

# L'Eau Vive

N°14 - Printemps 2008 - du 1<sup>er</sup> au 22 mars 2008

**L'Eau Vive**  
mon magasin Bio

AU printemps,  
l'éclosion  
des saveurs !

Promotions du 1<sup>er</sup> au 22 mars 2008



**BIOCLUB**

L'Eau Vive membre fondateur du réseau

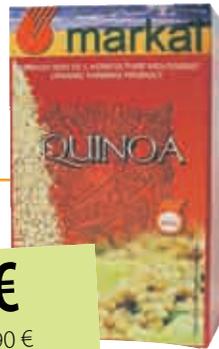


-20%

Haricots verts très fins.  
345g. AB.  
DANIVAL

Prix au Kilo : 9,97 €

**3,44 €**  
au lieu de 4,30 €



Quinoa.  
500g. AB.  
MARKAL

Prix au Kilo : 3,20 €

**1,60 €**  
au lieu de 1,90 €

Regard sur un producteur  
**Saveurs & Nature exalte  
le chocolat bio**

Il prétend en riant que du chocolat coule dans ses veines. Et l'on croit volontiers que cette passion lui est chevillée au corps : à l'Herbergement (Vendée), Jean-Michel Mortreau lui a voué sa reconversion professionnelle. Cet ancien responsable commercial, formé «sur le tard» aux secrets des fourneaux, a finalement créé sa chocolaterie, Saveurs et Nature, avec son épouse Valérie. Il met, depuis 2005, toute son inventivité dans des douceurs comme il ne s'en trouve plus.



Ses moulages de figurines de chocolat pour les fêtes, ses pralinés, ses fruits confits enrobés de chocolat, comme ses délices de miel, tous ne

contiennent que des ingrédients issus de l'agriculture biologique. Ils sont aussi préparés de main de maître : «Je passe mon temps à prendre des idées, à m'inspirer des conseils de chocolatiers ou pâtisseries MOF (Meilleur ouvrier de France). Et je défends la recette originelle du chocolat : pâte de cacao, sucre et beurre de cacao, mélangés et pressés ensemble (le «conchage») durant près de 70 heures. Aucun additif, aucune trace de pesticide».

Il est surtout très exigeant sur la composition de ses recettes. «Pour un chocolat affichant 70 % de cacao, explique-t-il, j'assure une teneur en beurre de cacao de 43 %, car c'est la partie la plus noble du chocolat, celle qui va le mieux restituer les saveurs. Les tablettes conventionnelles n'en contiennent que 10 à 15 % ! La différence de consistance et de goût est frappante : un chocolat riche en beurre de cacao vous donnera un craquant, une rondeur et une souplesse en bouche incomparables». Miam !



-20%

**1,69 €**  
au lieu de 1,88 €

Gressins au quinoa.  
120g. AB.  
PRIMÉAL

Prix au Kilo : 14,08 €

**1,27 €**  
au lieu de 1,41 € / 1,43 €

Gressins à l'huile d'olive,  
ou au sésame.  
120g. AB.  
PRIMÉAL

Prix au Kilo : 10,58 €

**4,82 €**  
au lieu de 6,03 €

Huile de colza vierge. 1 Litre.  
AB.  
BIOPRESS

Prix au Litre : 4,82 €



**NOUVEAU !!!**

**2,20 €**  
au lieu de 2,59 €

Mescia de petit épeautre de Haute-Provence.  
500g. AB.  
PRIMÉAL

Prix au Kilo : 4,40 €



-20%

Sauces tomates végétales :  
aux plantes aromatiques,  
ou au basilic.  
200g. AB.  
PROSAIN

Prix au Kilo : 8,20 €

**1,64 €**  
au lieu de 2,05 €



-20%

Polenta instantanée.  
Semoule de maïs précuit  
d'Italie.  
500g. AB.  
MARKAL

Prix au Kilo : 2,34 €

**1,17 €**  
au lieu de 1,47 €



**5,35 €**

Cloche chocolat noir\*  
(fritures à l'intérieur).  
110g. AB.  
SAVEUR ET NATURE

Prix au Kilo : 48,64 €



**5,35 €**

Calimero chocolat noir\*  
(fritures à l'intérieur).  
100g. AB.  
SAVEUR ET NATURE

