

ZOOM EXPOSANTS

Gastronomie & vins Bio

La COCOTTE gourmande

Son créateur, Fabien Ruscassie, est parti du constat : « **C'est quand même dommage de laisser des légumes bio se perdre quand Dame Nature a été particulièrement généreuse !** Vive la conserve en bocaux pour se garder un peu de soleil pour nos repas d'hiver ! », explique-t-il sur son dépliant publicitaire.

Un tournant professionnel pour ce trentenaire, ingénieur en agroalimentaire diplômé de l'Ensat, à Toulouse, et ancien animateur de la Maison de l'agriculture biologique de la Charente. « À force de conseiller les autres dans leur installation, j'ai eu envie de lancer ma propre activité et de devenir mon propre patron. »

Depuis juin, il travaille à temps plein pour sa petite entreprise baptisée La Cocotte gourmande. Il a sorti sa première gamme de conserves trois mois plus tard. Au menu, des **plats cuisinés** (coulis de tomate, ratatouille, préparation pour taboulé...) et des **saucés** (caviar d'aubergine, basilic à l'huile...).

Une large place est laissée aux soupes, dont les robes généreuses sont mises en valeur dans des bocaux en verre. L'ensemble est concocté à partir de recettes personnelles, **sans additif ni conservateur**.

Des combinaisons de saveurs font leur originalité : velouté de courgettes au curry, soupe de betterave aux pommes, confit d'oignons au safran, lentilles et châtaignes...

L'ensemble de la gamme des produits de La cocotte gourmande sont **certifiés bio** par ecocert. L'organisme certificateur vérifie les achats de légumes et de tous les ingrédients qui entrent dans la composition des recettes afin de garantir l'origine bio de toutes les matières premières.

Les légumes proviennent de fermes maraîchères bio de Charente. Les autres matières premières sont prises le plus localement possible. Ce partenariat permet de développer une **économie locale et solidaire**.

Un soin particulier est apporté à la sélection des légumes, adaptés à chaque recette et les maraîchers bio ne manquent pas de variétés à proposer !

La fabrication est réalisée dans un atelier agro-alimentaire qui respecte les normes d'hygiène.



LA COCOTTE GOURMANDE
7, chemin de la Maillerie
route de Torsac
16400 VOEUIL-ET-GIGET
Tél. : 06 76 74 40 85

La Vie CLAIRE



La naissance de La Vie Claire date de 1946, avec la parution du journal La Vie Claire. Afin de pouvoir s'exprimer librement, **Henri-Charles GEFROY, son fondateur**, un humaniste respectueux de la terre et des produits naturels, décide de fonder sa propre revue pour délivrer son message.

C'est ainsi que naît, en août 1946, le journal de La Vie Claire, trait d'union entre ceux qui ne pensent pas comme tout le monde et qui aspirent à : penser clair, voir clair, agir clair, vouloir vivre clair.

Henri-Charles GEFROY a prolongé sa vie simplement en orientant son alimentation vers une manière de se nourrir plus conforme à la nature. **Il a été un vrai précurseur et a inspiré une véritable écologie de la santé.**

Il y a plus de 60 ans, il mettait déjà en garde le consommateur contre une pollution, qu'il affirmait être la plus dangereuse, celle des aliments. Opposé à l'alimentation industrielle, soucieux de la qualité des aliments, persuadé de l'utilité d'une agriculture conforme aux lois de la fertilité naturelle, il faisait de sa démarche un engagement total au service du corps et de l'esprit.

La Vie Claire prend les engagements suivants :

- Respect des législations et exigences qualité strictes :

Les produits à la marque La Vie Claire répondent à la réglementation générale sur les produits alimentaires et à la réglementation spécifique sur les produits biologiques.

- Certifications biologiques :

L'activité de distribution de produits biologiques est certifiée par un organisme certificateur agréé par les pouvoirs publics français. Avant sa commercialisation, chaque produit à la marque La Vie Claire subit un contrôle afin d'obtenir la certification biologique de son organisme de contrôle : ECOCERT.

Toutes les marques bio distribuées dans nos magasins apportent également obligatoirement la preuve de cette certification.



- Audits fournisseurs :

Cette démarche a été mise en place pour prévenir, à la source, les risques sur la qualité des produits. Les conditions d'hygiène, la gestion de la qualité, les garanties biologiques du fournisseur, sont par exemple des points contrôlés.



