



L'Art de vivre BIO

*La Vie Claire s'engage
pour que demain
soit encore plus bio !*



**La Vie
Claire**

La bio est dans ma nature

lavieclaire.com



*Référente - Engagée - Respectueuse - Spécifique
Exigeante - Transparente - Accessible ...*

*... c'est la vie
que je veux !*

Directeur de la publication : Brigitte Brunel-Marmone

Comité de rédaction : Brigitte Brunel-Marmone,
Stéphanie Delmau, Anne-Laure Illy, Bérénice Drevet

Direction artistique : Nouveau Monde

Crédits photos : Istock

Merci à nos partenaires, fournisseurs, et à l'équipe
de Nouveau Monde de permettre à ce livret d'exister.

LA VIE CLAIRE 1982, route départementale 386 -
69700 MONTAGNY

Téléphone : 04.72.67.80.08 - www.lavieclaire.com

LA VIE CLAIRE RCS LYON B 632 000 014

Document imprimé
sur papier recyclé





La Vie Claire est singulière. Fondée par Henri-Charles Geffroy, un homme visionnaire et humaniste, elle est née de son expérience personnelle et de son engagement pour une agriculture conforme aux lois de la fertilité naturelle, pour une alimentation naturelle, simple et une vie saine.



Des décennies plus tard, notre vocation reste de transmettre, jour après jour, cet amour et ce respect des produits biologiques, grâce à notre réseau de points de vente et notre marque produit La Vie Claire. Pour vous, c'est avec passion que chaque jour nous recherchons, développons, concevons, diffusons et conseillons des produits biologiques pour une vie bio.

En tant qu'entreprise majeure de la bio, nous portons également des responsabilités environnementales et sociales fortes. Notre engagement va au-delà de la promotion d'une Agriculture Biologique. Notre politique de Responsabilité Sociétale des Entreprises reflète nos engagements et responsabilités : le développement durable, le respect de l'environnement et de la biodiversité, la qualité des relations humaines, le développement pérenne de notre activité pour nos partenaires et pour vous.

Entreprise engagée et humaine, nous nous développons pour partager nos convictions avec le plus grand nombre. **Toutes nos équipes travaillent avec la même passion. Leur travail nous permet de grandir pour répondre à vos attentes et vous proposer des produits bio irréprochables. Autres partenaires indispensables, nos producteurs bénéficient également de notre développement puisque nous nous investissons auprès d'eux pour qu'ils puissent faire grandir leurs exploitations.**

Enfin, au cœur de notre métier, nous accompagnons notre croissance d'une vraie politique de respect de l'environnement. Cela passe par le choix de fournisseurs et de producteurs de proximité, très respectueux de la nature et des hommes, mais aussi une composition et fabrication de nos produits exigeantes. Nos bureaux, notre plateforme logistique, nos magasins sont construits et aménagés avec des équipements et matériaux éco-responsables.

Plus que jamais, nous nous engageons à défendre les valeurs de l'Agriculture Biologique et avons à cœur de **partager avec vous notre art de vivre : manger sainement et vivre mieux, en adoptant un comportement écologiquement responsable.**

Brigitte Brunel-Marmone
Présidente du Directoire.



UNE BIO PAS COMME LES AUTRES !

*" Vous n'êtes pas malade mais seulement
affaibli par une alimentation de
mauvaise qualité "*

Henri-Charles Geffroy



LA VIE CLAIRE PIONNIÈRE de la bio en France

Notre fondateur Henri-Charles Geffroy est un véritable précurseur. En expérimentant les bienfaits sur la santé d'une alimentation proche de la nature après avoir été gazé pendant de la Première Guerre mondiale, il retrouve la santé et prolonge son espérance de vie.

Son régime alimentaire proche de la nature, essentiellement à base de fruits, de légumes et de céréales, lui inspire une véritable « écologie de la santé ».

Il prône un « art de vivre bio » en mettant en garde les consommateurs contre les dangers d'une alimentation de mauvaise qualité.

*Plus que jamais
nous nous engageons
à défendre cette conviction
forte que nous souhaitons
partager avec vous.*

DU JOURNAL À LA COOPÉRATIVE : la naissance d'un engagement

Persuadé de l'utilité d'une agriculture conforme aux lois de la fertilité naturelle, cet humaniste a fait de sa démarche un engagement total au service du corps et de l'esprit.

Henri-Charles Geffroy fonde le journal La Vie Claire en 1946. Journaliste de métier, il défend alors déjà les idées de la bio telle qu'elle sera définie plus tard : la valorisation d'une agriculture respectueuse des lois naturelles et l'opposition à l'industrialisation de l'alimentation.