Prix au Kilo : 53,50 €



**5,70 €**

Poisson chocolat au lait\*  
(fritures à l'intérieur).  
80g. AB.  
SAVEUR ET NATURE

Prix au Kilo : 71,25 €



**5,70 €**

Poule chocolat au lait\*  
(fritures à l'intérieur).  
100g. AB.  
SAVEUR ET NATURE

Prix au Kilo : 57,00 €



**5,70 €**

Œuf chocolat au lait\*  
(fritures à l'intérieur).  
100g. AB.  
SAVEUR ET NATURE

Prix au Kilo : 57,00 €

\*dans la limite des stocks disponibles



-20%



**3,28 €**

au lieu de 3,65 €

Pain de mie bis de Froment. 600g. AB. VITAMI

Prix au Kilo : 5,47 €



### Boissons végétales : le plein de minéraux

Elles sont un concentré de nature prêt à déguster, ou à cuisiner : les boissons végétales apportent toutes les vertus aromatiques et nutritives des céréales ou oléagineux qui entrent dans leur composition. Boissons d'avoine, de riz, de noisette, d'amande ou de soja (oléo-protéagineux), il en existe pour tous les goûts.

Elles sont souvent appelées «laits» à cause de leur couleur et de leur onctuosité, mais aussi pour la présence de protéines et leur enrichissement en calcium. Par exemple, pour le lait de soja bio SOY - cultivé en Haute - Garonne et garanti sans OGM - cet apport de calcium est fourni par une algue marine récoltée en Bretagne. Très riche en protéines végétales, cette boisson est recommandée aux personnes intolérantes au lactose, comme une alternative au lait de vache.

Les autres laits végétaux disponibles dans le réseau l'Eau Vive, sont souvent moins connus, bien que naturellement savoureux. Les qualités nutritionnelles de leurs ingrédients de base sont, elles aussi, renforcées durant leur fabrication, par exemple grâce à l'ajout de sel marin et d'une huile végétale neutre - de colza, ou de tournesol. Sans cholestérol, ni lactose et souvent sans gluten, ils peuvent ainsi être consommés comme des boissons de substitution en cas d'allergies, ou pour rééquilibrer une alimentation trop riche en produits d'origine animale.

Le lait d'avoine OATLY - dont le goût évoque un peu l'orgeat - contient ainsi des fibres utiles au transit intestinal. Le lait de riz a, lui aussi, la réputation d'être très digeste. Tandis que les laits de noisette, d'amande ou de riz ECOMIL affichent une bonne teneur en minéraux. Vous en prendrez bien un verre ?

**2,25 €**

au lieu de 2,80 €

Demi-baguettes saveur ou sésame à faire cuire chez soi. 2x225g. AB. LE FOURNIL DE L'EAU VIVE

Prix au Kilo : 5,00 €

**NOUVEAU !!! offre spéciale**

**2,25 €**

Biscuits P'tivi bio au chocolat noir ou au chocolat au lait. 150g. AB. LE MOULIN DU PIVERT

