



CATALOGUE DES PRODUITS

VRAC BRUXELLES

JANVIER 2023

NOUVEAU

BIENVENUE CHEZ VRAC BRUXELLES!

JANVIER 2023

Chers adhérent(e)s,

Il est tout frais tout neuf, il vient juste de sortir: vous tenez entre vos mains le premier catalogue des produits proposés par VRAC Bruxelles!

Vous y trouvez une quinzaine de références, mais ce n'est que le début!

Le catalogue de produits s'agrandira dans les mois à venir selon vos propositions et besoins.

VRAC?

VRAC Bruxelles est une association qui accompagne les habitant(e)s des quartiers populaires dans l'organisation de groupements d'achat de produits de qualité, bio et/ou locaux, à des prix accessibles.

Comment ça marche?

- 1- J'adhère à l'association** VRAC Bruxelles, sur le site internet **bruxelles.vrac-asso.org** ou par bulletin papier à envoyer à **vrac-bruxelles@vrac-asso.org** (voir fin catalogue)
- 2- Chaque mois, je choisis mes produits dans le catalogue**, et je passe ma commande sur **cagette.net** ou lors d'une permanence au sein de mon quartier
- 3- VRAC commande les produits directement auprès des producteurs et fournisseurs**, et organise la livraison dans mon quartier avec l'aide des habitants.
- 4- 2 semaines après ma commande, je viens chercher mes produits dans mon quartier**, lors de l'épicerie éphémère organisée par VRAC avec l'aide des associations du quartier et des habitants bénévoles.

SUIVEZ NOS ACTUALITÉS SUR FACEBOOK  , LINKEDIN  ET INSTAGRAM 

L'ESSENTIEL A SAVOIR

- **L'ADHÉSION à VRAC coûte 1 euro** par an pour les habitants des quartiers populaires et/ou ayant des revenus modestes et 20 euros pour les autres (l'adhésion se fait sur place le jour de la distribution)
- **VRAC N'EST PAS UN SUPERMARCHÉ : LA PARTICIPATION DES ADEHRENTS EST INDISPENSABLE** pour permettre au groupement d'achat de fonctionner: aide pendant les distributions et pour les prises de commandes, etc.
- Vous commandez la **QUANTITÉ QUE VOUS SOUHAITEZ**
- Vous **PAYEZ** votre commande quand vous venez la chercher (carte bancaire ou espèces)
- Il n'y a **PAS D'ENGAGEMENT DANS LA DUREE** : vous n'êtes pas obligé de commander chaque mois
- **VENEZ AVEC VOS CONTENANTS** (sacs en tissu ou papier, boîtes, bouteilles, etc.): la majorité des produits sont livrés en vrac, sans emballage
- **UN GROUPEMENT D'ACHAT APPARTIENT A SES MEMBRES** : toutes vos idées sont bienvenues

EN SAVOIR PLUS SUR L'ASSOCIATION?



VRAC a pour mission de **faciliter l'accès des habitant(e)s des quartiers populaires à une alimentation durable et de qualité.**

Pour cela, VRAC :

- accompagne les habitant(e)s dans le développement de groupements d'achat sur plusieurs quartiers de la ville de Bruxelles;
- propose des actions de sensibilisation à l'alimentation durable : dégustations, visites de producteurs, ateliers et concours de cuisine, etc.

Si VRAC parvient à proposer des produits de qualité à des prix accessibles, c'est grâce à :

- **l'achat de produits en grandes quantités directement auprès des producteurs et fournisseurs.** Pour autant les prix ne sont pas tirés vers le bas et garantissent une juste rémunération des producteurs. **VRAC revend ces produits à prix coutant** aux adhérent(e)s de l'association,
- la **réduction des emballages;**
- le **soutien des associations et acteurs du quartier** qui accueillent dans leurs locaux les épiceries éphémères;
- **l'implication des adhérent(e)s bénévoles pour l'organisation des épiceries.**
Il faut 5 bénévoles par épicerie pour garantir le bon fonctionnement d'un groupement d'achat

ATTENTION: les produits et les prix proposés peuvent varier d'une commande à l'autre, selon la disponibilité des stocks chez les producteurs, les aléas de production et de transport, etc.

POUR TOUTE QUESTION, REMARQUE, PROPOSITION

Ecrivez-nous: vrac-bruxelles@vrac-asso.org

Appelez-nous: 02/543 44 25



CAFES ET CHOCOLAT

- Café arabica.....6
- Palets chocolat noir7
- Palets chocolat lait.....7



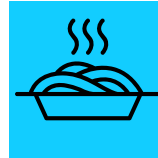
MIEL, JUS DE POMMES, SUCRE

- Sucre de canne blond8
- Miels artisanaux.....9
- Jus de pommes, d'orange, compote 10



FRUITS SECS

- Amandes décortiquées.....11
- Noisettes.....12
- Abricots secs.....12
- Dattes13
- Figses séchées.....13
- Raisins secs.....14



PÂTES, SEMOULE, HUILE, PASSATA

- Pâtes blanches et complètes., riz..15
- Semoules16
- Huile d'olives.....17
- Purée de tomates.....18



LEGUMINEUSES ET FARINES

- Lentilles19
- Pois chiches.....20
- Quinoa20
- Haricots rouges et blancs.....21
- Farines.....22
- Lait et Oeufs.....23
- Fruits et légumes frais.....24



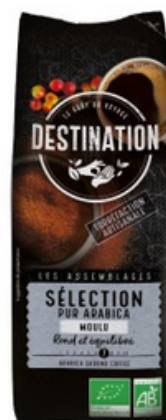
HYGIÈNE & ENTRETIEN

- Lessive en poudre.....25
- Bicarbonate de soude..... 25
- Vinaigre.....26
- Savon noir liquide26
- RECETTE PRODUITS MAISONS.....27
- Liquide vaisselle.....28
- Nettoyant multi-usages.....28
- Shampoing, Gel douche.....29

CAFE MOULU PUR ARABICA

2,56 € LE PAQUET DE 250G

9,58 € LE PAQUET DE 1KG



Pur arabica, ce café est une sélection de crus d'Amérique Latine issus de l'agriculture biologique. Rond, il offre une tasse équilibrée aux notes légèrement grillées.



ORIGINE : AMERIQUE LATINE



FURNISSEUR: DESTINATION (BORDEAUX, GIRONDE)

L'entreprise de transformation, torréfaction, conditionnement et distribution de produits biologiques et équitables "Destination" a été créée en 1999 à Bordeaux. Elle sélectionne ses matières premières (café, thé, sucre et cacao) en circuit court et issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique : cela leur permet de contrôler la qualité des achats à la source. Destination perpétue un savoir faire traditionnel de la torréfaction artisanale du café, lente et à basse température, pour préserver tous les arômes naturels des grains de café bio. Les crus sont torréfiés séparément et puis sont assemblés comme pour un bon vin !