Le journal trouve son public et devient un véritable trait d'union entre ceux qui aspirent à « **penser clair, voir clair, agir clair et vouloir vivre clair** ». Les lecteurs demandent à Henri-Charles Geffroy de les aider à se fournir en produits naturels. **C'est ainsi qu'il fonde la première coopérative de La Vie Claire et commence à commercialiser des produits naturels non traités entre 1948 et 1965.** La Vie Claire devient la première enseigne et la première marque de produits bio en France. Ainsi, elle développe rapidement une offre large, respectant les principes qui fonderont plus tard le label Agriculture Biologique : une production dans le respect de la nature et des hommes, sans utilisation de produits chimiques de synthèse. Notre marque est née bien avant le label Agriculture Biologique !



LA VIE CLAIRE, fidèle à sa vocation d'origine

Aujourd'hui, la petite coopérative parisienne est devenue la grande enseigne bio que vous connaissez. La croissance de notre réseau de magasins partout en France n'a pas affaibli l'esprit de notre création. **La mission que nous remplissons auprès de vous chaque jour reste la même : partager et transmettre l'amour des produits naturels et biologiques et vous permettre de vivre bio au quotidien.**

Chaque jour, nous développons pour vous, avec passion, les produits à la marque La Vie Claire. Cette marque représente parfaitement nos engagements et nos convictions : **rechercher le meilleur niveau de qualité pour vous proposer des produits irréprochables.**



VIVRE BIO AU QUOTIDIEN

LA MARQUE LA VIE CLAIRE signature d'une bio pour tous les jours

Lancés dès l'origine, les produits à la marque La Vie Claire allient qualité des ingrédients et qualités nutritionnelles. Chaque année, nous étoffons nos gammes La Vie Claire pour répondre à vos attentes et envies dans toutes les familles de produits. Vous êtes au cœur de tous nos développements.

Epicerie sucrée et salée, produits frais, pain, offre traiteur, compléments alimentaires, produits d'hygiène et de cosmétique, produits d'entretien : **avec 1850 références de haute qualité bio, notre marque La Vie Claire vous permet de consommer bio au quotidien.** Nous mettons notre savoir-faire, nos connaissances et nos 70 ans d'expérience à votre service pour **partager avec vous les bénéfices d'une alimentation saine et le vrai goût des produits offerts par la nature.**

Être à votre écoute !

Votre satisfaction est notre priorité.

Produits, services, conseils nutrition : nous répondons à toutes vos questions et prenons en compte vos remarques pour faire évoluer notre offre en fonction de vos attentes.

UNE QUESTION ? UNE REMARQUE ?

Contactez-nous au 04 72 67 80 08
ou sur contact@lavieclaire.com



UNE EXIGENCE MAXIMALE ET SANS COMPROMIS

- Des ingrédients de qualité
- Des compositions simples au nombre d'ingrédients maîtrisé
- Une origine connue et la plus proche
- Une certification biologique
- Une composition nutritionnelle équilibrée
- Une qualité gustative reconnue
- Une production respectueuse des hommes et de l'environnement
- Un rapport qualité/prix équitable avec le producteur, comme avec le consommateur.



UNE MARQUE QUI S'ADAPTE ET ÉVOLUE selon vos régimes alimentaires

A l'écoute de vos besoins spécifiques, des nouvelles tendances de consommation, allergies ou intolérances, nous avons créé pour vous des gammes adaptées.

Nous vous proposons une gamme de produits sans gluten. Ces produits sont soumis à un seuil de détection plus bas que la réglementation en vigueur. Pour vous assurer une sécurité alimentaire totale, nous affichons clairement la présence ou l'absence d'allergènes sur nos packagings.

*N'hésitez pas à échanger
avec nos conseillers experts en
magasin : ils auront forcément
des produits adaptés
à vous proposer !*

1850
produits
à la marque La Vie Claire

200
références
de fruits et légumes
de saison

+ de 100
nouveaux produits
à la marque La Vie Claire
par an.

4500
produits
de marques spécialisées

LE CHOIX DU VRAC

Pour affirmer notre engagement à réduire notre empreinte environnementale et la vôtre, nous proposons depuis plusieurs années une gamme de produits en vrac et des sacs en papier réutilisables. Aujourd'hui, nous proposons **plus de 150 références en vrac**.



VOUS ÊTES VEGAN ?

Si vous avez adopté le régime alimentaire vegan, souvent dans une démarche responsable et personnelle, rendez-vous dans nos magasins pour découvrir une large sélection de produits certifiés vegan, pour tous les goûts et répondant à vos besoins.