Prix au Kilo : 15,00 €



**2,88 €**

au lieu de 3,39 €

Thé vert Gunpowder nature. 100g. AB. DESTINATION THÉ

Prix au Kilo : 28,80 €



Cépages Café «Bouquet Bio» 100% arabica moulu. 250g. AB. DESTINATION CAFÉ

Prix au Kilo : 11,20 €

**NOUVEAU !!! offre spéciale**

**2,80 €**



Muesli croustillant pomme / cannelle. 500g. AB. FAVRICHON

Prix au Kilo : 7,14 €

**3,57 €**

au lieu de 4,47 €

-20%

**1,74 €**

au lieu de 2,05 €

Thé vert nature 20 infusettes. AB. DESTINATION THÉ

Soit 0,09 € l'infusette

### Pâtes à tartiner Perl'Amande



**4,77 €**

au lieu de 5,62 €

Tartinade de noisette. 300g. AB. PERL'AMANDE

Prix au Kilo : 15,90 €



**4,95 €**

au lieu de 5,84 €

Tartinade d'amande. 300g. AB. PERL'AMANDE

Prix au Kilo : 16,50 €



**5,05 €**

au lieu de 5,95 €

Tartinade d'orange et amande. 300g. AB. PERL'AMANDE

Prix au Kilo : 16,83 €

**NOUVEAU GOÛT !!!**

-12%



**1,54 €**

au lieu de 1,75 €

Biosoy vanille. 1Litre. AB. SOY

Prix au Litre : 1,54 €

**NOUVEAU !!! offre spéciale**

**2,89 €**

Nutriamande vanille, cacao. 1Litre. AB. EVERNAT

Prix au Litre : 2,89 €





-20%

Croque Tofou au curry et pavot ou aux algues de Bretagne. 2x100g. AB. SOY

Prix au Kilo : 12,25 €

**2,45 €**

au lieu de 3,06 €



**2,10 €**

au lieu de 2,39 €

Yaourt brassé nature. 500g. AB. BONNETERRE

Prix au Kilo : 4,20 €



Steaks hachés façon boucher. 2x125g. AB. BONNETERRE

Prix au Kilo : 15,00 €

**3,75 €**

au lieu de 4,24 €



Margarine 100% végétal. 250g. AB. BONNETERRE

Prix au Kilo : 8,48 €

**2,12 €**

au lieu de 2,50 €

-15%



Sojade, spécialité au soja. Fruits rouges. 2x100g. AB. SOJADE

Prix au Kilo : 6,10 €

**1,22 €**

au lieu de 1,44 €

-15%



**2,19 €**

au lieu de 2,58 €

Yaourts de brebis à la châtaigne. 2x150g. AB. LA BERGERIE

Prix au Kilo : 7,30 €



**1,79 €**

au lieu de 2,11 €

Yaourts de brebis nature. 2x150g. AB. LA BERGERIE

Prix au Kilo : 5,96 €

**2,52 €**

au lieu de 2,97 €



-15%

Salade de quinoa et châtaigne. 160g. AB. CARTE NATURE

Prix au Kilo : 15,75 €

-15%



**2,99 €**

au lieu de 3,55 €

Fromage La Brique au lait de vache du Vercors. 250g. AB. VERCORS LAIT

Prix au Kilo : 11,96 €



Fromage blanc faisselle au lait du Vercors. 6x100g. AB. VERCORS LAIT

Prix au Kilo : 6,33 €

**3,80 €**

au lieu de 4,25 €

La Cave de L'Eau Vive

Tous nos vins sont issus de raisins de l'agriculture biologique.



Domaine de La Nyonsaise Rouge 75 cL. Coteaux des Baronnie Rouge Cuvée 2004. 75cL.

Prix au Litre : 4,40 €

**3,30 €**

au lieu de 3,90 €

-15%



À DÉCOUVRIR !!

Domaine de Pierre d'Heilly et Martine huberdeau Bourgogne Côte Chalonnaise A.O.C. Rouge Cuvée 2004. 75 cL.

Prix au Litre : 11,33 €

NOUVEAU !!!

**8,50 €**



À DÉCOUVRIR !!

Domaine de Pierre d'Heilly et Martine huberdeau Bourgogne Aligoté Côte Chalonnaise A.O.C. Blanc Cuvée 2006. 75 cL.

Prix au Litre : 8,93 €

NOUVEAU !!!

**6,70 €**



À DÉCOUVRIR !!

Domaine St Jeoire Prieuré Vin de Savoie A.O.C. Blanc Cuvée 2006. 75 cL.

Prix au Litre : 6,00 €

NOUVEAU !!!

**4,50 €**



-20%

11,90 €  
au lieu de 14,90 €

**Ginseng BIO Force plus**

Force, Tonus et Vitalité !

Le Ginseng est cultivé depuis des millénaires en Chine et en Corée pour les vertus de sa racine : activité stimulante et revitalisante. Le PANAX GINSENG C.A. MEYER excellent tonifiant général grâce à ses précieux composants, améliore les performances physiques et intellectuelles. 1630 mg de racine de Ginseng Bio par ampoule.

