



DES PRODUITS DE **QUALITÉ** A UN PRIX **MODÉRÉ!**

# CATALOGUE DES PRODUITS

## VRAC HAUTS -DE-FRANCE



**AVRIL 2022**



# BIENVENUE CHEZ VRAC HAUTS-DE-FRANCE!

## Chers adhérent(e)s,

Depuis la parution de la première version du catalogue en février 2022, **deux premiers groupements d'achat ont vu le jour sur Villeneuve d'Ascq-Pont de Bois et Lille Fives!** Ces premières épiceries éphémères nous ont permis de vous interroger sur vos envies pour élargir le catalogue: voilà qui est chose faite!

Aux 27 références initiales, nous avons ajouté plusieurs produits locaux : jus de pommes bio, pommes, pain bio, carottes et pommes de terres bio. Ainsi que du thé !

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

## VRAC?

VRAC Hauts-de-France 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 HDF, en ligne ou par bulletin papier à envoyer à vrac-hdf@vrac-asso.org (voir page 24)
- 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  ET LINKEDIN 

## 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; 20 euros pour les autres
- **VRAC N'EST PAS UN SUPERMARCHÉ : LA PARTICIPATION DES ADHERENTS EST INDISPENSABLE** pour permettre au groupement d'achat de fonctionner: aide pendant les distributions, prise de commandes, etc.
- Vous commandez la **QUANTITÉ QUE VOUS SOUHAITEZ**
- Vous **PAYEZ** votre commande quand vous venez la chercher (carte bleue, chèque 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 emballages
- **UN GROUPEMENT D'ACHAT APPARTIENT A SES MEMBRES** : toutes vos idées sont bienvenues pour étoffer le catalogue

Des produits de  
qualité à prix  
modérés!

# CALENDRIER AVRIL-JUILLET 2022



## Pont-de-bois

Villeneuve d'Ascq

MDQ Jacques BREL

### AVRIL

#### COMMANDE

En ligne du **11 au 17/04**

Permanence le mardi **12/04** de **16h à 18h**



#### DISTRIBUTION

mardi **26 avril**

15h à 18h

### MAI

#### COMMANDE

En ligne du **16 au 22/05**

Permanence le mardi **17/05** de **16h à 18h**



#### DISTRIBUTION

mardi **31 mai**

15h à 18h

### JUIN-JUILLET

#### COMMANDE

En ligne du **20 au 26/06**

Permanence le mardi **21/06** de **16h à 18h**



#### DISTRIBUTION

mardi **05 juillet**

15h à 18h

## Fives

Lille

Centre social Mosaïque

### AVRIL

#### COMMANDE

En ligne du **11 au 17/04**

Permanence le lundi **11/04** de **16h à 18h**



#### DISTRIBUTION

lundi **25 avril**

15h à 18h

### MAI

#### COMMANDE

En ligne du **16 au 22/05**

Permanence le lundi **16/05** de **16h à 18h**



#### DISTRIBUTION

lundi **30 mai**

15h à 18h

### JUIN-JUILLET

#### COMMANDE

En ligne du **20 au 26/06**

Permanence le lundi **20/06** de **16h à 18h**



#### DISTRIBUTION

lundi **04 juillet**

15h à 18h

# EN SAVOIR PLUS 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 métropole lilloise;
- propose des actions de sensibilisation à l'alimentation durable : dégustations, visites de fermes, 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-hdf@vrac-asso.org](mailto:vrac-hdf@vrac-asso.org)**  
**Appelez-nous: 06 75 31 94 72**

# LES PRODUITS DU CATALOGUE VRAC HAUTS-DE-FRANCE

AVRIL 2022



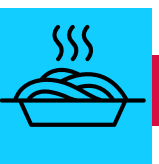
## BOISSONS

- Café moulu .....7
- Thés.....8
- Jus de pomme.....9



## HUILE, SUCRE, SAUCE

- Huile d'olive.....13
- Purée de tomates.....13
- Sucre de betterave .....14
- Sucre de canne blond .....14