Depuis plus de 20 ans, Destination est engagée dans une démarche équitable, pour garantir à ces partenaires des avantages économiques, sociaux et écologiques leur assurant un meilleur cadre de vie et de travail, et promouvoir des valeurs humaines communes à toutes les cultures du monde. Destination s'applique ainsi à soutenir les producteurs, à garantir le respect des droits fondamentaux des travailleurs et offrir un revenu décent à leurs fournisseurs en développant une politique de prix minimum.

D'autre part, l'entreprise investit dans des projets locaux qui servent les communautés locales. Enfin, l'entreprise s'engage à optimiser le transport des marchandises, afin que camions et bateaux ne circulent qu'en étant totalement remplis. Par ailleurs, l'entreprise a recourt à des emballages respectueux de l'environnement : réutilisables lorsque c'est possible, en supprimant le suremballage, en diminuant l'épaisseur des matériaux.

Site internet : <http://www.destination-bio.com>

PALETS CHOCOLAT NOIR 57% A DEGUSTER OU POUR CUISINER

8,62 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



Ingrédients (tous issus de l'agriculture biologique) : Masse de cacao (46.5%), sucre de canne (44%), beurre de cacao (9%)



ORIGINE : REPUBLIQUE DOMINICAINE



FOURNISSEUR: ACTIBIO (MAYENNE, 53, REGION PAYS DE LA LOIRE)

Actibio est une entreprise française créée en 2001 par Birgit Uet, installée en Mayenne dans les Pays-de-la-Loire, et spécialisée dans l'approvisionnement de produits biologiques.

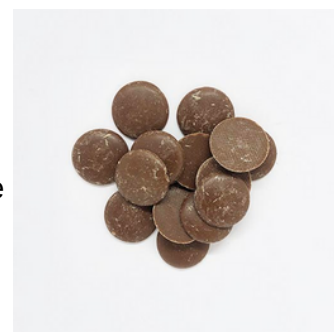
Site internet : <http://www.actibio.net/>

PALETS CHOCOLAT LAIT 39% A DEGUSTER OU POUR CUISINER

10,36 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



Ingrédients (tous issus de l'agriculture biologique) : sucre de canne, beurre de cacao, lait en poudre, masse de cacao, poudre de vanille



ORIGINE : REPUBLIQUE DOMINICAINE



FOURNISSEUR: ACTIBIO (MAYENNE, 53, REGION PAYS DE LA LOIRE)

Actibio est une entreprise française créée en 2001 par Birgit Uet, installée en Mayenne dans les Pays-de-la-Loire, et spécialisée dans l'approvisionnement de produits biologiques.



LE SAVIEZ-VOUS ? COMMENT EST FABRIQUÉ LE CHOCOLAT?

- Le chocolat est fabriqué à partir des fèves du cacaoyer, un arbre qui pousse dans les régions équatoriales. A l'intérieur de chaque cabosse de cacao (fruit du cacaoyer) se trouvent des graines que l'on place dans des caisses en bois afin qu'elles fermentent. Après leur séchage, les fèves de cacao sont triées et transformées en une pâte, à laquelle d'autres ingrédients seront ajoutés en fonction du chocolat que l'on souhaite obtenir.
- Les fèves, après avoir été séchées, donnent la masse de cacao, le beurre de cacao et la poudre de cacao.
- Un chocolat noir contient au moins 43% de masse de cacao, auquel on a ajouté du sucre.
- Un chocolat au lait contient au moins 25% de masse de cacao, du sucre et du lait.
- Le pourcentage de cacao est indicateur de la quantité de sucre. Plus il y a de cacao, moins il contient de sucre. En dessous de 70%, le chocolat noir est bien adapté aux pâtisseries; au dessus, le goût fort et amer convient mieux à la dégustation.

SUCRE DE CANNE BLOND BIOLOGIQUE

2,00 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : ARGENTINE / BRÉSIL / PARAGUAY



FOURNISSEUR: DESTINATION (BORDEAUX, GIRONDE)

L'entreprise de transformation, torréfaction, conditionnement et distribution de produits biologiques et équitables "Destination" a été créée en 1999 à Bordeaux. Elle sélectionne ses matières premières (café, thé, sucre et cacao) en circuit court et issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique : cela leur permet de contrôler la qualité des achats à la source. Destination perpétue un savoir faire traditionnel de la torréfaction artisanale du café, lente et à basse température, pour préserver tous les arômes naturels des grains de café bio. Les crus sont torréfiés séparément et puis sont assemblés comme pour un bon vin !

Depuis plus de 20 ans, Destination est engagée dans une démarche équitable, pour garantir à ces partenaires des avantages économiques, sociaux et écologiques leur assurant un meilleur cadre de vie et de travail, et promouvoir des valeurs humaines communes à toutes les cultures du monde. Destination s'applique ainsi à soutenir les producteurs, à garantir le respect des droits fondamentaux des travailleurs et offrir un revenu décent à leurs fournisseurs en développant une politique de prix minimum.

D'autre part, l'entreprise investit dans des projets locaux qui servent les communautés locales.

Enfin, l'entreprise s'engage à optimiser le transport des marchandises, afin que camions et bateaux ne circulent qu'en étant totalement remplis. Par ailleurs, l'entreprise a recourt à des emballages respectueux de l'environnement : réutilisables lorsque c'est possible, en supprimant le suremballage, en diminuant l'épaisseur des matériaux.

Site internet : <http://www.destination-bio.com>



LE SAVIEZ-VOUS ? D'OÙ VIENT LE SUCRE ?

Ce sucre blond issu de l'agriculture biologique est fabriqué à partir de la canne à sucre. Plusieurs étapes ont lieu dans la sucrerie, le lieu de transformation, pour obtenir du sucre. D'abord, la canne est découpée en petits morceaux, qui sont ensuite pressés et broyés afin d'en récolter du jus, composé à 80% d'eau et à 20% de sucre. Ce jus est filtré et cristallisé. C'est alors un sirop qui va être cuit et filtré plusieurs fois. La mélasse, parfois utilisée en cuisine, est un des "sirops de sucre" très épais produits par les premières filtrations du jus de la canne à sucre. Les cristaux de sucre de canne sont naturellement colorés; leur couleur rousse est due à la présence de matière organique dans le sirop de sucre. Plus le sucre est débarrassé des résidus qui l'accompagnent, plus il est raffiné, plus il est blanc. Le sucre blond conserve un peu de mélasse, ce qui lui donne sa couleur blonde et son parfum vanillé.

Le sucre peut être produit à base d'autres plantes, notamment la betterave sucrière. Dans les deux cas, le processus est identique : la plante récoltée est lavée puis broyée et pressée pour en extraire du jus.

La production de betteraves sucrières est bien implantée en Belgique, mais il est encore difficile aujourd'hui de trouver du sucre de betterave biologique belge et accessible. On y travaille !

MIEL CRÉMEUX TOUTES FLEURS DE PRINTEMPS OU D'ÉTÉ

7,12 € LE POT DE 500G + 1€ CAUTION

LOCAL!
Produit de
Belgique



NAMUR (50 KM DE BRUXELLES)



PRODUCTEUR: ALEXANDRE CHEVE, RUCHERS DES LUMEÇONS



Ils sont très rares les apiculteurs qui vivent de leur métier. Lui le fait, à plein temps et à plein pot! Il assure avec passion et méthode. Il place ses ruches à des endroits stratégiques, vraiment préservés, souvent chez des producteurs membres de la Coopérative Paysans-Artisans par qui nous passons pour avoir le miel d'Alexandre.

