

bio-bulle

la vie est bio

VIVE L'HIVER!



larry hodgson réfléchit

LES DÉFIS DU BIO | LA CONCLUSION

YANN PERREAU | ARTISTE ÉCOLO

ALIMENTS CHAUDS POUR TEMPS FROID

FRUITIERS | TAILLER BIEN, TAILLER À TEMPS

nouveau look

bio-bulle change de peau...
mais pas
de cœur!





Abonnez-vous ou renouvelez votre abonnement en remplissant le coupon ci-contre ou au www.lavisbio.org.

Nous vous transmettrons une marche à suivre qui vous permettra de profiter d'une prime de 25\$ sur tout achat en ligne des produits Druide, dont la renommée n'est plus à faire.



Avec Druide et Bio-bulle, dorlotez-vous le corps et l'esprit!

S.V.P. COCHER L'OPTION DE VOTRE CHOIX	TOTAL
ABONNEMENT 1 AN / 4 NUMÉROS	
<input type="radio"/> Version papier : 21,74\$ + 3,26\$ (TPS & TVQ) :	25,00\$
<input type="radio"/> Version PDF : 17,39\$ + 2,60\$ (TPS & TVQ) :	19,99\$
ABONNEMENT 2 ANS / 8 NUMÉROS	
<input type="radio"/> Version papier : 39,14\$ + 5,86\$ (TPS & TVQ) :	45,00\$
<input type="radio"/> Version PDF : 30,44\$ + 4,56\$ (TPS & TVQ) :	35,00\$
NOM _____	
NOM DE L'ORGANISME (si applicable) _____	
JE RENOUVELLE MON ABONNEMENT – MON NUMÉRO D'ABONNÉ EST _____	
ADRESSE _____	
VILLE _____ PROVINCE _____ CODE POSTAL _____	
TÉLÉPHONE _____ COURRIEL _____	
J'OFFRE BIO-BULLE EN CADEAU – MERCI D'ENVOYER LA FACTURE À	
NOM _____ N° D'ABONNÉ _____	
ADRESSE _____	
VILLE _____ PROVINCE _____ CODE POSTAL _____	
TÉLÉPHONE _____ COURRIEL _____	

Merci de retourner le formulaire accompagné de votre chèque à :
L'avis bio | 495, route 132, La Pocatière (Québec) G0R 1Z0
Téléphone 418.856.5872 | Télécopieur 418.856.2636 | Courriel abonnement@lavisbio.org



**RESPECT DE L'ÉCOLOGIE,
LA SANTÉ DE VOTRE CORPS
ET CELLE DE LA TERRE-MÈRE**



DRUIDE®

PROFITEZ DE CETTE OFFRE POUR DONNER À VOTRE CORPS DES SOINS D'UNE QUALITÉ EXCEPTIONNELLE.

DE CONCERT AVEC LA REVUE BIO-BULLE, DRUIDE OFFRE AUX ABONNÉS UNE CARTE CADEAU D'UNE VALEUR DE 25\$ SUR TOUT ACHAT SUR SON SITE INTERNET :

www.druide.ca

LES PRODUITS DE SOINS CORPORELS DRUIDE PORTENT LA RIGOUREUSE CERTIFICATION



www.druide.ca | info@druide.ca | 1.800.663.9693 poste 200

Cosmétique écologique et biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>

Fait frette au pays du bio... mais on a de la chaleur humaine en masse!



Caroline Bolieu | carobolieu@gmail.com

bio bulle

la vie est bio

CHRONIQUES

actualités

- 9** UN TEST POUR L'AGROENVIRONNEMENT
roméo bouchard
- 11** LES DÉFIS DU BIO AU QUÉBEC | LA CONCLUSION
roméo bouchard
- 13** PROLÉTARIANISATION DES AGRICULTEURS
ET SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE
roméo bouchard
- 14** UN ARTISTE ÉCOLO
entrevue avec yann perreau



alimentation

- 23** ALIMENTS CHAUDS POUR TEMPS FROID
jonathan léger raymond
- 24** LE COIN DU CHEF | RECETTES CHAUDES CHAUDES CHAUDES
jonathan léger raymond

jardinage

- 25** LE JARDINIER
UN DES GARDIENS DE NOTRE PATRIMOINE
christiane émond
- 26** LES PLANTES FEUILLES
jean-jacques marcil

production

- 30** LA TAILLE DE FORMATION DES ARBRES FRUITIERS
véronique alexandre



RUBRIQUES

- 4** LE MOT DU RÉDAC'CHEF
- 5** BIO INFO
- 8** BIO CAPSULES
- 32** NOUVELLES DES ORGANISATIONS
- 33** LIVRESQUES RÉCOLTES
librairie biosfaire

RÉFLEXION DE PRINTEMPS

- 34** LA VIE SOUS L'HIVER
larry hodgson

DOSSIER VIVE L'HIVER!