- Contrôles analytiques des produits :

Un plan annuel définit les types d'analyses à réaliser mensuellement sur les produits à la marque La Vie Claire afin de vérifier qu'ils correspondent bien aux normes d'hygiène et de sécurité alimentaire. Ces analyses sont réalisées par des laboratoires indépendants accrédités COFRAC (Comité Français d'Accréditation).



Les engagements de La Vie Claire :

La Vie Claire à travers sa marque propre s'engage à défendre des valeurs, permettre de **consommer bio** au quotidien, donner les moyens de vivre mieux : prendre soin de son bien-être autant que de **la planète**, vivre sereinement en adoptant chaque jour une **alimentation équilibrée et saine**, développer un art de **vivre positif**... pour soi, ses enfants et ses proches.

La Vie Claire s'engage chaque jour pour vous, et pour demain, afin de contribuer au choix d'une vie bio et équitable.



LA VIE CLAIRE
7 rue du 8 mai
ZAC de Beaulieu
17138 LA ROCHELLE - PUILBOREAU
Tél. : 09.79.73.30.81

SWAMBI Création Nature



Swambi Création Nature c'est d'abord une boutique, à Brouage un petit village chargé d'histoire situé entre Rochefort et Royan, ouverte d'Avril à Septembre. Découvrez une multitude **de perles aux couleurs vives et acidulées**, choisissez et **composez vos bijoux**.

Les créations Swambi sont issues de **matières naturelles** et de **fabrication artisanale**. Les perles et éléments qui composent les créations proviennent de la noix de Tagua.

La noix de Tagua est la graine d'un palmier tropical que l'on trouve principalement en Colombie, au Pérou et en Equateur (le Phytelphas Macrocarpa ce qui signifie " arbre à éléphant "). On appelle la Tagua " ivoire végétal " pour sa couleur, sa texture et sa durée de vie très proche de l'ivoire animal.



Ecologique, 100% végétale et naturelle, elle se révèle une véritable alternative au massacre des éléphants, mais aussi un moyen de lutter contre la déforestation, en offrant une nouvelle source de revenus aux populations locales.

L'arbre à Tagua pousse spontanément et produit des fruits sous forme de grosses gousses qui pourraient ressembler à des marrons ou à des châtaignes géantes. Les fruits sont des caryopses. Ils possèdent une première coquille dure qui se détache rapidement, puis une deuxième coquille qui colle à la graine. C'est en retirant cette dernière que l'on obtient la boule d'ivoire végétal. Lorsqu'elles sont mûres, les Indiens les ramassent. La pulpe jaune, qui entoure la graine, au goût agréable, est parfois commercialisée sous forme de boisson.



La noix de Tagua est donc une matière naturelle dont la récolte n'a pas d'impact écologique. Une fois quelle a été ramassée, la Tagua fait l'objet d'un long processus de production. On laisse sécher les graines pendant environ 1 mois au soleil. Lorsqu'elles sont devenues assez dures, elles sont décortiquées, puis lissées pour être ensuite découpées. La dernière étape de finition consiste à les travailler sous différentes formes et tailles, à les polir et enfin les teinter. Bien qu'à faible volume et à son début, la récolte de la Tagua apparaît aujourd'hui comme une des solutions possibles, permettant de lutter contre la déforestation en Amazonie. Elle est également pour les habitants de la région une **nouvelle source de revenus issus de l'exploitation raisonnée de la forêt, et permet d'aider les populations locales à être moins dépendantes des grands propriétaires terriens**.



Ainsi, pour élaborer un bouton en ivoire végétal, on utilise seulement 7% d'une noix. Le reste, qui représente 93%, est utilisé de plusieurs façons, pour la confection d'autres boutons, ou perles, etc. Ensuite, les résidus inexploitablement sont moulus en poudre et servent de compléments alimentaires pour les bovins, et les coquilles des noix comme combustibles. Actuellement, la production totale de Tagua en Équateur est de 100 000 tonnes : 50 000 dans la province de Manabi, 30 000 à Esmeraldas, 20 000 dans la Cordillère des Andes. Environ 35 000 personnes vivent du travail de la Tagua en Equateur.



SWAMBI CREATION NATURE

38 Rue du Québec

17320 Brouage

Tél. : 05.46.85.17.98

Réseau Maman Ô NATUREL

Professionnelle de l'Enfance et Parentalité et Maman relais BRINDILLES 17, Sabrina Mamoun-Gailler est intervenante en maternage : elle fait découvrir, conseille, prête, faist tester aussi bien en portage ; des écharpes, portes bébé physiologiques, que des couches lavables ou jetables bio, des cosmétiques et soins bio, des jouets naturels, du matériel de puériculture naturelle (biberons, tasses, sucettes et attaches sucette, baignoires, pour allaitement ...) produits pour une maison naturelle ...

et animatrice bébés signeurs (formation Signe Avec Moi) sur La Rochelle - Rochefort - Aigrefeuille - Surgères - Saintes - Royan

Les ateliers bébés signeurs c'est quoi?