## PÂTES, RIZ, COUSCOUS

- Pâtes blanches et complètes.....17
- Couscous blanc.....17
- Riz long blanc.....18



## FRUITS ET LEGUMES

- Carottes.....21
- Pommes de terre.....21
- Pommes.....22



## PAINS, MIEL, CHOCOLAT

- Pains.....10
- Palets chocolat noir .....11
- Palets chocolat lait.....11
- Miels artisanaux.....12



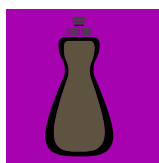
## LEGUMINEUSES ET QUINOA

- Lentilles vertes.....15
- Lentille corail.....15
- Pois chiches.....16
- Quinoa .....16



## FRUITS SECS

- Noisettes.....19
- Abricots secs.....19
- Amandes décortiquées.....19
- Dattes .....20
- Figs séchées.....20
- Raisins secs.....20



## ENTRETIEN

- Lessive liquide.....23
- Liquide vaisselle.....23

# CAFE MOULU PUR ARABICA

**2,45 € LE PAQUET DE 250G**

**9,05 € 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**



**FOURNISSEUR: DESTINATION (BORDEAUX, GIRONDE)**

Destination a été créée en 1999 à Bordeaux. Ses produits sont issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique et l'entreprise 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.

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.

L'entreprise s'engage également 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>**

# THÉ NOIR EARL GREY AU SOLEIL SOL À SOL

**3,20€ / LES 100G**

Subtil mélange de thés noirs d'Asie, parfumés à la bergamote et à l'orange pour les amateurs. Les pétales de soucis apportent une touche de soleil de Provence.



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : INDE - CHINE**



**FOURNISSEUR: AZADE, HAUTS-DE-FRANCE**

AZADE a été créé il y a près de 10 ans par François VERJUS, dans l'optique de proposer des produits de qualité, issus de l'agriculture biologique et réalisés dans le respect des personnes qui y contribuent. Installés à Nieppe, ils sont spécialisés en boissons et épicerie sèche, et travaillent à rapprocher les origines des produits chaque fois qu'ils le peuvent. Lorsque les matières premières viennent de loin (cafés, thés...), les producteurs s'inscrivent dans une démarche équitable auprès de coopératives avec lesquelles ils s'engagent sur le long terme.

Site internet : <https://www.azade.fr/>

# THÉ VERT SENCHA SOL À SOL

**3,20€ / LES 100G**

Ce thé donne une infusion jaune d'or au goût agréablement doux, rafraîchissant et léger. Un assemblage sélectif de feuilles savamment travaillées pour une tasse parfumée.



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : CHINE**



**FOURNISSEUR: AZADE, HAUTS-DE-FRANCE**

AZADE a été créé il y a près de 10 ans par François VERJUS, dans l'optique de proposer des produits de qualité, issus de l'agriculture biologique et réalisés dans le respect des personnes qui y contribuent. Installés à Nieppe, ils sont spécialisés en boissons et épicerie sèche, et travaillent à rapprocher les origines des produits chaque fois qu'ils le peuvent. Lorsque les matières premières viennent de loin (cafés, thés...), les producteurs s'inscrivent dans une démarche équitable auprès de coopératives avec lesquelles ils s'engagent sur le long terme.

Site internet : <https://www.azade.fr/>

# JUS DE POMME BIO DES HAUTS-DE-FRANCE (AVESNOIS)

**2,55€ LE LITRE**

**7,30€ LES 3 LITRES\***

\*Format "push-up" avec robinet de service -  
conservation 6 semaines au frais après  
ouverture

Jus de pommes pressé, filtré et  
embouteillé immédiatement après  
décantation ce qui lui donne cette couleur  
dorée et ce goût délicatement sucré.  
100% pur jus de pommes, sans additif,  
sans colorant ni conservateur.



