

Biocoop, engagé pour la Solidarité Alimentaire, vous invite à découvrir le livre **Bio vrac, recettes pour bien manger**

Découvrez un ouvrage solidaire pour se réapproprier le plaisir de se nourrir,
avec des produits de qualité de façon équilibrée !

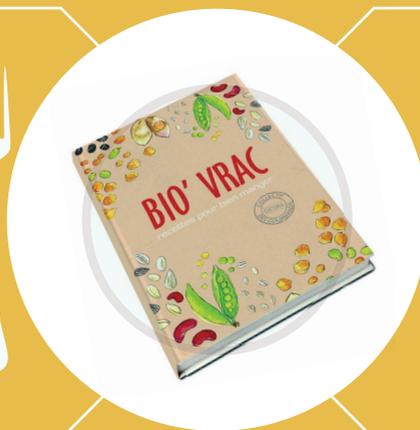
« *Bio Vrac, recettes pour bien manger* » vous propose une cuisine pratique
et économique, adaptée aux petits budgets !

Plus de 100 recettes

économiques et variées,
sucrées ou salées

Partie théorique

sur l'équilibre alimentaire et l'intérêt
nutritionnel des aliments



Mise en avant

des légumineuses et des céréales

Interview

de Claude Gruffat, président de Biocoop

Préface

d'Olivier de Schutter, ex-rapporteur spécial à l'ONU
sur le droit à l'alimentation

**Vous serez séduits par les croquants aux amandes d'Ophélie, les cookies de Dori,
les empanadas de Lizbeth, les salades colorées de Catherine,
les verrines d'Emmanuelle, le riz au lait d'amande et à la praline de Patrick...**

Par votre achat, vous soutenez le GESRA, groupement des épiceries sociales et solidaires

Comme toute épicerie de quartier, une épicerie sociale et solidaire propose des produits alimentaires, d'hygiène et d'entretien du quotidien. La particularité ? Des prix de 10% à 50% moins élevés que les prix moyens du marché. Les épiceries sociales et solidaires permettent ainsi l'accès à une alimentation équilibrée et de qualité pour des publics en précarité.

En France, malgré un contexte de profusion alimentaire, l'accès pour tous à une alimentation équilibrée et de qualité demeure problématique. Les personnes touchées par les inégalités sociales et la précarité restent les premières concernées.

« Les ménages les plus pauvres peuvent être tentés de se rabattre sur les solutions apparemment les plus abordables, celles qu'offrent les circuits alimentaires industriels [...] dont l'offre (aliments ultra transformés, conserves et plats préparés) est généralement trop riche en calories, en graisses en sucres ajoutés et en sel. »

Olivier de Schutter, Rapporteur spécial de l'ONU sur le droit à l'alimentation (2008-2014)

**Pour répondre à ces problématiques
Biocoop et le GESRA s'associent
autour du projet**



Des équipements
financés par Biocoop
permettant la diffusion
des produits alimentaires
en vrac dans les épiceries
sociales et solidaires

BIOVRAC
POUR TOUS

Un appui
dans les solutions
d'approvisionnement
et les dons de produits bio

Un investissement
des magasins Biocoop
qui viennent former
les équipes
des épiceries
sociales

« Le projet Biovrac pour tous s'inscrit dans notre volonté historique de rendre les produits bio accessibles au plus grand nombre et, par conséquent, de les introduire dans les endroits où il est improbable d'en trouver. Ce projet permet de lutter contre la malbouffe encore plus présente chez les personnes défavorisées. »

Claude Gruffat, Président de Biocoop

Pour en savoir plus : www.gesra.org