

# DES LOGOS POUR SE REPÉRER

## Les produits bio sont contrôlés à tous les stades

Aux contrôles effectués sur l'ensemble des produits agroalimentaires s'ajoutent des **contrôles spécifiques à la Bio**, réalisés régulièrement par un organisme certificateur indépendant agréé par les pouvoirs publics.

## Pour reconnaître un produit bio, les repères sont sur les étiquettes !



Logo AB facultatif

Code de l'organisme certificateur, (obligatoire).  
Pour retrouver la liste des organismes certificateurs : [www.agencebio.org](http://www.agencebio.org)



Logo Bio Européen obligatoire sur les produits alimentaires préemballés d'origine européenne

CERTIFIÉ PAR FR-BIO-XX AGRICULTURE UE/NON-UE

Origine de la matière première agricole (obligatoire).  
• UE : Union européenne.  
• NON-UE : hors Union européenne.  
• Ou nom du pays lorsqu'au moins 98% des ingrédients en sont originaires.

Les logos bio indiquent que les produits sont 100% bio, ou, dans le cas des produits transformés, qu'ils contiennent au moins 95% de produits agricoles bio si la part restante n'est pas disponible en bio et est expressément autorisée.

# MANGER BIO À CHAQUE SAISON : LE BON CALCUL

 <b>PRINTEMPS</b>	Artichaut Asperge Cerise Concombre Fraise Légumes primeurs	 <b>ÉTÉ</b>	Petit pois Pomme de terre nouvelle Radis Rhubarbe	Abricot Aubergine Brocoli Courgette Figue Haricot vert Melon	Petits fruits rouges Pêche et nectarine Poivron Prune Tomate
 <b>AUTOMNE</b>	Betterave Blette Céleri Châtaigne Courge Fenouil	 <b>HIVER</b>	Potiron Poire Raisin	Agrumes Chou-fleur Chou rouge Endive Epinard	Kiwi Mâche Radis noir

## ET TOUTE L'ANNÉE

Ail Banane Carotte Echalote Noix Noisette Navet	Poireau Pomme Pomme de terre Salade Oignon	Produits laitiers, yaourt Viandes, volailles Oeuf Poisson d'élevage	Pain Produits d'épicerie Huiles Jus de fruits Riz, pâtes, céréales Légumes secs
---	--	--	--

## POUR EN SAVOIR +

Retrouvez les actus bio, les chiffres clés, des recettes, des vidéos, l'annuaire des professionnels de la Bio, etc. sur :



[www.agencebio.org](http://www.agencebio.org)

[www.facebook.com/AgricultureBIO](https://www.facebook.com/AgricultureBIO)

Et sur l'appli "La Bio en Poche"  
(disponible sur Appstore et Google Play)

# UNE RESPECTÉE

# + DES (CONCERNÉS)

# + DE TRÈS BONS PRODUITS BIO

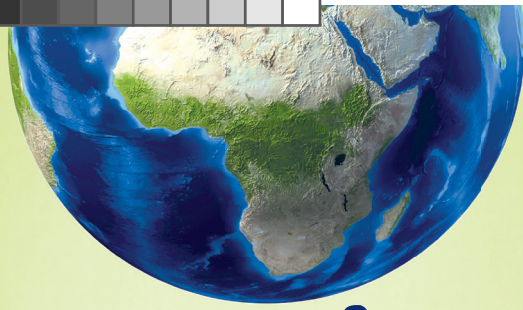


# = LA VIE EN BIO

l'agenceverte - imprimé sur papier recyclé avec des encres végétales • © Thinkstock • B-42







# LA BIO, UN + POUR MA PLANÈTE

## Une nature protégée

- Des sols vivants et fertiles.
- La préservation de la qualité de l'eau et de l'air.
- La protection de la biodiversité.

L'agriculture bio garantit la **non-utilisation de produits chimiques de synthèse et d'OGM.**

Elle apporte des solutions face au changement climatique.

## Des animaux respectés

- Un accès obligatoire des animaux au **plein air** et de l'espace pour se déplacer.
- Une **alimentation bio** principalement issue de la ferme.
- Des rythmes naturels respectés.
- Des **thérapies naturelles** utilisées en priorité pour les soigner.



## LA BIO, UN + POUR L'EMPLOI

- Une importante **source d'emplois**, avec un recours à davantage de main d'œuvre agricole.
- La création de **valeur ajoutée** pour la vie économique et sociale des territoires.

# LA BIO, UN + POUR MOI



Les aliments bio sont obtenus **sans exhausteurs de goûts, sans colorants ni arômes chimiques de synthèse.** L'utilisation d'additifs est très fortement limitée.

## Le saviez-vous ?

- **La non-utilisation de produits chimiques de synthèse** permet de consommer sans hésitation les produits à base de céréales complètes, ainsi que la peau des fruits et légumes bio.
- **Les vaches bio sont nourries essentiellement avec de l'herbe**, ce qui favorise une richesse naturelle du lait en Oméga 3.
- **En bio, les rythmes naturels sont respectés**, la croissance des animaux est plus lente, conduisant à des teneurs plus fortes en acides gras poly-insaturés dans la viande.
- **Il existe une très grande diversité d'huiles bio** : olive, tournesol, mais aussi colza, noix, noisette, pépins de raisin ou de courge, sésame, carthame, lin, cameline, amande, arachide...

Sources : Études AFSSA 2003, Food Standart Agency 2009, Université de Newcastle 2014, programme de recherche européen QLIF 2009.

LA BIO, AU CŒUR DU DÉVELOPPEMENT DURABLE, POUR LE BIEN-ÊTRE DES GÉNÉRATIONS FUTURES.

## UNE OFFRE RICHE ET DE QUALITÉ

Fruits et légumes, produits laitiers, viandes, volailles, œufs, pains, céréales, épicerie, huiles, condiments, boissons, poissons d'élevage...

## LES PRODUITS BIO PRÉSENTS DANS TOUS LES CIRCUITS DE DISTRIBUTION

À la ferme, sur les marchés, dans les magasins spécialisés, les supermarchés, sur Internet ou encore au restaurant.

Retrouvez tous les points de ventes et les animations bio près de chez vous sur [www.labiodes4saisons.eu](http://www.labiodes4saisons.eu) et l'appli mobile « La Bio en Poche »