**BEAUDIGNIES, AVESNOIS, HAUT-DE-FRANCE**



**LES VERGERS DE BEAUDIGNIES**

Les vergers de Beaudignies sont une exploitation familiale de l'Avesnois établie depuis 4 générations! Les premiers vergers ont été plantés en 1910. 100 ans plus tard, ce sont Amande et Pierre qui ont repris l'exploitation en même, en décidant de le passer en agriculture biologique.

Site internet: <http://lesvergersdebeaudignies.com/>

# JUS DE POMME A L'ANCIENNE BIO DES HAUTS-DE-FRANCE (AVESNOIS)

**2,55€ LE LITRE**

Jus de pommes à l'ancienne non filtré  
après pressage ce qui lui donne cette  
saveur légèrement acidulée. 100 % pur  
jus de pommes, sans additif, sans  
colorant ni conservateur, mis en  
bouteille immédiatement après  
pressage des fruits et pasteurisé.



**BEAUDIGNIES, AVESNOIS, HAUT-DE-FRANCE**



**LES VERGERS DE BEAUDIGNIES**

Les vergers de Beaudignies sont une exploitation familiale de l'Avesnois établie depuis 4 générations! Les premiers vergers ont été plantés en 1910. 100 ans plus tard, ce sont Amande et Pierre qui ont repris l'exploitation en même, en décidant de le passer en agriculture biologique.

Site internet: <http://lesvergersdebeaudignies.com/>

# PAINS DU FOURNIL BIO SAVEURS ET SAISONS

## PAIN DE CAMPAGNE T80

**2,20 € LE PAIN DE 500G**

**4€ LE PAIN DE 1 KG**

Pain de campagne au levain naturel



## PAIN INTÉGRAL 150

**2,20 € LE PAIN DE 500G**

Pain à la mie grise et dense avec un gout de levain certifiée bio (plus complet que le complet).

Très riche en fibres et bon pour le transit intestinal.

Il s'accompagne avec tous les produits de la mer.

Très bonne conservation.



## PAIN PETIT ÉPEAUTRE

**3,80 € LE PAIN DE 400G**

Pain de petit épeautre à 100%.

Pain à la mie jaune et dense, petit gout noisette. Peut convenir à certains intolérants au gluten de blé.

Très bonne conservation grâce à un processus de fabrication artisanale (façonnage à la main, temps de fermentation longs)



VILLENEUVE D'ASCQ, FLANDRES, HAUTS-DE-FRANCE



PRODUCTEUR: LE FOURNIL BIO SAVEURS ET SAISONS

Le Fournil Bio fabrique depuis 25 ans du pain biologique à Villeneuve D'Ascq. Il est devenu depuis le premier fournisseur de pains bio sur la région, et à l'ambition toujours intacte de proposer des produits sains, sans dégrader l'environnement et accessible au plus grand nombre. Une attention particulière est apportée au choix des matières premières, le plus locales possibles pour être acteur d'une filière céréale bio équitable.

Site internet : <https://www.fournilbio.fr/>

# PALETS CHOCOLAT NOIR 57% A DEGUSTER OU POUR CUISINER

8€ 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

8,40€ 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.

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



## LE SAVIEZ-VOUS ? COMMENT EST FABRIQUÉ LE CHOCOLAT ?

- Le chocolat est fabriqué à partir des fèves du cacao, un arbre qui pousse dans les régions équatoriales.
- 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
- Un chocolat blanc contient au moins 20% de masse de cacao, du sucre et du lait

# MIEL LIQUIDE FLEURS DE PRINTEMPS

**7€ LE POT DE 500G**



**HOYMILLE, FLANDRES, HAUTS-DE-FRANCE**



**PRODUCTEUR: MIELLERIE DU ZICKELIN**

Hélène Fiers et Mathieu Hébert, sont deux apiculteurs professionnels installés à Hoymille (Nord). Ils produisent différents miels artisanaux issus de leurs propres ruchers, tous situés en Hauts-de-France.