Dans les années 80, Joseph Garcia, un spécialiste de la langue des signes américaine constatait que les enfants qui grandissaient dans des familles dont au moins un des parents était sourd (et utilisait la langue des signes), pouvaient communiquer bien plus tôt que leurs petits camarades du même âge de familles entendantes qui n'évoluaient pas dans un univers de signes et qui devaient attendre le développement de la parole. Il se mit à faire découvrir au grand public, les avantages de l'utilisation de signes tirés de la langue des signes avec les bébés entendants.

Parallèlement, Linda Acredolo et Susan Goodwyn de l'université de Californie, pionnières incontournables, montraient que les enfants qui ne savent pas encore parler utilisent spontanément et naturellement des gestes pour communiquer.

Pourquoi Signer ?

Votre enfant a des choses à vous dire bien avant de pouvoir parler !

Les enfants maîtrisent bien plus tôt et plus rapidement les muscles de leurs bras et de leurs mains que ceux de leur bouche. Ils sont capables de communiquer par gestes bien avant de pouvoir le faire oralement. L'utilisation de la langue des signes permet aux enfants "préverbaux" de disposer rapidement d'un large vocabulaire pour s'exprimer et être mieux compris de leur entourage en attendant que la parole se mette en place.

Ainsi, des mois, voire des années avant d'être en mesure de parler, les enfants peuvent signifier aux autres leurs émotions et sensations.

La communication s'améliore, la fréquence et l'intensité des frustrations diminuent d'un côté comme de l'autre. Les relations sont plus paisibles, les échanges et le respect plus profonds, les liens se tissent plus forts...

Ce n'est pas parce que vous signez que vous arrêtez de parler aux enfants! Nous baignons dans la communication orale, le reste de l'entourage continuera aussi à s'adresser oralement aux enfants, et les enfants continueront à vouloir communiquer avec les autres!

Quand commencer ?

Les parents très attentifs ou sensibilisés découvrent très tôt les signaux subtils émis par leur enfant pour exprimer un besoin. Les signes de la LSF que vous utiliserez seront produits en fonction des capacités physiques de votre enfant. Les signes deviendront plus précis à mesure que la motricité s'affinera.

Ce qui compte, ce n'est pas que l'enfant le fasse parfaitement tout de suite mais que vous le compreniez. Certains enfants commencent à signer de façon reconnaissable vers 6 mois, d'autres autour de 8-10 mois, d'autres encore un peu plus tard.

Généralement, lorsque l'enfant commence à faire des geste de la main, tendre les bras, pointer du doigt, et si vous signez, il est fort probable qu'il se mettra à signer sous peu lui aussi.

Certains parents commencent dès la naissance de leur enfant et s'approprient peu à peu les signes relatifs à leur quotidien. D'autres parents commencent vers les 5-6 mois de leur enfant, quand il devient de plus en plus attentif et commence à jouer avec ses mains. D'autres commencent plus tard, parce qu'ils ont découvert cette approche plus tard.



SABRINA MAMOUN GAILLER

9 rue Amiral Lartigue

17300 ROCHEFORT

Tél. : 06 26 68 61 78

Remise à FLOT, chantier d'insertion

La Maison de Quartier de Port-Neuf a mis en place, en 2006, un **chantier d'insertion** « REMISE A FLOT », **en lien avec la filière nautique**, s'inscrivant dans un **contexte** à la fois **social, écologique et économique**. Remise à Flot emploie 15 personnes et se scinde en deux entités :

- un chantier d'hivernage et de réparation de bateaux
- un atelier de création marine



L'atelier chantier nautique

L'atelier emploie des personnes sans grandes qualifications bien souvent éloignées du monde du travail en raison d'événements de la vie qui les ont affectés. L'atelier leur offre une possibilité pour rebondir et repartir avec de nouvelles motivations.

Encadrés par des professionnels de la maintenance spécialisés en marine de plaisance, Remise à Flot gère, en convention avec le port des minimes, le stockage à terre de 65 bateaux de moins de 3T5 en rack. Il effectue la sortie d'eau et la mise à l'eau de tous les bateaux qui ont hivernés. Il se charge aussi, par les savoir-faire des personnes, de petites réparations, antifouling, nettoyage, remise en état de la coque, mâtage et démâtage. Des activités de convoyages sont également proposées.