1 ampoule par jour suffit  
20 ampoules de 15 ml. Certifié AB.  
PHYTONATURE

**Pack Minceur**

Programme minceur bio en 3 étapes.  
Étape 1 : 10 jours DETOX pour préparer l'organisme en le détoxifiant et en le purifiant.  
Étape 2 : 10 jours DRAINAGE pour affiner la silhouette.  
Étape 3 : 10 jours BRÛLEUR pour brûler les graisses.  
3 lots de 20 ampoules.  
Certifié AB.  
PHYTONATURE

**NOUVEAU !!!**  
**Pack Minceur 3 en 1**



23,95 €



10,81 €  
au lieu de 12,81 €

**Philaromal Probiotic**

Aide à renforcer la flore intestinale et à réguler naturellement le transit.  
Ferments lactiques naturels.  
20 sachets.  
1 sachet par jour.  
Certifié AB.  
DIETAROMA

**Triaction minceur 45 ans + zen**

Action silhouette : Grâce au CLA qui agit sur la modification de la composition corporelle en réduisant la masse grasse et en augmentant la thermogenèse dans le muscle.  
Action fermeté : En améliorant la tonicité musculaire, le CLA permet d'affiner la silhouette et de raffermir les tissus musculaires.  
Action bien-être : Grâce à l'action du Calcium, du magnésium, des vitamines D et B6 reconnues pour combattre le stress et l'irritabilité, troubles souvent associés à la ménopause.  
2x45 comprimés.  
PHYTOCEUTIC



11,83 €  
au lieu de 13,15 €

**NOUVEAU !!!**



**Triaction Minceur 45 ans +**

Action Anti-rétention d'eau : aide à drainer et à désengorger les tissus pour diminuer la sensation de gonflement de la silhouette ;  
Action Anti-stockage : aide à l'élimination des graisses.  
Equilibre hormonal : aide à compenser la carence oestrogénique.  
Flacon de 500mL.  
PHYTOCEUTIC

11,83 €  
au lieu de 13,15 €

**Nouveau :**  
**les colorations végétales LOGONA**

Une nouvelle gamme de soins colorants de chez Logona est en vente dans les magasins L'Eau Vive. Véritablement naturels, ils n'agressent pas la fibre capillaire ; au contraire ils l'enrobent et la gainent. Comme une lasure sur le bois, ils créent des nuances naturelles et riches. Ces colorations sont « semi-transparentes » et « semi-permanentes », elles colorent de plusieurs semaines à plusieurs mois, selon le type de cheveux.

Les soins colorants Logona permettent d'apporter des reflets (dorés, cuivrés, rouges), de couvrir les cheveux blancs de manière nuancée, sans effet racine, de foncer de 2-3 tons maximum en une seule application.

Certifié « cosmétique naturel contrôlé » par le BDIH, les soins colorants Logona sont à base de henné bio (issu d'un projet de commerce équitable, la ferme SEKEM en Egypte) finement moulu et mélangé à des extraits de plantes, des fruits et écorces diverses. De précieuses matières premières, comme les protéines de blé et l'huile de jojoba, soignent le cheveu durablement et en améliorent notablement la structure.

Ces colorations nécessitent parfois un minimum de conseils (notamment pour le choix de la nuance et du temps de pose) que vous pourrez obtenir auprès des vendeurs des magasins L'Eau Vive. Sachez également que Patricia Cleyet, coloriste professionnelle du service consommateurs de Logona, est à votre disposition pour répondre à vos questions par téléphone au 08 10 40 04 93 (coût d'un appel local).

L'Eau Vive propose également toute une gamme de produits coiffants et de shampooings Logona avec quelques produits spécifiques pour la coloration, comme le masque préparateur, le masque fixateur et les shampooings reflets pour prolonger la brillance du soin colorant.



15,40 €

Gamme de crèmes colorantes Logona



9,13 €

Gamme de soins colorants Logona

### l'espace Bien-être



Offre spéciale

**29,95 €**

au lieu de 31,95 €



#### Trousse minceur

Lot de 2 flacons d'huile de massage minceur. 2x100mL.  
+ 1 crème gommante au bouleau offerte. 20mL.  
WELEDA

**NOUVEAU !!!  
offre spéciale**

**16,65 €**



#### HYDRASTIM : Soin désaltérant pour peaux déshydratées

Labellisé bio, ce Gel hydratant à l'efficacité vérifiée est le complément d'hydratation indispensable à la peau. Le dessèchement est en effet l'une des principales causes du vieillissement prématuré de l'épiderme et de la perte de son éclat naturel. HYDRASTIM réhydrate durablement les peaux ternes et déshydratées. Gel non gras, il convient aussi aux peaux grasses ou mixtes.