- 16** LA FERME TOURMALINE DE VICTORIAVILLE
DU BIO, NATURELLEMENT!
mario bard
- 18** POURQUOI FABRIQUER LES COSMÉTIQUES CHEZ SOI?
sylvie fortin
- 20** ÉRABLIÈRE DU TOULIDOU
LE RYTHME DES ÉRABLES
mario bard
- 22** QUIZ D'HIVER
gaïapresse



Caroline Bolieu | carobolieu@gmail.com

40 ans d'histoire et l'avenir à bâtir

Les défis du bio au Québec

LA CONCLUSION

L'enquête sur le bio au Québec se conclut ce mois-ci. Au terme de ce survol, l'équipe de *Bio-bulle* souhaite que le regard de Roméo ait enrichi votre perception de ce monde complexe, toujours à la recherche d'un mode de vie sain et équitable, tant pour l'agriculteur que pour le consommateur.

Merci encore à Denis LaFrance, Christian Côté, Catherine Valton, Yves Gagnon, Richard Favreau, Charles A. Marois et plusieurs autres qui ont accepté de partager leur point de vue avec Roméo, l'initiateur de ce grand chantier.

Le bio : l'agriculture de l'avenir?

À voir la difficulté qu'éprouve la petite agriculture bio à se positionner comme alternative à l'agriculture industrielle, on pourrait croire que le combat est perdu d'avance et que l'avenir, qu'on le veuille ou non, est à l'agriculture intensive et commerciale, seule capable de répondre aux défis alimentaires du monde en croissance.

Une observation plus attentive conduit toutefois à une conclusion diamétralement opposée. C'est l'agriculture industrielle qui est sans issue, tandis que la petite agriculture bio est bel et bien l'agriculture de l'avenir.

L'AGRICULTURE INDUSTRIELLE N'A PAS D'AVENIR

L'agriculture industrielle n'est pas viable à moyen ni à long terme.

On connaissait depuis longtemps déjà ses effets cumulatifs inquiétants. Sur l'environnement d'abord : surexploitation et détérioration des sols, perte de biodiversité, consommation et contamination de l'eau, disparition des boisés et des zones humides, émissions de gaz à effets de serre, déséquilibre des

écosystèmes. Sur la santé ensuite : alimentation carencée, impacts des résidus des pesticides, des produits pharmaceutiques et des mutations génétiques sur le système reproducteur, respiratoire, cérébral, moteur et sur le développement des cancers. Sur les communautés et l'occupation du territoire enfin : concentration et spécialisation des productions, disparition de l'agriculture de proximité et de suffisance, déclin de l'agriculture dans les régions périphériques, perte de souveraineté alimentaire.

On prétendait néanmoins que l'intensification et l'intégration étaient nécessaires pour assurer la sécurité alimentaire et qu'on pouvait en conjurer les inconvénients par un ensemble de normes environnementales, de pratiques agroenvironnementales, de systèmes d'homologation des produits, de dosages contrôlés, de régimes d'assurances agricoles, de programmes d'occupation du territoire, de soutien à la ruralité et de développement régional, de campagnes de promotion des aliments locaux. Dans les faits, ces mesures ne sont jamais devenues autre chose que des mesures de mitigation des impacts des pratiques industrielles et commerciales.

On se rend compte aujourd'hui que le problème est beaucoup plus profond. Plusieurs facteurs mettent carrément en cause la survie même de ce modèle d'agriculture basé sur les monocultures, les élevages intensifs et l'intégration. En voici quelques-uns, qu'on pourrait appeler, en référence aux sept plaies d'Égypte dans la Bible, « les sept plaies de l'agriculture Monsanto ».

LES SEPT PLAIES DE L'AGRICULTURE MONSANTO

Le premier de ces facteurs mortels est la **destruction de la base même de l'agriculture : les sols, l'humus**. La surexploitation, l'absence de rotation des cultures, la disparition des engrais naturels et l'exposition des sols nus sont responsables de l'érosion et de la mort progressive des sols qui sont réduits à un rôle de support pour des plantes artificiellement nourries et de plus en plus vulnérables.