Site internet : <https://www.facebook.com/GAECMiellerieduZyckelin/>



# MIEL CREMEUX FLEURS D'ETE

**7€ LE POT DE 500G**



**THIESCOURT, OISE, HAUTS-DE-FRANCE**



**PRODUCTEUR: MIELLERIE DE LA DIVETTE**

La miellerie de la divette est une ferme apicole familiale installée dans l'Oise depuis 1994. Fondée par par Dominique Charpentier en 1994, elle est peu à peu reprise par sa fille, Sylvaine, et son compagnon Célestin.

La ferme apicole a été plusieurs fois médaillée au Concours Général Agricole de Paris

Site internet: <https://www.bienvenue-a-la-ferme.com/hautsdefrance/oise/thiescourt/ferme/miellerie-de-la-divette/121993>



## LE SAVIEZ-VOUS ? POURQUOI CERTAINS MIELS SONT LIQUIDES ET D'AUTRES CRÉMEUX?

Un miel crémeux est un miel qui a cristallisé, alors qu'un miel liquide est un miel en cours de cristallisation. La durée de cristallisation dépend principalement de son origine florale. Par exemple, le miel d'acacias cristallise beaucoup moins vite que le miel de tilleul.

Pour maintenir le miel liquide, les industries chauffent très fort le miel, ce qui lui fait perdre ses propriétés et son goût. C'est pourquoi le miel crémeux est souvent la marque d'un miel de qualité.

# HUILE D'OLIVE BIOLOGIQUE EXTRA VIERGE

**4,90 € LE LITRE**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : ESPAGNE, ANDALOUSIE**



**PRODUCTEUR: COOPERATIVE DE PRODUCTEURS D'OLIVE DE CADIZ**

La coopérative réunit des producteurs d'olives installés dans les oliveraies de la montagne de Cadiz. La coopérative a été créée en 1957, et s'est équipée d'une unité collective de transformation de l'olive en 1973.



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

- 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 GRANORO 700G

**1,15 € LA BOUTEILLE DE 700G**



**Ingrédients:** Tomates fraîches , sel (0.5%)



**ORIGINE : ITALIE , POUILLES**



**PRODUCTEUR: GRANORO**



Granoro est une entreprise familiale italienne fondée en 1967 et installée à Corato dans les Pouilles

# SUCRE DE BETTERAVE BLANC BIOLOGIQUE

2,50€ LE KILO



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : FRANCE, REGION PARISIENNE**

Le sucre de betterave biologique français est un produit nouveau et rare, qui existe depuis 2020. Il est fabriqué en région parisienne dans un site certifié bio, à partir de cultures biologiques de betteraves proches.



**FOURNISSEUR: ALTERBIO**

Alterbio est un fournisseur de produits biologiques, installé à Perpignan depuis 1984. Alterbio cherche à développer une filière bio vertueuse qui met l'humain et l'équilibre entre les acteurs de la filière au cœur de ses préoccupations.

Site internet: <https://pro-alterbio.com/>

# SUCRE DE CANNE BLOND BIOLOGIQUE

1,95€ LE KILO



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : COLOMBIE**



**FOURNISSEUR: ALTERBIO**

Alterbio est un fournisseur de produits biologiques, installé à Perpignan depuis 1984. Alterbio cherche à développer une filière bio vertueuse qui met l'humain et l'équilibre entre les acteurs de la filière au cœur de ses préoccupations.

Site internet: <https://pro-alterbio.com/>



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

Le sucre est fabriqué à partir de plantes dites « sucrières ». Il en existe deux sortes principales : la canne à sucre et 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 dans les Hauts-de-France, mais il est encore rare aujourd'hui de trouver du sucre de betterave biologique français.