Alexandre a commencé à élever des abeilles à Bruxelles en 2010. Il disposait à l'époque de trois ruches standards situées dans le parc Jean – Félix Hap à Etterbeek. Il disposait, dû à un accord avec la commune, d'un emplacement gratuit.

Il s'installe ensuite à Namur où il dispose 10 ruches sur son 1er emplacement. Il fait simultanément une formation avec un apiculteur professionnel pendant 3 ans.

Il récolte le miel 2 à 3 fois par an:

- La première récolte se fait pour le miel de Colza provenant d'un champ de colza bio près de Bioux.
- La deuxième se déroule le 15 mai pour le miel de printemps.
- La troisième a lieu le 15 juillet pour le miel d'été.

Alexandre n'a pas de labellisation bio car la législation belge exige qu'il y ait un rayon de 6 km autour des ruches sans traitement ni champs conventionnels. Il cherche donc des lieux préservés de l'agriculture industrielle (et il en trouve). Il est donc difficile d'obtenir le label bio en Belgique, surtout dans la province de Namur, car la densité de population est importante.

Quelles différences entre les miels de printemps et d'été ?

- le miel d'été est : Tartinable, crémeux et au goût plus prononcé que le miel de printemps. Toutes fleurs : acacia, ronce, tilleul, aubépine.

- le miel de printemps a une cristallisation fine. Il est facilement tartinable et doux.

Fleurs en 2018: pommier, poirier, prunellier, merisier, cerisier, marronnier, colza, aubépine, pissenlit...



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le miel est fabriqué par une colonie d'abeilles à partir du nectar et du pollen des fleurs sauvages. Tous les miels sont différents selon les fleurs butinées par les abeilles. Leurs consistances peuvent être alors liquides, crémeuses ou cristallisées; leurs couleurs vont du blond clair au brun foncé. La cristallisation du miel est un processus naturel de conservation qui ne modifie pas les vertus et qui arrive après quelques semaines ou mois, selon le nectar floral. Le miel est un produit excellent pour la santé, aux propriétés médicinales variées (il permet par exemple de soulager les maux de gorge ou de cicatrifier les plaies).

JUS DE POMMES

1,85 € LA BOUTEILLE D' 1 LITRE
+ 0,25 € CAUTION



NIJEN, PRÈS D'ANVERS



PRODUCTEUR: DE DRIE WILGEN

LOCAL!
Produit de
Belgique



Jan fabriquait et vendait déjà du jus de pomme quand il était petit. Il vendait les pommes du verger de son grand-père en mettant un panneau dans la rue. À partir des restes, il fabriquait du jus de pomme dans le garage de ses parents. Parce qu'il a fait du jus de pomme toute sa vie, il a reçu le surnom approprié de Jan Sap au fil des ans !

Tous les jus de fruits biologiques sont fabriqués à partir de fruits cultivés dans la région. De Drie Wilgen est synonyme d'une manière écologiquement responsable d'agir dans le respect de la nature et de ses produits.

Les pommes et poires proviennent presque exclusivement de producteurs belges et du sud des Pays-Bas.

Ils aiment aussi travailler avec des variétés anciennes, car les pommes des grands arbres fruitiers donnent une touche aigre fraîche unique à notre jus de pomme.

En bouteille, le jus se conserve 3 à 4 jours après ouverture. En cubis, il peut se conserver jusqu'à 2 mois.

JUS D'ORANGES

1,80 € LA BOUTEILLE D' 1 LITRE
+ 0,25 € CAUTION



NIJEN, PRÈS D'ANVERS



PRODUCTEUR: DE DRIE WILGEN



COMPOTE DE POMMES

2,23€ LA POT DE 350 G



NIJEN, PRÈS D'ANVERS



PRODUCTEUR: DE DRIE WILGEN



AMANDES DECORTIQUEES

12,30€ LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : ITALE



FOURNISSEUR: BASE ORGANIC FOOD, MONTAUBAN, FRANCE

La particularité du climat sicilien et ses sols volcaniques confèrent aux amandes produites des propriétés gustatives et nutritionnelles singulières. Avec un goût extrêmement équilibré, nos amandes siciliennes présentent également un arôme intense. Notre amande de variété Tuono ravira sans conteste tes papilles !

Un programme agricole, démarré en 2017 à Noto, une commune italienne située dans la province de Syracuse au sud-est de la Sicile, a permis la plantation de 190 ha d'amandiers sur les 500 prévus. Entrés en production depuis 2020, les amandiers de ce programme agricole en cours de construction bénéficient des meilleurs sols, à la fois primaires et irrigués et avec une exposition au soleil optimale. Dans le respect des normes de l'agriculture biologique, la production d'amandes siciliennes continue de se structurer grâce à un système de polyculture qui se diversifie au fil des années.



LE SAVIEZ-VOUS ?

L'amande est le fruit à coque de l'amandier, qui est de la même famille que les pêchers, cerisiers ou encore pruniers ! Si leur culture est très gourmande en eau, les amandes ont de très bons apports nutritionnels. Elles sont par exemple riches en fibres, en minéraux et en vitamine E antioxydante, qui aide à protéger les cellules de certaines agressions. Leur consommation est aussi excellente pour le bon fonctionnement du système cardio-vasculaire.

On trouve les amandes sous différentes formes : fraîches, effilées, en poudre... mais ce sont les amandes entières avec la peau, qui contient le plus d'antioxydants et qui sont les meilleures en termes nutritionnels.

Enfin, comme leur apport en sucre est faible, c'est un bon allié "santé" en cas de petite faim.

NOISETTES DECORTIQUÉES

8,45 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : TURQUIE



FOURNISSEUR: BASE ORGANIC FOOD, MONTAUBAN, FRANCE

LE NOISETIER PROTÈGE LES CULTURES AUX ALENTOURS CONTRE LES VENTS DÉSÉCHANTS ET PURIFIE L'EAU À PROXIMITÉ DE LÀ OÙ IL EST PLANTÉ. IL A DONC UNE PLACE DE CHOIX DANS LES ÉCOSYSTÈMES.

ABRICOTS SECS

6,85 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : TURQUIE



FOURNISSEUR: BASE ORGANIC FOOD, MONTAUBAN, FRANCE

Notre abricot séché est originaire de la région de Malatya en Turquie. Grâce à l'ensoleillement de cette région, le fruit se charge en sucres et ce terroir confère à l'abricot un parfum riche et délicat.

