



Après les fêtes, quelques réflexes simples pour bien commencer l'année :

1. Adopter le **réflexe vrac**
2. Manger des **fruits et légumes de saison**
3. Passer aux **fourneaux**
4. Acheter des produits à **marque Biocoop**
5. Faire soi-même ses **cosmétiques et produits ménagers**

Des astuces à découvrir sur notre [SITE](#) !

## LES ACTUS DE JANVIER



**Fruits & légumes : le calendrier de saisonnalité, selon Biocoop.** On nous dit que les consommateurs veulent manger de tout, toute l'année. Chez Biocoop, on préfère vous proposer des fruits et légumes bio seulement quand c'est la saison. Pour vous aider à consommer (plus) responsable, Biocoop vous invite à découvrir chaque mois, une nouvelle page de son calendrier de saisonnalité de fruits et légumes. Le calendrier est à découvrir [ICI](#)

Le **compte fidélité** est valable dans vos 3 magasins (Biocoop Du Gros Caillou, Biocoop Des Monts d'Or et Biocoop Du Val d'Azergues). Pour en bénéficier, rien de plus simple : il fonctionne grâce aux quelques coordonnées que vous nous communiquez lors de votre inscription.



Ce compte vous permet de **cumuler des euros** grâce à vos courses à hauteur de 1.5% du montant de vos achats (hors "Bio Je Peux" et produits en promotion). Cette "cagnotte" vient ensuite en remise sur les nombreux produits locaux présents en magasin (entre 500 et 700 produits). **C'est gratuit, il n'y a pas de carte, les euros cumulés ne se périment pas.** Vous bénéficiez d'un avantage financier et vous soutenez l'économie locale et + de 50 producteurs présents à moins de 150 kms autour de chacun de vos 3 magasins Biocoop ! **Bref, avec le compte fidélité, vous faites un acte citoyen !**

## LE TUTO DU MOIS

Jane revient avec de nouvelles astuces et recettes pour égayer votre quotidien bio. Ce mois-ci : le **potimarron rôti** ! La vidéo est à consulter en ligne [ici](#).



## Les Animations en magasins



**du Gros Caillou**

1 rue Aimé Boussange  
69004 Lyon

**Horaires**  
Du lundi au samedi  
De 9h00 à 19h30

### NOS ANIMATIONS

**18.01** : Présentation des activités de [Greenpeace](#)



Jusqu'au **22.01** : [Veggie Bowl](#) - 15% sur les produits en magasin pour confectionner la recette !



**22 & 23.01** : [L'Omnicuseur](#) pour des cuissons "healthy" en basse température

L'OMNICUSEUR  
**Vitalité**

[Nous Contacter](#)



**des Monts d'Or**

16 avenue du Général de Gaulle  
69410 Champagne-au-Mont-d'Or

**Horaires**  
Du lundi au samedi  
De 9h30 à 19h30

### NOS ANIMATIONS

**25.01** Animation cosmétique, shampoing [Phytema](#) (matin)



**31.01** : Présentation des activités de [Greenpeace](#)



[Nous Contacter](#)



**du Val d'Azergues**

Centre ccial. les Arcades  
RD 485  
69380 Cuvieux-D'Azergues

**Horaires**  
Du lundi au jeudi  
9h00 - 13h00 // 14h30 - 19h30  
Vendredi-samedi  
De 9h00 à 19h30

### NOS ANIMATIONS

Depuis le printemps dernier, une naturopathe est présente au magasin. Venez la rencontrer et n'hésitez pas à lui demander conseil ! Voici son planning sur les trois mois à venir



**25.01** (14h30 à 19h) - **04.02** (9h à 12h30) - **23.02** (9h à 12h30) - **06.03** (9h à 12h30) - **22.03** (14h30 à 19h)

[Nous Contacter](#)