# LENTILLES VERTES

**3,10€ LE KILO**

**LOCAL!**  
Produit des  
Hauts-de-  
France!



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre  
contenant!



**CARVIN, NORD, HAUTS-DE-FRANCE**



**PRODUCTEUR: GEORGES-ERIC VERMON, FERME DES PEUPLIERS**

Georges-Eric Vermon est maraîcher (production de légumes frais) à Marcq-en-Barœul depuis 2012. En 2018, il a choisi de diversifier sa production en se lançant, sur un terrain situé à Carvin, dans la production de légumineuses: pois chiches, lentilles, quinoa. Des haricots rouges et blancs seront bientôt disponibles également!

Il cultive avec des méthodes d'agriculture raisonnée, en limitant les intrants dans ses méthodes culturales.

# LENTILLES CORAIL

**2,40€ LE KILO**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre  
contenant!



**TURQUIE**



**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.

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

# POIS CHICHES

3,30 € LE KILO

LOCAL!  
Produit des  
Hauts-de-  
France!



VENDU EN VRAC  
Venez avec votre  
contenant!



CARVIN, NORD, HAUTS-DE-FRANCE



PRODUCTEUR: GEORGES-ERIC VERMON, FERME DES PEUPLIERS

Georges-Eric Vermon est maraîcher (production de légumes frais) à Marcq-en-Baroeul depuis 2012. En 2018, il a choisi de diversifier sa production en se lançant, sur un terrain situé à Carvin, dans la production de légumineuses: pois chiches, lentilles, quinoa. Des haricots rouges et blancs seront bientôt disponibles également!

Il cultive avec des méthodes d'agriculture raisonnée, en limitant les intrants dans ses méthodes culturales.

# QUINOA

6,40 € LE KILO

LOCAL!  
Produit des  
Hauts-de-  
France!



VENDU EN VRAC  
Venez avec votre  
contenant!



CARVIN, NORD, HAUTS-DE-FRANCE



PRODUCTEUR: GEORGES-ERIC VERMON, FERME DES PEUPLIERS

Georges-Eric Vermon est maraîcher (production de légumes frais) à Marcq-en-Baroeul depuis 2012. En 2018, il a choisi de diversifier sa production en se lançant, sur un terrain situé à Carvin, dans la production de légumineuses: pois chiches, lentilles, quinoa. Des haricots rouges et blancs seront bientôt disponibles également!

Il cultive avec des méthodes d'agriculture raisonnée, en limitant les intrants dans ses méthodes culturales.



## 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!

# PATES BLANCHES ET COMPLETES

**1,75€ LE KILO**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!

**Au choix:**



Coquillettes



Spaghetti



Penne rigate



Spirales complètes



**ORIGINE : ITALIE**



**PRODUCTEUR: ASTRA BIO (ITALIE)**

# COUSCOUS BLANC

**2,50€ LE KILO**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : ITALIE**



**FOURNISSEUR: ALTERBIO**

Alterbio est un fournisseur de produits biologiques, installé à Perpignan depuis 1984. Alterbio cherche à développer une filière bio vertueuse, responsable, qui met l'humain et l'équilibre entre elms actuers de la filière au coeur de ses préoccupations.



# RIZ LONG BLANC DE CAMARGUE

**2,75€ LE KILO**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : CAMARGUE, FRANCE**



**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.

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

# NOISETTES DECORTIQUÉES

9,95 € LE KILO



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : TURQUIE



FOURNISSEUR : SPENNINCK, HAUTS-DE-FRANCE

Spenninck est une entreprise familiale installée au MIN de Lomme, à côté de Lille, depuis avril 1991, spécialisée dans la vente de produits frais et de fruits secs biologiques.

# ABRICOTS SECS

7,90 € LE KILO



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : TURQUIE



FOURNISSEUR: SPENNINCK, HAUTS-DE-FRANCE

Spenninck est une entreprise familiale installée au MIN de Lomme, à côté de Lille, depuis avril 1991, spécialisée dans la vente de produits frais et de fruits secs biologiques.