L'anhydride de soufre ou E220 utilisé en agriculture conventionnelle est un conservateur qui permet de conserver la couleur orange vive de l'abricot au séchage mais présente un risque non quantifiable sur la santé. Les nôtres sont plus foncés, car ils sont plus naturels.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les fruits secs sont obtenus par l'assèchement, l'évaporation de l'eau contenue dans les fruits. Il résulte de ce processus des aliments très riches en sucre, mais également en fibres et minéraux. Pour cette dernière raison, ils sont préférables à de nombreuses sucreries en cas de petite faim : tant qu'à manger beaucoup de sucre, autant avoir également des bénéfiques (les gâteaux et sucreries sont pauvres en bons nutriments, contrairement aux fruits secs) !

DATTES DEGLET NOUR

4,25 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : TUNISIE



FOURNISSEUR: BASE ORGANIC FOOD, MONTAUBAN, FRANCE

Le nom de cette dattes signifierait en arabe "doigt de lumière" car, lorsque le fruit est mûr, il devient translucide, laissant apparaître, lorsqu'il est placé près d'une source lumineuse, son noyau central. C'est cette particularité qui fait que certains l'appellent "reine des dattes" ou "mini-soleil".

FIGUES SECHES LERIDA

6,90 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : TURQUIE



FOURNISSEUR: BASE ORGANIC FOOD, MONTAUBAN, FRANCE

Les figues Lériida, aux formes allongées, sont moelleuses et révèlent un arôme de noix

La figue est une fleur qui éclot à l'intérieur de la poche en forme de poire, c'est pour cette raison que vous ne verrez jamais fleurir les figuiers. La fleur du figuier produit un seul fruit contenant une seule graine, appelée akène. Une figue est composée de multiples akènes : lorsque tu manges une figues tu manges en réalité plusieurs fruits !.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les dattes sont les fruits du palmier-dattier, un arbre emblématique des oasis sahariennes. Leur culture exige de la chaleur; elles ne poussent donc pas en Belgique ! C'est à la fin de l'hiver que les premières dattes apparaissent. Elles sont en grappes, de couleur noire ou verte et atteignent leur taille définitive en octobre. Elles se sont alors colorées en jaune et le sucre s'est concentré dans leur chaire. Elles sont ensuite séchées traditionnellement au soleil. La datte est facile à manger sur le pouce; en grignoter trois ou quatre dattes apportent plaisir et énergie. Pratiquement dépourvues de lipides et très riches en glucides, consommer des dattes contribue à l'équilibre nutritionnel des personnes actives !

Les figues séchées sont notamment riches en : phosphore, manganèse, fer, magnésium, potassium et calcium.

RAISINS SECS SULTANINE

3,35 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : TURQUIE

Notre raisin sec est originaire de la région Nord de la Turquie près de la mer Egée. Le raisin possède une saveur naturellement très sucrée et une texture moelleuse. L'arôme est très fruité et se rapproche d'un délicat arôme de miel. Pourquoi le raisin est-il huileux au toucher? Afin d'empêcher les raisins de se coller les uns aux autres, un soupçon d'huile de tournesol bio est ajouté.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le changement des couleurs du raisin a lieu pendant le séchage. Ces raisins bruns sont séchés au soleil. Les raisins secs sont concentrés en oligoéléments tels que le calcium, le fer (en remède contre l'anémie), le magnésium (utile contre le stress et l'anxiété) ou encore le potassium (contre l'hypertension). Ils sont également une excellente source de vitamines et de fibres qui facilitent la digestion. Profitez de leur apport énergétique en mangeant une poignée de raisins avant de faire du sport et pour faciliter la récupération.

Comme pour les figes, faites-les faire tremper dans de l'eau chaude avant de les cuisiner. Les raisins vont se gorger et devenir plus moelleux. Incorporez-les dans vos préparations sucrées (gâteaux, mueslis...) ou salées (couscous, salades...).

PATES BLANCHES ET COMPLÈTES

2€ LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!

Au choix:



Spaghetti



Penne rigate



Spirales complètes



ORIGINE : ITALIE



PRODUCTEUR: ASTRA BIO (ITALIE)

Astrabio travaille directement avec la coopérative agricole italienne IRIS qui est née en 1978 de 9 jeunes pionniers de l'agriculture biologique souhaitant expérimenter l'auto-gestion et la vente directe. À partir de 1985, ils ont débuté la fabrication de pâtes, tout en diversifiant les cultures et achetant davantage de terres. Aujourd'hui, une centaine d'agriculteurs de 11 régions italiennes forment la filière biologique IRIS. Ils sont notamment producteurs de céréales (blé dur, tendre, maïs, épeautre, millet, sarazin) et de légumes frais et secs (pois chiche, haricots, tomates...). De plus, la coopérative IRIS est un acteur important de l'Economie Sociale et Solidaire en Italie.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le blé dur est une variété de blé, cultivé depuis la Préhistoire, dont les graines sont riches en protéines. Il est utilisé à la fabrication des pâtes alimentaires, couscous et boulghour

RIZ LONG DEMI COMPLET DE CAMARGUE

2,94€ LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : CAMARGUE, FRANCE



FOURNISSEUR: ACTIBIO

Ce riz biologique français produit dans les rizières camarguaises n'a rien à envier au riz basmati ou au riz thaï ! Sa qualité est liée au territoire particulier de la Camargue, parfait pour cette culture de féculent qui permet de varier les apports en glucides. Les riz camarguais sont cultivés sans désherbants ni pesticides tout en veillant à une rapide rotation des cultures avec le blé ou les lentilles, le tournesol tous les 2 ans afin de laisser reposer les terres.



SEMOULE DE BLÉ DUR SEMI-COMPLÈTE (FINE)

1,92 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : ITALIE



FOURNISSEUR: ACTIBIO

Actibio est une entreprise française créée en 2001 par Birgit Uet, installée en Mayenne dans les Pays-de-la-Loire, et spécialisée dans l'approvisionnement de produits biologiques. Ils ont à cœur de limiter au maximum leur impact sur l'environnement (optimisation du transport, alternatives au plastique, énergies renouvelables pour le centre logistique, locaux certifiés "Haute Qualité Environnementale", etc.)

Site internet : <http://www.actibio.net/>

SEMOULE DE BLÉ DUR BLANCHE EXTRA FINE

2 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : ITALIE



FOURNISSEUR: ACTIBIO

Actibio est une entreprise française créée en 2001 par Birgit Uet, installée en Mayenne dans les Pays-de-la-Loire, et spécialisée dans l'approvisionnement de produits biologiques. Ils ont à cœur de limiter au maximum leur impact sur l'environnement (optimisation du transport, alternatives au plastique, énergies renouvelables pour le centre logistique, locaux certifiés "Haute Qualité Environnementale", etc.)

Site internet : <http://www.actibio.net/>

HUILE D'OLIVE BIOLOGIQUE EXTRA VIERGE - 1ÈRE PRESSION À FROID

5,76 € LE LITRE
BIDON DE 5L



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : CRÈTE, GRÈCE



PRODUCTEUR : COOPÉRATIVE "LES AMIS DE ZAKROS"

Zakros, un petit village de Crète, est entouré de près de 200 000 oliviers dispersés sur 7 000 hectares, face à la mer Méditerranée où les habitants vivent principalement de leur savoir-faire ancestral de production d'huile d'olive. Zakros est doté d'une coopérative oléicole qui s'occupe de transformation des olives en huile. Une seule variété d'olive, les olives « Koroneiki » (olive couronne), sont utilisées. L'huile est extraite par de simples moyens mécaniques et physiques ; les olives sont pressées le jour même de la cueillette ; un soin particulier est apporté aux oliviers, arrosés avec l'eau de la source du village ! Cela donne une huile d'olive de grande qualité, peu acide, au goût équilibré entre douceur et amertume. L'association « Les amis de Zakros » permet aux villageois crétois producteurs de l'huile de pérenniser et de vivre leur activité, en étant rémunéré à un prix juste.



