monoprix et Gifi, des expériences assez difficiles humainement.

La Gazette : Comment se passe ton intégration à la coop ?

Lauriane : L'équipe des salarié.e.s est patiente. Elle m'a déjà appris pas mal de choses : la coupe de fromage, les réceptions de livraison, la tenue de la caisse, la reconnaissance des

pains, la gestion des produits périmés... Les adhérent.e.s aussi sont mes meilleures rencontres. C'est un public de connaisseurs avec qui on peut aussi discuter et rire. Le public est plus compréhensif si je commets des erreurs que lors de mes précédents passages dans des entreprises "classiques". Et puis on me laisse ici le temps de découvrir un monde nouveau sans l'intervention d'un management contraignant. Je n'avais aucune expérience du monde associatif. ça me plaît beaucoup»



Petit clin d'œil

En 2024
Soleil Levain
soufflera ses
40 bougies !

Afin de fêter dignement cet anniversaire nous vous donnons rendez-vous le samedi 25 mai 2024 pour une journée très festive à partager tous ensemble :

Biocopains, adhérentes de toujours, adhérents d'un jour, producteurs, associations... et vous qui passez la porte de Soleil Levain, vous tous qui écrivez son histoire depuis

bientôt 40 ans.

Peut-être ne connaissez-vous pas l'origine de cette aventure ?

Elle a commencé :

Un jour,
Il était une fois...
A suivre...

Florence



Comité de rédaction

Bertrand, Claire,
Gilbert, Julie, Mallia,
Sébastien et Stéphane

illustrations
Jean-Charles

Cette gazette est éditée
sous la responsabilité
du Conseil d'Administration
de l'association
Le Soleil Levain d'Alès.

Imprimé par Le Soleil Levain
Ne pas jeter sur la voie publique