Flacon de 50 mL.  
MELVITA



### Eco-Logis



**3,28 €**  
au lieu de 3,65 €



**5,95 €**  
au lieu de 6,72 €

**Nettoyant vitres**  
formule ultra concentrée à l'huile essentielle d'eucalyptus bio. Vaporisateur de 500mL.

**Citrus Magic nettoyant multi-usages**  
formule concentrée à l'écorce naturelle de citron bio. Bidon de 1 Litre.

ECODOO



**3,60 €**  
au lieu de 4,25 €



**Lessive liquide**  
concentrée au savon de Marseille. Sans tensio-actif, sans ethoxyle, sans lauryl, sans ether, sans sulfate, sans enzyme. Bidon de 1 Litre.

**Assouplissant lavande**  
formule concentrée. Bidon de 1 Litre.

LERUTAN

#### INFORMATIONS NUTRITIONNELLES :

- «Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour»
- «Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière»
- «Pour votre santé, évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé»
- «Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas»

[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

#### Les magasins du réseau L'EAU VIVE

**L'EAU VIVE - GRENOBLE**  
4, Place aux Herbes  
38000 GRENOBLE  
T. 04 76 42 33 02  
Lundi : 10h - 13h / 14h - 19h30  
Du mardi au vendredi :  
9h - 13h / 14h - 19h30  
Samedi : 9h - 19h00

**L'EAU VIVE - MEYLAN**  
3, Allée des Centaures  
Derrière CC Carrefour  
38240 MEYLAN  
T. 04 76 51 19 50  
Tous les jours : 9h - 19h30  
Samedi : 9h - 19h00

**L'EAU VIVE - ÉCHIROLLES**  
Centre Commercial Carrefour  
38130 ÉCHIROLLES  
T. 04 76 40 21 75  
Tous les jours : 9h - 20h  
Samedi : 9h - 19h30

**L'EAU VIVE - BRIÉ ET ANNONNES**  
Route Napoléon  
38320 BRIÉ ET ANNONNES  
T. 04 76 73 70 01  
Tous les jours :  
9h30 - 12h30 / 16h - 19h30  
Vendredi :  
9h30 - 12h30 / 15h30 - 19h30  
Samedi :  
9h30 - 13h00 / 16h00 - 19h00

**L'EAU VIVE - LYON 2**  
65, Rue Victor Hugo  
69002 LYON  
T. 04 72 40 02 24  
Tous les jours : 9h - 19h30  
Samedi : 9h - 19h00

**L'EAU VIVE - LYON 4**  
50 bis, Gde Rue de la Croix Rousse  
69004 LYON T. 04 78 27 93 96  
Lundi, mardi et jeudi :  
9h - 13h00 / 14h30 - 19h30  
Mercredi, vendredi : 9h - 19h30  
Samedi : 9h - 19h00

**L'EAU VIVE - LYON 6**  
58, Cours Franklin Roosevelt  
69006 LYON  
T. 04 37 24 10 22  
Tous les jours du lundi au samedi :  
9h - 19h30

**L'EAU VIVE - VILLEURBANNE**  
25, Rue Jean Bourgey  
69100 VILLEURBANNE  
T. 04 78 68 09 87  
Fermé le lundi  
Du mardi au jeudi :  
9h - 13h / 14h30 - 19h30  
Vendredi : 9h - 19h30  
Samedi : 9h - 19h

**L'EAU VIVE - SAINT ALBAN**  
118, Rue du Marocaz  
73230 SAINT ALBAN  
T. 04 79 85 13 73  
Tous les jours :  
9h - 12h30 / 14h30 - 19h30  
Vendredi : 9h - 19h30  
Samedi : 9h - 19h00

**L'EAU VIVE - ANNEMASSE**  
10, Rue de Genève  
74100 ANNEMASSE  
T. 04 50 87 09 88  
Tous les jours : 9h - 19h00  
Sauf lundi : 14h - 19h00

L'Eau Vive  
membre fondateur  
du réseau BioClub



[www.bioclub.fr](http://www.bioclub.fr)