LE SAVIEZ-VOUS ? IL EXISTE 3 NIVEAUX DE QUALITÉ D'HUILE D'OLIVE

L'huile d'olive constitue l'un des éléments majeurs de l'alimentation méditerranéenne, notamment du régime crétois. Elle est réputée pour ses bienfaits nutritionnels (elle est particulièrement riches en polyphénols et vitamine E, des antioxydants naturels) et son utilisation possible autant en assaisonnement qu'en cuisson. Elle peut aussi être utilisée en application cutanée (onction, massage...) et peut alors être associée avec des huiles essentielles.

- L'Huile d'Olive Extra Vierge: c'est la plus parfumée, avec un taux d'acidité inférieur à 0.8%. Elle est issue de la 1ère pression à froid des olives de meilleure qualité.
- L'Huile d'Olive Vierge : taux d'acidité compris entre 0.8 et 2%.
- L'Huile d'Olive : mélange d'huiles d'olive vierge

COULIS DE TOMATE PASSATA MANFUSO 680G

1,40 € LA BOUTEILLE DE 680G



Ingédients: Tomates fraîches San Marzano



ORIGINE : ITALIE , NAPLES



PRODUCTEUR: MANFUSO

"Conserve Manfuso Srl" est une entreprise qui se trouve dans la municipalité de Sant'Antonio Abate à Naples et peut se prévaloir d'une présence de plus de trente ans dans un territoire où la tomate représente une des cultures les plus précieuses des ces zones et où elle est le symbole incontestée du Made in Italy. Au fil du temps l'entreprise, grâce à la participation active de tous les membres de la famille, a développé des technologies d'avant-garde pour sélectionner et transformer les meilleures matières premières: seules les tomates qui viennent des zones du Sud de l'Italie, traitées savamment à basses températures pour maintenir le goût et la fraîcheur de la tomate juste récoltée en toute sécurité. L'activité principale de l'entreprise est la production de conserves de tomates biologiques fabriquées exclusivement à partir de tomates fraîches cultivées dans le Sud de l'Italie et transformées quelques heures seulement après leur récolte dans les champs. Toutes nos conserves de tomates biologiques sont fraîches et goûteuses, avec une acidité naturelle et une saveur douce et recherchée qui se révèle pleinement à la cuisson.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Bouillies, pelées, coupées en pièces ou pressées, les tomates maintiennent presque tous les substances nutritives comme la vitamine A et C, et contiennent une quantité de lycopène majeure par rapport aux tomates crues. En plus, elles peuvent être utilisées en cuisine pour les emplois les plus différents: pas seulement pour assaisonner les pâtes, mais aussi pour rendre plus colorés et savoureux les plats de poisson et viande. Il faut ajouter que les **conserves de tomate**, en particulier celles en pièces, peuvent être utilisées au lieu de tomates fraîches et compléter soupes, daubes ou rôtis en donnant une note aromatique à votre plat.

La farine est une poudre issue du broyage de céréales, entres autres le blé. La transformation de la céréale en farine s'appelle la meunerie, exercé par un meunier dans un moulin. Dans le cas du blé, c'est l'amande, au cœur du grain, qui est moulue pour obtenir la farine blanche. En France, les différents types de farines (T65, T80...) sont caractérisées selon leur "taux de cendres" qui indique la teneur de la farine en matière minérale. Plus le taux de cendres est faible plus la farine est pure et blanche, car les matières minérales sont surtout contenues dans le germe et l'enveloppe du grain de blé

LENTILLES BLONDES

3,61 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



LOCAL!
Produit de Belgique



JODOIGNE, BRABANT WALLON, BELGIQUE



PRODUCTEUR: LES 4 FERMES

Guillaume, Quentin, Kris et Paul sont les quatre jeunes agriculteurs qui ont décidé de s'associer pour cultiver la terre d'une manière respectueuse de l'environnement. Ils développent des cultures que nous n'avons pas encore beaucoup en Belgique : lentilles, quinoa, pois-chiche,... Pas de phyto, des produits belges et naturels : que du bonheur !

LENTILLES VERTES

3,72 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



FRANCE



FOURNISSEUR: ACTIBIO

Actibio est une entreprise française créée en 2001 par Birgit Uet, installée en Mayenne dans les Pays-de-la-Loire, et spécialisée dans l'approvisionnement de produits biologiques. Ils ont à cœur de limiter au maximum leur impact sur l'environnement (optimisation du transport, alternatives au plastique, énergies renouvelables pour le centre logistique, locaux certifiés "Haute Qualité Environnementale", etc.) Site internet : <http://www.actibio.net/>

QUINOA

4,55 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



LOCAL!
Produit de Belgique



JODOIGNE, BRABANT WALLON, BELGIQUE



PRODUCTEUR: LES 4 FERMES

LGuillaume, Quentin, Kris et Paul sont les quatre jeunes agriculteurs qui ont décidé de s'associer pour cultiver la terre d'une manière respectueuse de l'environnement. Ils développent des cultures que nous n'avons pas encore beaucoup en Belgique : lentilles, quinoa, pois-chiche,... Pas de phyto, des produits belges et naturels : que du bonheur !

POIS CHICHES

2,45 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



FRANCE



FOURNISSEUR: BASE ORGANIC FOOD, MONTAUBAN, FRANCE

De couleur crème, il est nécessaire de les plonger dans l'eau pendant au moins une nuit puis de les cuire pendant une heure pour pouvoir apprécier leur arôme parfumé.

Le houmous, spécialité à base de pois chiche, de tahin et d'huile d'olive a été inventé au courant du XVe siècle dans l'empire ottoman. Aujourd'hui plusieurs pays revendiquent l'invention de ce mets bien connu : la Syrie, l'Egypte, la Turquie, la Grèce, le Liban ... Et toi quelle est ta meilleure recette de houmous?



LE SAVIEZ-VOUS ? LES LÉGUMINEUSES SONT FABULEUSES!

Les légumineuses sont des plantes dont le fruit est une gousse: haricots, pois, lentilles, pois chiches, etc. Elles sont **très bonnes pour la santé car elles sont riches en protéines** (ce qui les différencie des légumes, riches en fibres et vitamines).

Les légumineuses sont consommées depuis des milliers d'années, sur tous les continents. Beaucoup de plats traditionnels sont cuisinés à partir de légumineuses, associées à des céréales: le couscous en Afrique du nord, le chili con carne en Amérique du nord et centrale, le cassoulet en France, etc.