... OU INTOLÉRANT À ...

Si vous êtes concerné par toute autre intolérance, par exemple au lactose ou au gluten, nous vous proposons également de nombreuses alternatives pour vous aider à adapter votre alimentation.



UNE SÉLECTION de marques expertes

Pour compléter notre offre de produits La Vie Claire, nous choisissons les marques expertes sur leur marché. Notre sélection ? **Des marques au savoir-faire spécifique qui par leur histoire apportent une vraie valeur ajoutée à l'offre que vous pouvez trouver chez nous.**

Engagés avec La Vie Claire sur le long terme, nos fournisseurs sont de véritables partenaires de confiance. Ils partagent nos hautes exigences en termes de qualité. Nous faisons de notre mieux afin que chacun des produits que nous sélectionnons pour vous gagne votre confiance.





DES PRODUITS DE TRÈS HAUTE QUALITÉ BIO

Puis, nous les suivons à la loupe, via un programme d'analyses et de contrôles très complet et confié à 5 laboratoires partenaires experts, indépendants, accrédités COFRAC*. La Vie Claire s'est construite dès le début de son histoire autour de cette démarche. Notre expérience et notre détermination à renforcer la qualité de nos produits, sont les garants de la confiance que vous pouvez avoir en nous.

C'est tout cela qui rend les produits à notre marque La Vie Claire si singuliers et différents !

Nous mettons toute notre passion, notre expertise, notre énergie à vous proposer une offre unique en termes de qualité, de contrôle, pour préserver votre santé. Alors, vous qui nous faites confiance, merci !

Comment vous rassurer et vous donner confiance en nos produits ?

Bien entendu, tous nos produits issus d'exploitations agricoles sont labellisés « Produit issu de l'Agriculture Biologique » et contrôlés par des organismes certificateurs comme Ecocert®. La garantie offerte par le label est un mode de culture sans utilisation de pesticides de synthèse ni engrais chimiques. Nous vous proposons aussi des produits bio labellisés Demeter : comme nos jus de légumes lactofermentés La Vie Claire. Ils ont été cultivés en biodynamie (respect du calendrier lunaire, utilisation de plantes en traitement). Quant aux produits qui ne relèvent pas de l'agriculture (poissons sauvages, produits d'entretien, cosmétiques...), ils sont aussi soumis aux certifications les plus strictes : Cosmébio®, Cosmos Organic®, Ecodétergents, Nature et Progrès, etc..

NOTRE PRIORITÉ : la qualité

La preuve : des exigences qualité au-delà des normes

Pour vous garantir une sécurité alimentaire et une qualité nutritionnelle, biologique et gustative irréprochables, nous sommes engagés dans une démarche qualité très exigeante. Nos produits à la marque La Vie Claire répondent à des cahiers des charges uniques et spécifiques élaborés en partenariat avec notre équipe qualité. Nous élaborons les produits de A à Z pour maîtriser toutes les étapes de conception et s'assurer qu'ils soient 100% sûrs, respectueux de l'environnement et du travail des hommes.

* Comité français d'accréditation.

Cette particularité fait toute notre différence !

Mériter votre confiance par DES ENGAGEMENTS TRÈS EXIGEANTS

L'absence
de pesticides
de synthèse

L'absence
totale d'OGM

L'interdiction de
l'usage d'engrais
chimiques

L'absence ou
la présence
d'allergènes
totalement
maîtrisés

Une haute qualité
nutritionnelle
et gustative

UNE PALETTE COMPLÈTE de contrôles

Nous vous proposons uniquement des produits dont nous pouvons vous garantir la qualité. Pour cela, nous ne nous contentons pas des normes officielles. Nous nous fixons nos propres seuils de détection. Grâce à cette sécurité, nous parvenons à garantir la qualité

des produits à notre marque La Vie Claire mais nous participons aussi à la fiabilisation des filières de production biologiques. Nous assurons ce rôle primordial avec conviction en tant qu'entreprise majeure et experte de la bio.