Le deuxième, qui découle du premier, est le **recours obligé à des intrants chimiques et génétiques** plus nombreux et plus forts, dont les résidus toxiques dans l'environnement et l'alimentation provoquent un dérèglement de plus en plus avéré des écosystèmes, des mécanismes de la vie et de l'activité cérébrale.



ROMÉO BOUCHARD | EX-PRÉSIDENT FONDATEUR DE L'UNION PAYSANNE ET AGRICULTEUR BIOLOGIQUE À LA RETRAITE

Le troisième est la **quantité sans cesse croissante d'eau** qu'exigent les déserts verts et les élevages concentrationnaires (plus de 50% de l'eau potable disponible), alors que l'eau propre se fait de plus en plus rare.

Le quatrième est l'**épuiement des réserves de pétrole** qui est le carburant indispensable à cette agriculture hautement mécanisée et une composante essentielle des engrais et des équipements utilisés. Entre-temps, l'effet de serre et les changements climatiques engendrés auront profondément affecté l'agenda de la production agroalimentaire.

Le cinquième est la **multiplication des épidémies** en raison de la disparition de la diversité des espèces végétales et des races animales au profit de monocultures.

Le sixième est la **résistance** que développent de plus en plus de plantes, d'animaux et de bactéries aux pesticides et aux antibiotiques utilisés.

Le septième est le **libre-échange** qui détruit les agricultures territoriales au profit de la production d'aliments industriels hors-sol.

AUTODESTRUCTION PROGRAMMÉE

L'agriculture industrielle biochimique intégrée porte en elle-même les germes de sa propre disparition. Son bilan est d'ores et déjà catastrophique. Dans tous les pays développés, l'agriculture est en crise, malgré ses prouesses technologiques, et les agriculteurs sont de moins en moins nombreux et de plus en plus dépendants des gouvernements et des intégrateurs. La faim ne cesse de progresser dans le monde. Partout, les grands syndicats agricoles sont incapables de résister au démembrement croissant des entreprises agricoles et de l'activité agricole elle-même au profit d'un marché alimentaire intégré, contrôlé par des multinationales et complètement coupé de ses bases naturelles, paysannes et territoriales.



Il faut repenser l'agriculture sur une base plus humaine, plus locale et plus équitable pour que ses bienfaits profitent à tous, pas seulement à l'industrie.

De plus, le modèle industriel actuel et ses institutions ont fait la preuve qu'ils sont incapables de se remettre en question ni de se renouveler. La « grande agriculture » ne se transformera pas : aveuglée par sa logique commerciale, elle va continuer à fuir en avant et à se détruire elle-même, et ses tenants vont se noyer avec elle. Elle est condamnée à disparaître. Ce n'est qu'une question de temps et de conjoncture planétaire.

L'AVENIR EST AU PETIT BIO

L'avenir de l'agriculture est dans la petite agriculture biologique. C'est elle qui est appelée à remplacer la « grande agriculture » et à nourrir le monde.

Les milliers de petits agriculteurs qui réinventent une agriculture de proximité, basée sur une connaissance et un respect sans précédent de la nature des plantes, des animaux, des écosystèmes naturels et des besoins des communautés auxquelles ils appartiennent, sont en train de faire la preuve qu'on peut nourrir la planète autrement. Ils sont les porteurs de l'alternative face au désastre engendré par la « grande agriculture ». Ils doivent en être conscients. L'enjeu est capital pour l'avenir de la vie humaine et de la vie tout court sur notre planète : c'est un défi sans précédent pour les jeunes.

Il est urgent que nos dirigeants aussi en soient conscients et assurent à la petite agriculture bio les structures de financement, de mise en marché, d'accès au territoire et de représentation appropriées. L'enjeu n'est pas un de marketing mais de choix politique, individuel et collectif. Nous pouvons nourrir le monde mieux et autrement. Les réformes proposées par le Rapport Pronovost demeurent à date les meilleures propositions à cette fin. Sans ces réformes, il est illusoire de parler de sécurité et de souveraineté alimentaires pour l'avenir. ●

Sarcler sur le rang, c'est possible!