L'atelier de création marine

L'atelier de créations marine emploie des personnes rencontrant des difficultés professionnelles et leur redonne le goût du travail.

Cet atelier est encadré par une créatrice/styliste qui guide les couturières, apportant son savoir faire et les techniques de couture. Chaque couturière travaille à son propre rythme et réalise le produit du début à la fin, en y apportant sa touche personnelle, afin de privilégier la qualité de la création sur la quantité. Remise à Flot utilise des matières premières recyclées, ainsi que des chutes de découpe vouées à la déchèterie, tel que voiles, kakemonos, ceintures de sécurité... Ces matériaux récupérés et transformés par nos soins ont une **deuxième vie**. Remise à Flot s'inscrit dans une **démarche écologique et citoyenne**, accompagnée de ses partenaires donateurs, contribue à son niveau, au respect de l'environnement.

Remise à Flot un rempart avant l'ultime fin de ces matériaux.

Économiquement, Remise à Flot travaille de concert avec la filière nautique très présente dans notre département.

Chaque produit fabriqué par Remise à Flot est une création unique, de par son propre mélange de matières ou de sa découpe de kakemono.

Nous sommes présents en comité d'entreprises, sur des salons et sur Internet, afin de nous faire connaître et nous permettre de nous développer tout en gardant notre objectif premier qui est de favoriser l'insertion, tremplin vers l'emploi.

Remise à Flot répond à votre demande en recyclant et transformant vos bâches publicitaires usagées (kakemono) en un produit unique et à votre image, destiné à votre clientèle ou à vos collaborateurs.

Chaque produit Remise à Flot est unique par sa fabrication et son histoire, c'est **un achat citoyen réalisé à La Rochelle**.



REMISE A FLOT
Place de l'Île de France
17000 La Rochelle
Tél. : 05.46.43.51.49



Plus de VIE pour la TERRE

Les pôles s'en vont et les forêts tropicales vont disparaître nous dit-on, alors : **Qu'attendons-nous ?**

L'association « Plus de Vie pour la Terre » est apolitique, laïque, a pour objectif la protection de l'environnement, donc le mieux-être social.

Elle propose des actions concrètes dans la vie quotidienne, cherche à favoriser le développement de la flore, de la faune face à leur destruction massive et offre une porte ouverte à chaque citoyen désireux d'agir.

Elle souhaite réconcilier nos paroles et nos actes en créant un lien durable et harmonieux entre nos discours répétitifs quotidiens, concernant les ravages sur notre planète, et, les actions réparatrices et protectrices d'urgence que nous devrions naturellement concrétiser en conséquence (immédiatement et réellement) sur le terrain naturel, sur nos vies individuelles, dans notre société... (Remède à notre désarroi quotidien et à l'impact de notre propre vie destructive).

Elle cherche à soutenir et à favoriser la création et reconstruction de liens entre l'homme et la nature qui subit sans pouvoir se protéger.



Atelier : le carrelet pédagogique

Le carrelet pédagogique d'Eslandes, géré par l'association « Plus de vie pour la terre » se loue « à la marée » en fonction des coefficients de pleines mers, du temps et des créneaux de réservations disponibles.

Il accueille tous les publics, (jusqu'à 10 personnes : Particuliers, classes, collectivités etc.), et offre un bon bol d'air à tous citoyens désireux de se détendre au bord de la mer.

Bien que la pêche ne soit pas garantie à coup sûr, le carrelet est facile à manipuler même pour les novices ; vous pêcherez des plis, solettes, crevettes, bars, mulets (celui avec des nageoires... !), et toutes espèces de poissons autorisées à la pêche par les affaires maritimes.

En cas de doutes à propos d'espèces jugées rares ou lors de prises de petites tailles, nous vous conseillons de relâcher le poisson afin que votre pêche soit légale.

Pour les groupes scolaires et les centres culturels, ce carrelet s'ouvre sur de larges horizons pédagogiques : La découverte de la nature, la protection de l'environnement, l'histoire navale, l'imaginaire...

Bien des thèmes seront porteurs d'innombrables projets exploités par des ateliers. Ce carrelet, équipé d'un ponton large, accueille les personnes à mobilité réduite.



PLUS DE VIE POUR LA TERRE

19 rue de la Fiole

17330 SAINT FELIX

Tél. : 06 68 37 16 36