ALIMENTAIRE - Cahier des charges

	La Vie Claire	La réglementation
Taux de pesticides recherche de résidus de pesticides de synthèse et d'engrais chimiques en cas de contamination fortuite	< 0,02 mg/kg	Pas de seuils définis par la réglementation bio
PBO (pipéronyl butoxide)	< 0,07 mg/kg	Autorisé comme synergisant pour les pesticides naturels comme le pyréthre
OGM	< 0,1 % (minimum détectable)	< 0.9%

COSMÉTIQUE - Cahier des charges

	La Vie Claire	Label Cosmébio	Label Cosmos Organic
Ingrédients d'origine naturelle	98% minimum	95% minimum	95% minimum
Ingrédients issus de l'Agriculture Biologique sur le total des ingrédients	20%	10%	20% pour les produits non rincés 10% pour les produits à rincer
Ingrédients végétaux issus de l'Agriculture Biologique	97%	95%	95% sur l'ensemble des ingrédients pouvant être bio (végétaux, cire d'abeille, lait, etc).

Les contrôles microbiologiques

Nous allons plus loin que la réglementation en recherchant, en complément de ces germes pathogènes, des micro-organismes indicateurs d'hygiène.

Et pour les fruits et légumes ?

Bien entendu, des contrôles s'appliquent également aux fruits et légumes frais, et plus particulièrement aux références d'origine étrangère.

Notre ultime garantie : en cas de dépassement du seuil que nous nous sommes fixé, par exemple lors d'une contamination fortuite (par le sol ou l'air), nous nous engageons à retirer tous les produits des rayons !

Par ailleurs, nous réalisons des tests complémentaires ciblés en fonction des produits :

- analyse nutritionnelle
- dosage de mycotoxines dans les produits céréaliers, fruits secs, cafés et dérivés (toxines sécrétées par les champignons microscopiques)
- dosage du gluten
- analyses spécifiques sur nos miels (authenticité, absence de chauffage, origine florale et géographique)
- mesure de l'indice de peroxyde de nos huiles pour prévenir le risque de rancissement précoce
- absence de métaux lourds et de polluants



S'ENGAGER POUR LE DÉVELOPPEMENT DES FILIÈRES BIO

Si nous avons connu un important développement au fil des années, la dimension humaine reste au cœur de nos préoccupations. **Nous entretenons une réelle proximité avec nos producteurs bio et nous établissons des partenariats de confiance avec eux.**

Nous avons travaillé depuis 2014 à la création de la filière « Graines de Gascogne » pour la production de céréales, légumineuses et oléagineuses garanties sans gluten en provenance des terres fertiles du Gers. Nous travaillons aussi sur une filière de quinoa français, intégralement produit dans une ferme des Yvelines. Ces deux exemples de partenariats sont représentatifs de notre engagement pour le développement des filières courtes et locales. Nous sommes aujourd'hui très fiers que vous puissiez profiter de ces produits de haute qualité bio française.

Pour les produits qui ne sont pas cultivés en France, nous soutenons les producteurs de pays émergents pour leur savoir-faire traditionnels et les valeurs éthiques partagées.

Le niveau d'exigence de nos cahiers des charges est à lui seul un facteur de sécurisation des filières bio dans lesquelles vous pouvez avoir toute confiance !

ENTREtenir des partenariats de confiance

Nos partenariats sont basés sur un rapport équilibré et respectueux du travail de chacun. Nos fournisseurs s'engagent à respecter rigoureusement les exigences des cahiers des charges définis pour l'élaboration de nos produits. De notre côté, nous nous engageons dans une relation basée sur la transparence, le soutien, la fidélité, l'équité et la solidarité. L'intérêt de ce rapport privilégié ? En travaillant sur le long terme avec nos producteurs, nous participons à leurs côtés à l'essor des filières bio.

UNE COOPÉRATION avec des agriculteurs

Si nos producteurs en Agriculture Biologique gèrent leur exploitation de manière indépendante, notre équipe Achats fruits et légumes peut intervenir en support. Nous aidons notamment nos agriculteurs à planifier leurs volumes de production ou à tester et mettre au point de nouvelles variétés.

La Vie Claire s'attache à développer et faire grandir les filières bio pour proposer les meilleurs produits au plus grand nombre !

PRÉSERVATION DES SAVOIR-FAIRE TRADITIONNELS ET SOUTIEN AUX POPULATIONS LOCALES

En Turquie, nous apportons notre soutien au programme « **Happy Village** » mis en place par la société Isik. Ce programme assure aux producteurs de fruits secs une assistance technique en agronomie, une aide financière couvrant les coûts d'analyses et de certification en bio et un prix d'achat 10% supérieur à celui du marché. Il garantit également un soutien aux villageois. Ce partenariat est un gage de pérennité pour des producteurs dont la situation est parfois précaire.

Nos abricots secs, figues, raisins proviennent de cette filière solidaire.