Aussi disponible la bineuse étoile Hatzelbichler

Les doigts en caoutchouc s'insèrent sous la terre sans abimer les cultures et permettent d'arracher les mauvaises herbes là où un sarclleur ordinaire n'y arrivera pas.

ADJM
AGRI-DISTRIBUTION

Sarclleur à doigts KRESS (Finger Weeder)

KRESS & CO
Umweltischeerde Landtechnik

Agri-Distribution JM inc.
23, de la Station, Sainte-Martine (Qc) | 450 427-2999 | www.adjm.ca
Jérôme Poussard | 514 817-9731 | jp@adjm.ca

ADJM inc. est distributeur officiel de KRESS & CO | www.kress-landtechnik.de

Érablière du Toulidou

Le rythme des érables

Appalaches : un mot qui éveille en moi des pans merveilleux de l'imaginaire et de mon enfance. Une chaîne longue de plus de 2000 kilomètres, s'étendant de l'Alabama à Terre-Neuve. À la fois bien connue et toujours mystérieuse, farouchement sauvage mais se laissant tout de même apprivoiser. Si bien que nombre de producteurs de toutes sortes – du charbon au bois, en passant par l'exploitation de ses rochers – ont appris à connaître cette chaîne de montagnes. Aujourd'hui, la section qui m'intéresse est celle appelée monts Notre-Dame, vieille de 440 millions d'années.



plus possible] vers la culture biologique dans les jardins, dans nos cultures », indique-t-il.

Une « suite logique et un créneau qu'on voulait développer avec les nouveaux produits qu'on a mis sur le marché. » Ces produits novateurs sont des gelées d'érable de différentes saveurs. « Ça n'existait pas à l'époque. Ça fait que nous autres on a fait les recettes, on a fait la promotion du produit, puis on l'a fait connaître », indique M. Gendron. « On », c'est Francine Marquis, originaire de Saint-Georges-de-Beauce, qui est partenaire de l'entreprise et qui est présente sur la terre depuis 25 ans. C'est elle qui confectionne les gelées d'érable, délices qui se déclinent en cinq saveurs : d'antan, aux pommes, aux framboises, aux fraises et... au sapin! La dernière composition de gelée intrigue : comment la fait-on? Motus et bouche cousue bien sûr, sinon pour dire qu'on ne peut se servir des équipements qui servent à sa fabrication pour les autres produits. La gomme de sapin, c'est collant!

La certification bio assure également à l'entreprise – qui ne fait que de la transformation – une chance de pénétrer les marchés moins fréquentés par les autres produits de l'érable, la compétition

étant moins grande dans ce secteur que dans le conventionnel.

TOULIDOU : TERROIR ET RESPECT

Le mot Toulidou est plutôt inusité. Il tire son origine du mot Touladi, une espèce de truite grise très présente dans le grand et beau lac du même nom qui se trouve dans la municipalité d'Auclair. C'est aussi le nom du petit lac artificiel qui se trouve à côté de la maison d'André Gendron. Et c'est finalement un lutin, devenu le logo de l'érablière. « Le petit lutin est assis dans le chaudron, en train de boire de l'eau d'érable. Chez Toulidou, on insiste sur le fait que le sirop d'érable, indissociable du terroir québécois, doit être accessible aux Québécois. » Monsieur Gendron est franc : « Qu'il soit vendu au Japon, c'est pas mon problème. » Pour lui, il importe que ce produit soit aisément accessible aux Québécois.

Quand on demande à l'acériculteur quels sont les avantages et les inconvénients du bio, la réponse est simple : « Je ne veux pas d'acide phosphorique ni d'acide sulfurique dans mon érablière. Ça ne m'intéressait pas au point de départ pour ma santé : tu travailles avec les vapeurs de ces cochonneries-là! »

Ces montagnes, André Gendron les connaît bien puisqu'il y est né. Originaire de Magog, il y exploite aujourd'hui la bonne vieille sève d'érable, mais dans une autre section, 500 kilomètres plus loin, à Auclair. Dans cette petite municipalité du Témiscouata, M. Gendron a débuté l'aventure du bio dans son érablière, Toulidou, il y a maintenant 12 ans.

« J'ai acheté la terre à 21 ans, il y a 35 ans » indique M. Gendron. « L'érablière n'était pas le point de départ mais on a toujours exploité une érablière familiale – à la chaudière – avec 700 entailles. » C'est en 1995 que la décision est prise d'élargir la production grâce au système de tubulures. Il commence avec 3500 entailles, pour en arriver aujourd'hui à 8000. Puis, en l'an 2000, il prend le virage vert. « Dans la mentalité de notre petite famille ici, c'était toujours d'aller [le



André et Francine, le producteur et la transformatrice.