# AMANDES DECORTIQUÉES

10,15 € LE KILO



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



ORIGINE : ITALIE



FOURNISSEUR: SPENNINCK, HAUTS-DE-FRANCE

Spenninck est une entreprise familiale installée au MIN de Lomme, à côté de Lille, depuis avril 1991, spécialisée dans la vente de produits frais et de fruits secs biologiques.

# DATTES DEGLET NOUR

**4,90 € LE KILO**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : TUNISIE**



**FOURNISSEUR: SPENNINGCK, HAUTS-DE-FRANCE**

Spenninck est une entreprise familiale installée au MIN de Lomme, à côté de Lille, depuis avril 1991, spécialisée dans la vente de produits frais et de fruits secs biologiques.

# FIGUES SECHES LERIDA

**7,30 € LE KILO**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



**ORIGINE : TURQUIE**



**FOURNISSEUR: SPENNINGCK, HAUTS-DE-FRANCE**

Spenninck est une entreprise familiale installée au MIN de Lomme, à côté de Lille, depuis avril 1991, spécialisée dans la vente de produits frais et de fruits secs biologiques.

# RAISINS SECS SULTAMINE

**3,55 € LE KILO**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!




**ORIGINE : TURQUIE**



**FOURNISSEUR: SPENNINGCK, HAUTS-DE-FRANCE**

Spenninck est une entreprise familiale installée au MIN de Lomme, à côté de Lille, depuis avril 1991, spécialisée dans la vente de produits frais et de fruits secs biologiques.

# CAROTTES BIO DES HAUTS-DE-FRANCE

 Cette commande est soumise à validation: un volume minimum de commande est à atteindre pour obtenir ces tarifs.

**1,05€ LE KILO**



**LOCAL!**  
Produit des  
Hauts-de-  
France!



**ORIGINE : HAUTS-DE-FRANCE**



**FOURNISSEUR: COOPERATIVE NORABIO**

Noribio est une coopérative locale créée en 1998, qui réunit 130 producteurs de la région

Site internet : <https://www.norabio.fr>

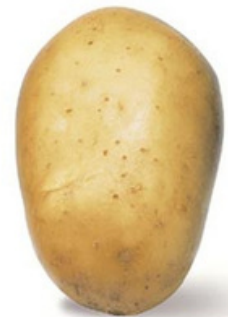
# POMMES DE TERRE LADY CHRIST'L BIO DES HAUTS-DE-FRANCE

 Cette commande est soumise à validation: un volume minimum de commande est à atteindre pour obtenir ces tarifs.

**1,40€ LE KILO**



**LOCAL!**  
Produit des  
Hauts-de-  
France!



Pomme de terre à chair ferme, recommandée pour les cuissons à la vapeur, à l'eau et à la poêle (rissolées, sautées). Vous pouvez également les utiliser pour des plats mijotés, gratins et plats au four



**ORIGINE : HAUTS-DE-FRANCE**



**FOURNISSEUR: COOPERATIVE NORABIO**

Noribio est une coopérative locale créée en 1998, qui réunit 130 producteurs de la région

Site internet : <https://www.norabio.fr>

# POMMES BIO DES HAUTS-DE FRANCE (BAILLEUL)

**2,10€ LE KILO**

**LOCAL!**  
Produit des  
Hauts-de-  
France!

## LA BOSKOOP

Pomme à cuire légèrement acidulée, idéale pour les tartes, les compotes.



## LA JONAGOLD

Pomme à croquer, sucrée et tendre.



## LA ROYALE GALA

Pomme à croquer, sucrée, fruitée, très juteuse et croquante.



## LA COX ORANGE

Pomme à croquer et à cuire, acidulée et fruitée.