PRIVILÉGIER DES PARTENAIRES français et locaux

83 %

DE NOS PRODUITS
SONT FABRIQUÉS
EN FRANCE

83 %

DE NOS
PRODUCTEURS
SONT FRANÇAIS

19

PRODUCTEURS
DE FRUITS ET LÉGUMES BIO
SONT EN RHÔNE-ALPES



Plus de
40

FOURNISSEURS
POUR NOS PRODUITS
SONT EN RHÔNE-ALPES

Ce n'est pas un hasard si La Vie Claire a choisi d'établir sa plateforme logistique à Montagny : Rhône-Alpes est la région la plus productive en bio !



ZOOM SUR les fruits et légumes

Vous trouverez en rayon plus de 200 références de fruits et légumes bio selon la saison et cultivés selon nos exigences. La sélection de producteurs locaux nous permet aussi de tenir nos engagements environnementaux en réduisant le transport des marchandises.

Pour participer au développement des tissus agricoles locaux, nos magasins La Vie Claire ont également la liberté de choisir leurs producteurs régionaux. Seule contrainte : ils doivent respecter notre charte et le cahier des charges de l'Agriculture Biologique.

*"En contact permanent avec les groupements de producteurs et les agriculteurs indépendants, j'entretiens avec eux des liens de proximité privilégiés.
La dimension humaine et locale est essentielle pour nous !
Le secteur bio est plus vulnérable aux aléas climatiques ou aux attaques de nuisibles que l'agriculture conventionnelle :
notre partenariat sécurisant est très précieux pour les agriculteurs. "*

Sébastien Bas, acheteur fruits et légumes



ÊTRE SOLIDAIRE de nos partenaires

Engagés aux côtés de nos partenaires, nous leur garantissons une relation équitable, basée sur des prix justes. Nous les accompagnons également lors de leur conversion en Agriculture Biologique.



Pour qu'une culture bénéficie de la mention « Agriculture Biologique », il faut que le producteur suive strictement le cahier des charges de l'Agriculture Biologique durant 3 ans. Mais à partir de la 2^{ème} année, le produit est aussi sain qu'un produit bio et peut bénéficier de la mention « en conversion vers l'Agriculture Biologique ». En achetant aux producteurs ces fruits et légumes au **prix bio dès la deuxième année**, La Vie Claire aide la bio à se développer sur le territoire national, soutient l'emploi local et vous propose de vous associer à cette démarche en magasin en achetant les produits affichés comme tel.

D'autre part, par respect du goût, de l'environnement, et des producteurs locaux, **nous avons pris la décision de stopper la commercialisation de certains fruits et légumes en hiver pour ne vous proposer que des produits de saison.**



Nous élaborons les contrats sur le long terme pour soutenir leur développement, la diversification de leurs activités et pérenniser les volumes de production et de fabrication. Ainsi, nous avons débuté un partenariat avec Paul Maréchal, notre producteur de tomates bio en Rhône-Alpes il y a 5 ans. Alors qu'il ne produisait pas du tout de tomates, nous l'avons accompagné pour développer ce savoir-faire. Aujourd'hui, il nous livre 130 tonnes par an !

Par ailleurs, nous n'hésitons pas à nous porter solidaires de nos producteurs en cas de coups durs. Nous avons soutenu un producteur de pommes pour transformer une production abîmée par la grêle en jus de pomme. Vendu en magasins, ce jus a permis au producteur de recevoir un revenu significatif malgré une production en péril.



Ce lien de solidarité nous permet de nouer des relations de confiance dans la durée.

+ de 10 ANS
de partenariat avec

93 FOURNISSEURS

+ de 20 ANS
de partenariat avec

18 FOURNISSEURS

+ de 30 ANS
de partenariat avec

3 FOURNISSEURS



MIEUX CONSOMMER VIA UNE ENTREPRISE ÉCO-RESPONSABLE

ATTENTIFS

à notre impact environnemental

Notre art de vivre bio se traduit par un engagement global pour le respect de la nature, à chaque étape de la production :

- Notre entrepôt de **13 000 m²** a été construit à Montagny selon les normes du label **Haute Qualité Environnementale** (excellente isolation, une charpente en bois PEFC, label attestant d'une gestion durable des forêts).
- **Notre bâtiment est recouvert sur 72% de son toit de 6 413 m² de panneaux photovoltaïques.** Ces panneaux produisent en moyenne 890 MWh par an, soit 58% de la consommation électrique totale du site et l'équivalent de la consommation de près de 200 familles. Notre objectif, ambitieux, est de réduire nos émissions de CO₂ de 14% en 2020 par rapport à 2016.
- Nos bureaux sont certifiés Bâtiment Basse Consommation.