Quand un producteur de sirop d'érable veut devenir bio, il doit aussi considérer la grosseur des arbres qui sont entaillés. D'abord, ils le sont uniquement quand ils atteignent 25 pouces (63 cm) de circonférence. De plus, il n'est pas question pour André Gendron de tricher sur une deuxième entaille qui est possible seulement quand l'arbre atteint 50 pouces (126 cm). « J'ai beaucoup d'érables de 47-48 pouces qui n'ont qu'une entaille. Le bio est juste logique : l'arbre n'est pas capable de supporter le stress de deux entailles s'il



n'est pas rendu au bon diamètre. C'est un respect [élémentaire] de la nature », assure monsieur Gendron.

« Quand t'es pas *checké*, tu peux entailler tout ce que tu veux », ironise le producteur, ajoutant que « les trous qui sont faits dans les arbres, y s'en vont pas après! » Il pourrait avoir 12 000 entailles s'il ne respectait pas des règles qui vont de pair avec la croissance de l'arbre. En effet, le bois à l'endroit entaillé meurt et le bois d'érable autour va épaissir de l'extérieur. Cela prendra au moins 25 ans avant d'être capable d'entailler au même endroit. « C'est pour ça qu'il ne faut pas que tu entailles en sans-dessein », s'insurge le producteur.

Cela vaut également la peine d'attendre que l'arbre atteigne une certaine maturité quand on sait qu'un érable à sucre peut vivre 300 ans!

DES RÈGLES STRICTES

En production biologique, le traitement de l'eau d'érable par filtration est permis, mais pas la stérilisation. « Seules les membranes d'osmose inversée ou de nanofiltration sont permises ». Les casseroles de l'évaporateur doivent être en acier inoxydable, avec soudure TIG ou à l'étain-argent. Pour leur part, les barils doivent être en acier inoxydable, en plastique ou en métal recouvert d'un enduit de qualité alimentaire.

Par ailleurs, l'usage de l'injecteur d'air dans les casseroles est interdit et les seuls agents antimousse autorisés sont les bois d'érable de Pennsylvanie et les huiles végétales certifiées biologiques. Enfin, le désentaillage est obligatoire : tous les chalumeaux doivent être retirés des arbres au plus tard 60 jours après la dernière coulée de l'année afin de permettre à l'arbre de se cicatrifier.

ÉPILOGUE SUCRÉ

L'art du bio est un travail exigeant. Mais ses avantages sont indéniables pour André Gendron. Une sève transformée dans les règles de l'art et en respectant le rythme d'une nature sait toujours nous donner le meilleur, surtout quand on la respecte.

J'ai bien hâte de me retrouver, comme le petit lutin Toulidou, le derrière dans un seau de sève d'érable au beau soleil du printemps, dans le milieu d'une forêt d'érables à sucre des Appalaches!

Le magazine québécois des maisons écologiques, depuis 1994



Numéro d'essai gratuit

archives PDF et papier, cours et consultations :

www.maisonsaine.ca

Abonnements :

1 800.217.0591

EXPO manger santé et vivre vert

MONTRÉAL - Palais des congrès
15.16.17 MARS 2013



QUÉBEC - Centre des congrès
23.24 MARS 2013



Julie Perreault

PORTE-PAROLE
Joël Legendre

EXPOSANTS

Venez rencontrer nos CENTAINES D'EXPOSANTS



ALIMENTATION SAINE



ÉCOLOGIE



SANTÉ GLOBALE

DÉGUSTATIONS

Pour GOÛTER, DÉCOUVRIR et faire
des ACHATS DE QUALITÉ !



CONFÉRENCES et DÉMOS CULINAIRES

Des CONFÉRENCIERS ET CONFÉRENCIÈRES
RECONNU-ES ainsi que des DOSSIERS TENDANCES.

TARIFS : ENTRÉE : 12 \$ - Aînés et étudiants: 10 \$
Gratuit pour les 16 ans et moins

HORAIRE : Vendredi (Montréal seulement) 11 h à 20 h
Samedi 10 h à 18 h • Dimanche 10 h à 17 h

expomangersante.com