**ORIGINE : BAILLEUL, HAUTS-DE-FRANCE**



**PRODUCTEUR : VERGERS MOREAU**

Les Vergers Moreau est petite entreprise familiale qui existe depuis 1960, puis reprise par deux des fils en 1985. En fonction des mois, l'exploitation vous propose une vingtaine de variétés de pommes, mais également des poires. Les fruits sont cueillis un par un à la main. La maison respecte la nature en travaillant en culture raisonnée (traitement très léger, uniquement si nécessaire, en harmonie avec la biodiversité).

# LESSIVE LIQUIDE CONCENTRÉE

**2,20€ LE LITRE**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



Lessive 100% d'origine naturelle.

Cette Lessive Liquide Concentrée certifiée BIO est destinée au lavage en machine ou à la main de tous les textiles, à toutes températures. Elle prendra soin, en douceur, de votre linge sans risque de décoloration



**FABRIQUE EN FRANCE**



**PRODUCTEUR: LABORATOIRE GRAVIER - L'ARTISAN SAVONNIER**

Le laboratoire GRAVIER est une entreprise installée dans le Gard depuis 1975, spécialisée dans la fabrication de cosmétiques et produits d'entretien certifiés BIO. L'Artisan Savonnier est une marque du laboratoire GRAVIER, inspirée des traditions provençales. Elle propose des produits d'entretien ménager écologiques, simples, ultra-concentrés et efficaces.

# LIQUIDE VAISSSELLE

**1,70€ LE LITRE**



**VENDU EN VRAC**  
Venez avec votre contenant!



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.



**FABRIQUE EN FRANCE**



**PRODUCTEUR: LABORATOIRE GRAVIER - L'ARTISAN SAVONNIER**

Le laboratoire GRAVIER est une entreprise installée dans le Gard depuis 1975, spécialisée dans la fabrication de cosmétiques et produits d'entretien certifiés BIO. L'Artisan Savonnier est une marque du laboratoire GRAVIER, inspirée des traditions provençales. Elle propose des produits d'entretien ménager écologiques, simples, ultra-concentrés et efficaces.

# BULLETIN D'ADHESION VRAC HAUTS DE FRANCE

**A retourner à [vrac-hdf@vrac-asso.org](mailto:vrac-hdf@vrac-asso.org)**

Prénom et Nom : .....  
Adresse mail et/ou téléphone (obligatoire) : .....  
Année de naissance : .....  
Adresse postale (obligatoire).....

Si vous habitez un logement social, pouvez-vous indiquer le nom du bailleur ?.....  
Combien de personnes habitent dans votre foyer ?.....  
Quel est votre genre ?.....

**Quel groupement d'achat souhaitez-vous rejoindre** (entourez votre choix)?

1. Villeneuve d'Ascq - Pont-de-Bois
2. Lille - Fives
3. Autre (Roubaix l'alma, Tourcoing la Bourgogne, Lille-sud : ouvertures à venir en 2022) : précisez :  
.....

**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 si j'habite en logement social et/ou j'ai des petits revenus (exemple : RSA, famille monoparentale, petite retraite, etc.)
2. Adhésion solidaire à partir de 20€ si je suis dans une autre situation. Une marge de 10% sera appliquée par VRAC sur mes commandes, pour contribuer au financement de la logistique.

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

**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. préparation des commandes
5. autres: précisez : .....

**Droit à l'image** : J'autorise VRAC Hauts-de-France, 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 Hauts-de-France** et à ses statuts (consultable sur le site internet de l'association)

**Date et signature :**

# ILS SOUTIENNENT VRAC HAUTS-DE-FRANCE, ET ON LES REMERCIE!

## Les bailleurs sociaux



## Les associations et structures partenaires dans les quartiers

Maison de Quartier Jacques Brel  
AFEV  
Centre social Mosaïque  
Résidence Habitat Jeunes Béthanie

## VRAC France et les 12 autres antennes de VRAC



CONTACT: 06 75 31 94 72  
VRAC-HDF@VRAC-ASSO.ORG