- Notre consommation d'eau reste comparable à un usage domestique : en 2017, nous avons consommé 1 500 m³ d'eau, l'équivalent de 9 familles.
- Nos déchets sont recyclés ou valorisés dans leur intégralité : 57 tonnes de déchets alimentaires valorisés et 96 tonnes de carton, plastique, papier recyclées et valorisées énergétiquement en 2017.
- Pour le transport des marchandises, notre partenaire STEF-TFE est labellisé Objectif CO2 et s'engage à ce titre à réduire ses émissions de gaz à effet de serre.
- **Notre nouveau concept de magasin est complètement éco-responsable** : frigos fermés, détecteurs de mouvements, éclairage basse consommation, mobilier en bois éco-conçu certifié PEFC, peintures dépolluantes et sans solvant. L'audit énergétique et le bilan des émissions de gaz à effet de serre réalisés en 2017 à mis en avant un gain énergétique de 22% par rapport à notre ancien concept. Enfin, au-delà de la norme Ecocert®, nous imposons à nos magasins un contrôle complémentaire selon un cahier des charges qui nous appartient : température des frigos, fraîcheur des fruits et légumes...



DES HOMMES ET DES FEMMES AU COEUR de notre projet d'entreprise

Notre entreprise a conservé un mode de fonctionnement à taille humaine. Nous nous appuyons sur les talents de chacun pour conserver l'esprit, les forces, l'éthique et les spécificités de La Vie Claire. Notre programme de formation et la forte promotion interne font de nos collaborateurs la force vive de notre croissance.

Dans ce cadre là, et parce que le bien-être au travail fait partie intégrante de l'art de vivre bio, nous souhaitons que l'entreprise soit un lieu d'épanouissement. Nous veillons au respect de l'équilibre vie privée - vie professionnelle. Par ailleurs nous avons noué un partenariat avec une crèche inter-entreprise labellisée Ecolocrèche® à proximité de notre siège social.

Epanouis, nos collaborateurs sont les premiers ambassadeurs de notre art de vivre bio !

PREMIÈRE ENSEIGNE BIO Bioentreprisedurable® et ISO 9001

Parce que nous pensons qu'une enseigne bio doit s'inscrire dans un mouvement de progrès au-delà de la promotion de l'Agriculture Biologique, nous avons engagé des démarches de certification. Nous avons ainsi obtenu la certification de notre système de management de la qualité selon la norme ISO 9001 en 2014.

Notre politique Responsabilité Sociétale des Entreprises reflète nos engagements et nos responsabilités. Elle prend en compte des idées importantes auxquelles nous sommes très attachés : le développement durable, le respect de l'environnement et de la biodiversité, la qualité des relations humaines, le développement et la pérennité de notre activité.

Preuve de notre détermination dans le déploiement de notre politique RSE, La Vie Claire a été la première enseigne spécialisée bio à obtenir le label Bioentreprisedurable® en 2016.





UNE ENTREPRISE IMPLIQUÉE pour une société plus juste

En tant qu'acteur économique important et entreprise majeure de la bio, nous nous engageons pour mettre en œuvre notre vision d'une société plus humaine et respectueuse de la nature. Nous investissons chaque année pour soutenir des grandes causes :

- **Des associations :** Handicap International, Le Téléthon, le Secours Populaire, des événements sportifs, mais aussi des écoles proches de notre site de Montagny et de l'ensemble de nos magasins à travers toute la France.

En 2017, nous avons donné une seconde vie aux ordinateurs de nos collaborateurs en en faisant don à 2 associations : la Passerelle d'Eau de Robec et à Anciela, une association qui suscite, encourage et accompagne les engagements et les initiatives citoyennes en faveur d'une société écologique et solidaire. Elle intervient à Lyon et ses alentours, pour les aider dans leur fonctionnement au quotidien.

- **Le don alimentaire :** un acte écologique et solidaire. Nous sommes très vigilants au risque de pertes de marchandises en magasin et sur notre entrepôt. La lutte contre le gaspillage correspond à nos convictions de partage et d'entraide. Ainsi, lorsque nos produits ne peuvent plus être vendus en magasins, notamment pour des questions esthétiques, mais qui restent consommables, nous en faisons don à des associations.

Ainsi, en 2017, nous avons donné près de 40 tonnes de produits à la Banque Alimentaire qui lutte depuis 30 ans contre le gaspillage alimentaire et à l'association Oasis d'Amour engagée auprès des populations exclues.