Les légumineuses sont également très bonnes pour l'environnement: elles fixent l'azote de l'air dans le sol, et augmentent ainsi la fertilité des sols! La lentille est, de tous les légumes secs, le plus riche en protéines (plus de 24 %), en fer et en riboflavine (vit B2), et le plus pauvre en matières grasses.

HARICOTS BLANCS

4,07 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



FRANCE



FOURNISSEUR: ACTIBIO

HARICOTS ROUGES

4,50 € LE KILO



VENDU EN VRAC
Venez avec votre contenant!



FRANCE



FOURNISSEUR: ACTIBIO

Actibio est une entreprise française créée en 2001 par Birgit Uet, installée en Mayenne dans les Pays-de-la-Loire, et spécialisée dans l'approvisionnement de produits biologiques. Ils ont à cœur de limiter au maximum leur impact sur l'environnement (optimisation du transport, alternatives au plastique, énergies renouvelables pour le centre logistique, locaux certifiés "Haute Qualité Environnementale", etc.)

Site internet : <http://www.actibio.net/>

FARINE DE BLÉ COMPLÈTE 100% (T150)

1.14€ LE KILO



ORIGINE : HERSEAX, HAINAUT, BELGIQUE



PRODUCTEUR: FERME DE LA ROUSSELERIE

LOCAL!
Produit de
Belgique



FARINE DE BLÉ BLANCHE 60% (T60)

1.46€ LE KILO



ORIGINE : HERSEAX, HAINAUT, BELGIQUE



PRODUCTEUR: FERME DE LA ROUSSELERIE

LOCAL!
Produit de
Belgique



La Ferme de la Roussellerie a été reprise en 1927 par les ancêtres de la **famille Dumortier**.

En 1969, Alphonse, le père de Francis s'est d'emblée lancé dans l'aventure de l'**agriculture biologique** et dans celle du **circuit court**. Ainsi, **la Ferme de la Roussellerie** s'est progressivement convertie : d'abord, ce sont les prairies qui ont été assainies avec la **méthode Lemaire-Boucher**, ensuite toutes les parcelles cultivées ont été progressivement adaptées une par une.

En 1984, **Francis Dumortier** reprend l'exploitation familiale avec Christine son épouse. Sa décision était claire : continuer à **vendre des denrées bio** mais en intensifiant la **vente directe**.

Rapidement, la ferme écoule largement sa propre **production au détail** mais offre aussi à la vente toute une gamme d'autres **produits issus de l'agriculture biologique (fruits, légumes, pain,...)**.

En 2000, tous les animaux sont vendus (principalement des vaches laitières) à l'exception des poules qui pondent toujours les **œufs** qui sont **vendus dans le magasin**.

L'avenir ? Christine et Francis l'envisagent sereinement et fourmillent de projets pour **la Ferme de la Roussellerie** : faire évoluer la ferme en véritable **point relais pour diverses activités culturelles et de formations** (formation à la confection de produits de nettoyage par exemple, fabrication du pain...).



LE SAVIEZ-VOUS ? DIFFÉRENCE ENTRE FARINE COMPLÈTE ET BLANCHE

La farine est une poudre issue du broyage de céréales, entres autres le blé. La transformation de la céréale en farine s'appelle la meunerie, exercé par un meunier dans un moulin. Dans le cas du blé, c'est l'amande, au cœur du grain, qui est moulue pour obtenir la farine blanche. Les différents types de farines (T65, T80...) sont caractérisées selon leur "taux de cendres" qui indique la teneur de la farine en matière minérale. Plus le taux de cendres est faible plus la farine est pure et blanche, car les matières minérales sont surtout contenues dans le germe et l'enveloppe du grain de blé. De manière générale, plus elle est raffinée, plus cela demande du travail et plus la farine coûte cher.

LAIT DE LA BARAQUE DEMI-ÉCRÉMÉ - BOUTEILLE DE 1L

1,20 € LA BRIQUE D'1 LITRE



ORIGINE : ARDENNE, BELGIQUE



PRODUCTEUR: COOPÉRATIVE PUR ARDENNE



LOCAL!
Produit de
Belgique



Le Lait de la Baraque est un projet unique et fou. Un projet collectif. Un projet de 8 fermes qui veulent s'en sortir. Reprendre la maîtrise. Et participer au changement de modèle. De production. Et de société. Lait mis en TetraPack par une petite laiterie indépendante de Flandre (Kruibeke). Gérée par un agriculteur dans sa propre ferme. Cette laiterie est certifiée « Carbonne Neutre ». C'est la seule laiterie d'Europe jouissant de ce label.

Ce lait assure un prix juste aux producteurs, des pratiques durables et un produit final de qualité !

OEUFS PLEIN AIR BIO - BOÎTE DE 30

8 € LE PLATEAU DE 30 - 0,26 € L'OEUF

3,20 € LA BOÎTE DE 12 - 0,26 € L'OEUF



ORIGINE : HERVE, BELGIQUE



PRODUCTEUR: FERME DU COUDRIER



LOCAL!
Produit de
Belgique



La **Ferme des Coudriers** est une ferme et un petit centre de tri d'œufs bio à Charneux (Herve). Francis et Benoît collectent donc les œufs auprès de 3 fermes qui produisent des œufs bio, dont celle de Marc, située à Ambly (Marche).

Les poules sont évidemment nourries avec des grains bio et sont en libre parcours.

À CHAQUE DISTRIBUTION RETROUVEZ DES FRUITS ET LÉGUMES BELGES !

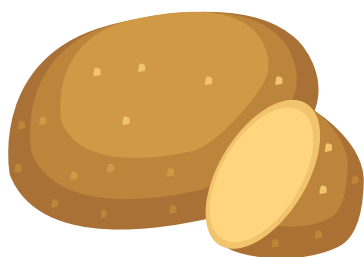
EN CE MOMENT



À 1,50 €/KG



LOCAL!
Produit de
Belgique



À 0,90 €/KG



À 0,90 €/KG

LESSIVE EN POUDRE - WALLOWASH

7,05 € LE KILO - 50 LAVAGES - 0,14€/DOSE

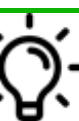
LOCAL!
Produit de
Belgique



ORIGINE : BEAURAING, BELGIQUE



Une lessive 100% naturelle et 100% belge ! A base de savon de Marseille, d'huiles essentielles biologiques, de carbonate de sodium (anti-calcaire) et d'un agent détachant à l'oxygène actif permettant une efficacité optimale dès 30° ! 2 kilos de lessive permettent 100 lavages !



LE SAVIEZ-VOUS ? LEUR LESSIVE EST LA MEILLEURE DU MARCHÉ !

WalloWash c'est : des composés d'origine végétale et minérale ; des produits très efficaces et biodégradables ; jusqu'à 100x moins de conservateurs ; une initiative 100% belge. Mais WalloWash c'est aussi la lessive en poudre la plus efficace du marché ! Elle a été testée à l'aveugle dans l'émission "On n'est pas des pigeons" face à des lessives Dash ou Ariel. A dose égale, c'est WalloWash qui gagne ! Et à prix bien moins cher.



PRODUCTEUR: WALLOWASH

La société WalloWash est née en 2015 de la rencontre de deux de ses fondateurs impliqués dans l'écologie, Axelle DIERSTEIN , ingénieure Eaux et Forêts et Fabrice WILLEMS, ingénieur en électronique. Forts de leurs convictions écologiques et de leurs compétences dans leurs domaines respectifs, ils débentent l'aventure WalloWash en élaborant un process de fabrication de lessive en poudre 100% biodégradable qui rencontre rapidement un grand succès.

En utilisant des composés d'origine végétale et minérale, nous nous assurons de la biodégradabilité maximale de nos produits afin de ne rien rejeter de nocif dans nos cours d'eau et nos océans, vous garantissant des produits sans dérivés du pétrole, sans allergènes, sans perturbateurs endocriniens et sans composés cancérogènes pour que votre linge et votre maison soient propres et sains sans nuire ni à votre santé, ni à notre environnement, ni à votre portefeuille !

BICARBONATE DE SOUDE- POUR TOUT FAIRE SOI-MÊME

2,55 € LE KILO



LOCAL!
Produit de
Belgique



ORIGINE : BEAURAING, BELGIQUE



PRODUCTEUR: WALLOWASH

LE BICARBONATE DE SOUDE NETTOIE ET DÉSODORISE

VINAIGRE MÉNAGER - 8% - POUR TOUT FAIRE SOI-MÊME

0,95 € LE LITRE



ORIGINE : BEAURAING, BELGIQUE



PRODUCTEUR : WALLOWASH



LOCAL!
Produit de
Belgique

LE VINAIGRE BLANC ASSAINISSANT, DÉSINFECTANT ET DÉTARTRANT.

SAVON NOIR LIQUIDE - POUR TOUT FAIRE SOI-MÊME

3,10 € LE LITRE



ORIGINE : FRANCE



PRODUCTEUR: L'ARTISAN SAVONNIER



LE SAVON NOIR, QUI
DÉGRAISSE ET DÉTACHE

Le Savon Noir est un nettoyant et dégraissant d'origine naturelle à l'efficacité reconnue. Multi-usages, ce produit d'entretien fait briller tous les sols et surfaces de la maison en laissant un agréable parfum de lavandin.



POURQUOI ET COMMENT FABRIQUER SES PROPRES PRODUITS MÉNAGERS ?

D'après une étude, les personnes régulièrement exposées aux produits ménagers classiques (chimiques et nocifs) verraient leur fonction pulmonaire décliner autant qu'une personne ayant fumé un paquet de cigarettes par jour pendant 20 ans ! Une bonne partie de la pollution de nos eaux est, elle aussi, liée à ces produits industriels.

Pour continuer à nettoyer en préservant votre santé et celle de planète, il s'agit de privilégier les produits naturels ; ou de les fabriquer soi-même, pour un prix imbattable !

Pour ce faire, un trio super efficace doit figurer dans vos placards :

Le vinaigre blanc, qui est assainissant, désinfectant et détartrant ;

Le bicarbonate de soude, qui nettoie et désodorise ;

Et le savon noir, qui dégraisse et détache

Des huiles essentielles peuvent être de très bonnes alliées également dans cette démarche ; dites nous si vous voulez en voir dans votre catalogue VRAC Bruxelles un jour... ;-)

NETTOYER LES SOLS...



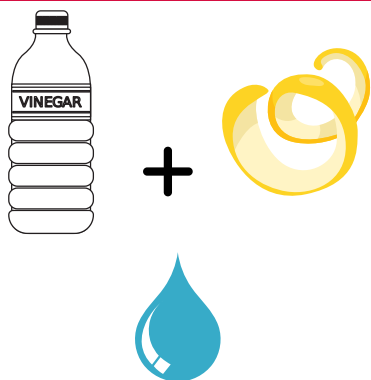
Pour le sol, rien de plus simple que le savon noir. A mélanger avec de l'eau chaude, à raison d'une dose de savon pour 5 litres d'eau. Il est possible d'y ajouter quelques gouttes d'huile essentielle.

LES TOILETTES...



Pas besoin de javel, il suffit de saupoudrer dans un premier temps un peu de bicarbonate de soude dans les WC, et ajouter ensuite du vinaigre blanc (au pulvérisateur idéalement). Au contact du bicarbonate, le vinaigre va mousser. Frotter ensuite avec la brosse à WC.

LA CUISINE ET LA SALLE DE BAINS...



Pour nettoyer une multitude de surfaces, notamment dans la salle de bains ou la cuisine : carrelage, céramique, marbre ou PVC, un **nettoyant multi-usage** peut être fabriqué simplement.

Ingrédients :

- 1 litre d'eau
- ½ litre de vinaigre blanc
- Ecorces de 4 citrons

Verser le vinaigre blanc et l'eau dans un flacon et y ajouter des écorces de citron. Laisser macérer environ une semaine, puis retirer les écorces de citron. Transvaser le liquide dans un pulvérisateur.

ET LES SALETÉS TENACES !



Pour la saleté la plus tenace, on peut également préparer une **crème à récurer** :

Ingrédients :

- 5 cuillères à soupe de bicarbonate de soude
- 1 petite cuillère à soupe de savon noir liquide
- Eau

Verser l'eau (froide) petit à petit aux autres ingrédients jusqu'à l'obtention d'une pâte. Récurer puis rincer.

LIQUIDE VAISSELLE CONCENTRÉ

1,85 € LE LITRE



ORIGINE : FRANCE



PRODUCTEUR: L'ARTISAN SAVONNIER



Ce Liquide Vaisselle est destiné au lavage à la main de la vaisselle. Sa formule concentrée permet le bon nettoyage et dégraissage de toute la vaisselle, plats, casseroles, etc... Enrichi en calendula, il convient à une utilisation quotidienne et respecte les mains.

Il est composé à 99 % d'ingrédients d'origine naturelle et 10 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.

Fabrication française Usine HQE (Haute Qualité Environnementale)

Conforme au contrôle Ecocert Base lavante sur base végétale Depuis 1975 certifié Bio et durable.

Il est formulé sur base végétale, contient des tensio-actif d'origine végétale et 100% des ingrédients sont d'origine naturelle. Son action désinfectante est apportée par des ingrédients naturels, sans ammonium quaternaire

NETTOYANT MULTI-USAGES

2,55 € LE LITRE



ORIGINE : FRANCE



PRODUCTEUR: L'ARTISAN SAVONNIER



Nettoyant Multi-Usage certifié BIO, pour les nettoyages difficiles des surfaces, des sols, sanitaires et autre surface. Facile d'utilisation grâce à son format liquide, il permet de nettoyer et dégraisser toutes les surfaces en laissant un parfum frais.

Il est composé à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle et 10 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.*

Fabrication française Usine HQE (Haute Qualité Environnementale)

Conforme au contrôle Ecocert Base lavante sur base végétale Depuis 1975 certifié Bio et durable.