Une nouvelle démarche a aussi vu le jour en 2017 dans quelques magasins du département du Rhône avec ProxiDon, une plateforme internet gratuite permettant aux commerces de proximité de faire des dons ponctuels de denrées alimentaires non commercialisables mais encore consommables, aux associations se situant aux alentours de nos magasins. Et dans les dernières initiatives intéressantes : nous débutons un partenariat avec l'application To Good To Go.

- **La promotion de systèmes agricoles respectueux de l'environnement :** souscription au Fonds Nature Vivante pour la biodiversité et l'éducation des jeunes à l'environnement. Souscription au Fonds Terra Isara qui a pour objectif de définir de nouveaux systèmes agricoles et alimentaires capables de produire en quantités suffisantes des aliments sains tout en préservant les ressources naturelles et en permettant au monde agricole de vivre décemment des fruits de son travail.



Fonds de dotation
La Vie Claire - Eric Pelen

Par ailleurs, le Fonds de dotation La Vie Claire - Eric Pelen, accompagne les entrepreneurs, les créateurs d'entreprise ou les agriculteurs sur des projets locaux, innovants, durables. A travers une aide financière, le Fonds soutient les projets ayant vocation à protéger et respecter l'environnement naturel, la biodiversité et le lien social.





PROPOSER UNE BIO ACCESSIBLE À TOUS



ÊTRE PROCHE DE VOUS et de vos lieux de vie

Présents près de chez vous, nos magasins répartis partout en France ont été conçus pour simplifier vos courses et faire de cet instant un moment agréable ! Les femmes et les hommes qui travaillent en magasins partagent une même passion de la bio et des bons produits. **Leur rôle ? Vous accueillir, vous conseiller, vous rassurer et vous aider à faire les bons choix.** Dans nos magasins aux superficies à taille humaine, nos équipes se rendront toujours disponibles pour vous délivrer leurs conseils d'experts, et ça change tout !



UNE OFFRE DE PETITS PRIX BIO®

Rendre la bio accessible fait partie de notre vocation ! Nous vous proposons des **Petits Prix Bio®** sur une sélection de **70 produits bio** du quotidien. En parallèle, vous trouverez, chaque mois, une sélection de produits en promotion pour répondre à vos besoins et envies du moment.





LA TRANSMISSION au cœur de notre relation

La transmission fait partie intégrante de notre ADN. Avant d'être une marque et une enseigne, La Vie Claire était un journal pédagogique créé par notre fondateur pour partager sa conception de l'alimentation. Cette notion de pédagogie et de partage est toujours très forte : nous formons chacun de nos conseillers en magasin pour qu'il puisse vous informer et vous conseiller sur nos produits, leur qualité et leur utilisation. Nos collaborateurs ont bénéficié en 2017 de plus de 12 000 heures de formation en nutrition et naturopathie.

**Allergies, huiles essentielles, troubles du sommeil, etc. :
profitez d'un conseil d'expert !**



UN MAGAZINE à croquer et à partager !

Héritier du journal créé par notre fondateur, votre « magazine à croquer » à disposition dans tous nos magasins La Vie Claire, est une source d'information très complète. Au sommaire ? **Des dossiers, des articles sur des sujets de saison ou des ingrédients aux bienfaits insoupçonnés, l'actualité des nouveaux produits, les conseils d'une naturopathe ou encore des astuces pour vivre bio au quotidien.** Votre magazine comprend également des recettes spécifiques pour optimiser l'intérêt nutritif de nos produits.

VOTRE FIDÉLITÉ récompensée

Dans la plupart de nos magasins, vous pouvez vous inscrire au **programme fidélité national Ma Vie Claire**. Ce compte fidélité sans carte vous permet d'obtenir des points en fonction de vos achats, de vos venues en magasins et de votre participation à notre communauté de partage sur l'**application mobile Ma Vie Claire**. Cette application présente un triple intérêt : partager la vision d'une bio positive et gourmande avec les autres consommateurs La Vie Claire, consulter nos recettes et astuces bio ou géolocaliser le magasin le plus près de vous.

Adhérent au programme de fidélité, vous recevez aussi des offres ciblées et des réductions pour vous aider à consommer bio au quotidien.

Ma Vie
Claire

EN SAVOIR +

Vous souhaitez en savoir plus sur nos produits, leur provenance, les producteurs, rendez-vous sur notre chaîne Youtube pour visionner notre web-série et autres vidéos.