Il est formulé sur base végétale, contient des tensio-actif d'origine végétale et 100% des ingrédients sont d'origine naturelle. Son action désinfectante est apportée par des ingrédients naturels, sans ammonium quaternaire

Il est sans colorant de synthèse, enzyme, phosphate, EDTA, TAED. Il ne contient pas de pétrochimie, et est sans parfum de synthèse. Son parfum est conçu avec 100% d'huile essentielle.

SHAMPOING USAGE FRÉQUENT – MIEL CALENDULA

7 € LE LITRE



ORIGINE : FRANCE



PRODUCTEUR: CE'BIO



100%
D'ORIGINE NATURELLE



Ce Shampooing certifié BIO associe l'extrême douceur du miel, de l'avoine et du calendula, pour vous permettre de vous laver les cheveux fréquemment, tout en respectant l'équilibre de votre cuir chevelu.

Ce Shampooing contient des huiles essentielles. Il est sans paraben, sans PEG et sans colorant.

Il est composé à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle et 14 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique. Les produits naturellement doux et efficaces conviennent à une utilisation familiale quotidienne.

BAIN & DOUCHE - ORANGES ET MANDARINES

7 € LE LITRE



ORIGINE : FRANCE



PRODUCTEUR: CE'BIO



100%
D'ORIGINE NATURELLE



Ce Gel Douche certifié BIO à la mandarine & à l'orange est un soin quotidien pour le bain et la douche, spécialement élaboré pour nettoyer la peau en douceur grâce à sa mousse délicate.

Ce gel douche contient des huiles essentielles. Il est sans parabens, sans PEG et sans colorant.

Il est composé à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle et 13 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique. Les produits naturellement doux et efficaces conviennent à une utilisation familiale quotidienne.

SHAMPOING-DOUCHE 2 EN 1 – FRUITS D'ÉTÉ

7 € LE LITRE

Ce Shampooing Douche certifié BIO à base de pêche blanche offre une mousse délicate et à l'exquise senteur de pêche. Un soin quotidien, spécialement élaboré pour nettoyer en douceur le corps et les cheveux.

Ce Shampooing Douche est sans paraben, sans PEG et sans colorant.

Il est composé à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle et 12 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.*

Les produits naturellement doux et efficaces conviennent à une utilisation familiale quotidienne.



100%
D'ORIGINE NATURELLE





Des produits de qualité à
moindre coût !

LA CHARTRE

VRAC est une association qui vise à lutter contre les inégalités en matière de consommation en rendant accessibles des produits de qualité au plus grand nombre.

VRAC accompagne les habitant-e-s des quartiers prioritaires à organiser des groupements d'achat bénévoles. En ne faisant pas de marge sur les produits, en les achetant en grandes quantités directement aux producteurs, en limitant les emballages superflus, et grâce à l'implication de toutes et tous, les groupements d'achat permettent de proposer de bons produits à des prix accessibles. L'association est un accompagnateur, ce sont les adhérents qui assurent le déroulement des distributions. Si les habitants ne donnent pas un peu de leur temps au groupement d'achat, VRAC ne peut garantir sa pérennité.

Afin d'assurer le bon fonctionnement du groupement d'achat, il est nécessaire de définir des règles communes, que chaque adhérent, par sa signature, s'engage à respecter. VRAC se réserve le droit de refuser la prise de commande d'un adhérent ne respectant une des **règles citées ci-dessous**

JE M'ENGAGE À:



- CONNAÎTRE LE PROJET VRAC ET SES VALEURS, QUI N'EST PAS UN SUPERMARCHÉ**
- RESPECTER LES HORAIRES DE PRISE DE COMMANDE ET DE DISTRIBUTION**
- VENIR AVEC DES CONTENANTS POUR LA DISTRIBUTION**
- AIDER L'ADHÉRENT QUI RENCONTRE DES DIFFICULTÉS LORS DE LA DISTRIBUTION**
- RESPECTER LES RÈGLES D'HYGIÈNE LORS DE LA DISTRIBUTION ET DES ATELIERS**
- PARTICIPER AU FONCTIONNEMENT DES DISTRIBUTIONS (PRÉPARER ET RANGER LA SALLE, RECONDITIONNER LES PRODUITS EN VRAC VERS LES QUANTITÉS EFFECTIVEMENT COMMANDÉES PAR LES ADHÉRENTS)**
- AIDER À L'ENREGISTREMENT DES COMMANDES ET AU PAIEMENT**
- PRENDRE EN COMPTE LES RUPTURES DE STOCKS ET ACCEPTER DE PARTAGER ÉQUITABLEMENT LE CAS ÉCHÉANT**
- PAYER LE MONTANT DÛ À LA COMMANDE (ESPÈCE OU CB)**
- PARTICIPER À LA VIE DE L'ASSOCIATION (ÉVOLUTION DU CATALOGUE, ANIMATIONS, AG...)**

BULLETIN D'ADHESION VRAC BRUXELLES

A retourner à vrac-bruxelles@vrac-asso.org

Prénom et Nom :
Adresse mail et/ou téléphone (obligatoire) :
Date de naissance :
Adresse postale (obligatoire).....
Quel est votre genre ?.....

Quel groupement d'achat dans quel quartier souhaitez-vous rejoindre (entourez votre choix)?

Square Albert - Les Marolles - Ixelles

COTISATION : Libre à vous de décider dans quelle situation vous vous reconnaissez (entourez votre choix) !

1. Adhésion classique à partir de 1€ si je suis habitant(e) d'un quartier "prioritaire" et/ou que je me reconnais dans une des situations suivantes : j'habite dans un logement social - je bénéficie du Revenu d'Intégration Sociale (RIS) - j'ai de petits revenus : famille monoparentale - je suis retraité - je suis étudiant -
2. Adhésion solidaire à partir de 20€ si je suis dans une autre situation.

N'hésitez pas à nous faire part d'une situation particulière :

.....

Quel montant de cotisation avez-vous choisi ? € (le règlement de la cotisation vous sera demandé lorsque vous viendrez chercher votre première commande)

Nous vous demanderons de régler votre cotisation lors de la récupération de votre première commande.

Parce que nous respectons votre vie privée, parce que le meilleur prix est le vôtre, aucune de demande de justificatif ne sera demandée. Votre adhésion doit se faire comme vous le pouvez et comme vous le voulez !

Quelles sont les missions de bénévolat qui vous intéresseraient (entourez votre choix) ?

1. organisation et accueil lors des épiceries
2. rangement des épiceries
3. participation au choix des produits
4. Distribution des commandes lors des épiceries
5. autres: précisez :

Droit à l'image : J'autorise VRAC Bruxelles, conformément aux dispositions relatives au droit à l'image, à prendre des photos de moi lors d'évènements organisés par l'association (épiceries, animations, etc.), et à reproduire et communiquer ces photos ou vidéos au public, sur les différents supports de communication de l'association (site internet, facebook, linkedin, newsletter, etc.)

oui - non

J'adhère à VRAC Bruxelles et je m'engage à signer sa charte d'adhésion lors de ma première distribution (consultable sur le site internet de l'association VRAC Bruxelles)

Date et signature :