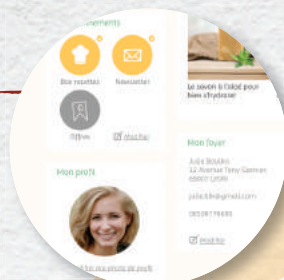
YouTube



CONSEILS, RECETTES, ÉVÉNEMENTS : retrouvez notre actu 100% bio sur le site lavieclaire.com

1 - Le compte fidélité

Un accès à mon espace fidélité pour retrouver mon solde de points, mes bons d'achat valables en magasin, mes recettes favorites !



2 - Les conseils, astuces et recettes

Des centaines de conseils naturo, des recettes bio healthy* et gourmandes, des recettes vegan, le tout pour vous accompagner au quotidien !



4 - Nos magasins

Trouvez votre magasin le plus proche et découvrez son actualité !



6 - L'agenda de la Bio

Ateliers, conférences, événements : découvrez toute l'actualité de votre magasin dans notre agenda de la bio afin de ne rien rater !



3 - Bio Académie

Vidéos, fiches pratiques, retrouvez des outils pédagogiques pour découvrir et apprendre

5 - Les Petits Prix Bio®

Consultez de chez vous la sélection de Petits Prix Bio® La Vie Claire !



7 - Ma Box Recettes

Inscrivez-vous à la box recette et recevez chaque semaine une newsletter avec 5 recettes healthy* à préparer les soirs de la semaine !





Depuis 70 ans, nous vous accompagnons pour vous aider à vivre bio au quotidien.

Nous partageons avec vous cet amour et ce respect des produits biologiques et naturels. Notre engagement ? **Vous fournir les meilleurs produits de la terre :** des produits exigeants, respectueux de la nature et des hommes qui les ont cultivés.

Nous exigeons chaque jour **le meilleur de nous-mêmes et de nos partenaires** pour répondre à cette promesse. **Vous aider à vivre bio, c'est aussi rester à votre écoute** pour vous apporter des conseils personnalisés en magasins ou en ligne et faire évoluer notre offre en fonction de vos attentes. Le service et la proximité font partie intégrante de notre « **art de vivre bio** » !

Nous souhaitons que la bio que vous trouvez chez La Vie Claire vous permette de vivre mieux et vous donne tout naturellement l'envie de partager.

Grâce à nous tous et à notre belle passion commune, demain promet d'être encore plus bio, avec optimisme, naturalité et gourmandise !

La Vie Claire, l'exigence bio au-delà des normes.



Retrouvez votre magasin La Vie Claire le plus proche sur : lavieclaire.com ou service consommateurs : **04 72 67 80 08**



Informations nutritionnelles

« Manger et bouger font partie des plaisirs de la vie et peuvent vous aider, vous et vos proches, à rester en bonne santé. Par des choix judicieux, cela contribue aussi à vous protéger de certaines maladies. Le programme national nutrition santé propose des recommandations nutritionnelles tout à fait compatibles avec les notions de plaisir et de convivialité. Chaque famille d'aliments a sa place dans votre assiette, et ce quotidiennement. Tous sont indispensables pour assurer un équilibre nutritionnel, mais la consommation de certains doit être limitée tandis que celle d'autres est à privilégier.

Comment faire en pratique ? **Consommer au moins 5 fruits et légumes par jour**, qu'ils soient crus, cuits, nature, préparés, frais, surgelés ou en conserve ; **Manger du pain et des produits céréaliers, des pommes de terre et des légumes secs à chaque repas et selon l'appétit** (en privilégiant les aliments céréaliers complets) ; **Consommer 3 produits laitiers par jour** (lait, yaourts, fromage) en privilégiant la variété ; **Manger de la viande, du poisson (et autres produits de la pêche) ou des œufs 1 ou 2 fois par jour** en alternance ; penser à consommer du poisson au moins deux fois par semaine ; **Limiter les matières grasses ajoutées** (beurre, huile, crème fraîche, etc.) et **les produits gras** (produits apéritifs, viennoiseries, charcuterie, etc.) ; **Limiter le sucre et les produits sucrés** (sodas, boissons sucrées, confiseries, chocolat, pâtisseries, crèmes dessert, etc.) ; **Limiter la consommation de sel et préférer le sel iodé** ; **Boire de l'eau à volonté, au cours et en dehors des repas. Ne pas dépasser, par jour 2 verres de boisson alcoolisée pour les femmes et 3 verres pour les hommes** (2 verres de vin de 10 cl sont équivalents à 2 demis de bière ou 6 cl d'alcool fort). **Pratiquer quotidiennement une activité physique** pour atteindre au moins l'équivalent de 30 minutes de marche rapide par jour (prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur, préférer la marche et le vélo à la voiture lorsque c'est possible...). »

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR