



BIOSUISSE

CALENDRIER  
SAISONNIER  
BIO SUISSE

## BOURGEON BIO. L'ÉQUILIBRE ENTRE L'HOMME, L'ANIMAL ET LA NATURE.

L'équilibre par le développement durable: le Bourgeon Bio offre à nos contemporains une qualité de vie élevée tout en préservant les ressources des générations futures. Pour ce faire, il impose à ses quelque 6000 producteurs et 800 preneurs de licence les directives Bio Suisse, qui comptent parmi les normes bio les plus exigeantes au monde. Celles-ci garantissent le bien-être des bêtes, favorisent la biodiversité et proscrivent l'usage de pesticides et d'engrais chimiques de synthèse.

## UN MEILLEUR ÉQUILIBRE GRÂCE À LA QUALITÉ BIO.

Les produits biologiques sont élaborés en harmonie avec la nature. Ils se développent de façon naturelle et ne sont pas génétiquement modifiés. C'est la raison pour laquelle ils apparaissent souvent sur les étals plus tardivement que les produits conventionnels. Seules les fermes appliquant rigoureusement les directives sont autorisées à arborer le label du Bourgeon. Si leurs produits portent en plus la croix suisse, 90% au moins des matières premières entrant dans leur composition sont d'origine helvétique. Mais le Bourgeon est également synonyme d'équilibre social et économique: la marque assure le succès de sa commercialisation en tenant compte des exigences sociales des employés et en instaurant une collaboration équitable entre paysans, fabricants et distributeurs. Enfin, pour maintenir durablement cet équilibre, des organes indépendants contrôlent chaque année l'intégralité de la chaîne de valeur.

## UN MEILLEUR ÉQUILIBRE GRÂCE AUX PRODUITS DE SAISON.

En prohibant tous produits chimiques et engrais artificiels par souci d'écologie, l'agriculture biologique préserve les êtres vivants, les sols, l'eau, l'air et le climat. Par ailleurs, elle favorise la biodiversité en aménageant des prés fleuris, des haies et d'autres espaces naturels similaires, et veille au bien-être animal en s'assurant par exemple que les bêtes passent le plus de temps possible dans les pâturages pour se nourrir d'herbe fraîche. Mais le respect des personnes et de leur droits, incarné dans des conditions de travail équitables, constitue également un élément central de l'agriculture bio durable et holistique telle qu'elle est pratiquée dans les exploitations du Bourgeon. En achetant des produits de saison, vous respectez l'environnement et en êtes immédiatement récompensé par une qualité irréprochable, un goût incomparable et l'agréable sensation d'avoir préservé la nature. D'une manière générale, les fruits et légumes poussant en Suisse à l'air libre ou dans des serres légèrement tempérées ne nuisent que très peu à l'environnement.

## UN MEILLEUR ÉQUILIBRE GRÂCE À UN STOCKAGE ADAPTÉ.

Les produits Bourgeon bénéficient d'un stockage adapté qui permet de préserver leur qualité. Conserver les fruits et légumes dans un endroit obscur, frais et humide permet de prévenir les effets néfastes de la lumière, de la chaleur et du dessèchement. L'utilisation de produits chimiques visant à ralentir le processus de maturation ou de vieillissement est prohibée.

## UN MEILLEUR ÉQUILIBRE GRÂCE AUX PRODUITS RÉGIONAUX.

L'équilibre, c'est aussi une distance réduite entre le champ et l'assiette. Renseignez-vous: il y a sûrement des fermes bio près de chez vous où vous pouvez vous procurer des fruits et légumes fraîchement récoltés. De nombreux producteurs proposent non seulement des denrées en vente directe, mais également de la restauration à la ferme. De même, les magasins bio spécialisés et le commerce de détail ne cessent d'élargir leur assortiment. Pour découvrir d'autres offres bio dans votre région, rendez-vous sur [www.fermebourgeon.ch](http://www.fermebourgeon.ch) ou téléchargez l'[appli fermebourgeon](#). La combinaison de tous ces critères sociaux et écologiques permet d'obtenir des produits Bourgeon sains, authentiques et savoureux, qui contribuent de façon précieuse à garantir la qualité de vie des générations futures.

Vous trouvez naturellement tout autour du thème bio sur ce site aussi: [www.bio-suisse.ch](http://www.bio-suisse.ch) et [www.legume.ch](http://www.legume.ch)

# Calendrier saisonnier Bio Suisse

LÉGUMES	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juill.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
Choux-fleurs					●	●	●	●	●	●	●	●
Haricots						●	●	●	●	●		
Brocolis					●	●	●	●	●	●	●	
Petit-pois						●	●					
Fenouil					●	●	●	●	●	●	●	
Choux rouges	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Choux blancs	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Pois mange-tout						●	●					
Ail	●	●						●	●	●	●	●
Choux-raves			●	●	●	●	●	●	●	●	●	
Côtes de bette			●	●	●	●	●	●	●	●	●	
Poireaux	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Rhubarbe				●	●	●						
Choux de Bruxelles	●									●	●	●
Asperges				●	●	●						
Céleris en branche				●	●	●						
Choux frisés	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●
Maïs								●	●	●		
Oignons	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
<b>POMMES DE TERRE</b>												
Pommes de terre printanières p. ex. Agata, Lady Cristl					●	●	●	●	●			
Pommes de terre de garde fermes à la cuisson, ligne verte	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Pommes de terre de garde farineuses, ligne bleue	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
<b>SALADE ET LÉGUMES À FEUILLES</b>												
Batavia			●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Chicorée	●	●	●	●							●	●
Chou chinois	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	●
Chicorée à feuilles rouges	●	●	●								●	●
Feuille de chêne, salade verte, laitue, laitue à couper			●	●	●	●	●	●	●	●	●	
Salade iceberg				●	●	●	●	●	●	●	●	●
Endives	●				●	●	●	●	●	●	●	●
Lollo			●	●	●	●	●	●	●			
Doucette	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Roquette			●	●	●	●	●	●	●	●		
Epinards			●	●	●	●	●	●	●	●		
Chicorée pain de sucre	●	●			●	●	●	●	●	●	●	●
<b>FRUITS LÉGUMIERS</b>												
Aubergines				●	●	●	●	●	●	●		
Concombres				●	●	●	●	●	●	●		
Courges	●							●	●	●	●	●
Poivrons						●	●	●	●	●	●	
Tomates					●	●	●	●	●	●	●	●
Courgettes					●	●	●	●	●	●		
<b>LÉGUMES-RACINES</b>												
Carottes	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Céleris-pommes	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Radis		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Betteraves	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Raifort				●	●	●	●	●	●	●	●	●
Radis noirs	●	●	●	●	●				●	●	●	●
<b>HERBES AROMATIQUES</b>												
Basilic						●	●	●	●			
Cresson			●	●								
Persil					●	●	●	●	●	●	●	
Ciboulette				●	●	●	●	●	●	●		
<b>FRUITS</b>												
<b>FRUITS À PEPINS</b>												
Pommes (précoces): summerred, gravenstein, primerouge, retina, galmac								●	●	●		
Pommes (tardives): cox orange, elstar, kidd's orange, rubinette	●	●							●	●	●	●
Pommes (de garde): ariwa, boskoop, braeburn, florina, gala, golden delicious, goldrush, idared, maigold, topaz, entre autres	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	●
Poires (tardives): trévoux, guyot, williams								●	●	●		
Poires (de garde): louise-bonne, conférence, empereur Alexandre/beurré bosc, packhams, uta	●	●	●	●				●	●	●	●	●
Coings										●	●	●
<b>FRUITS À NOYAUX</b>												
Abricots						●	●	●				
Cerises						●	●	●				
Mirabelles								●	●			
Nectarines							●	●				
Pêches							●	●				
Prunes								●	●			
Pruneaux								●	●			
<b>BAIES</b>												
Mûres							●	●	●	●		
Cassis							●	●				
Fraises					●	●	●	●	●			
Myrtilles					●	●	●	●	●			
Framboises						●	●	●	●	●		
Sureau								●	●			
Groseilles							●	●				
Canneberges							●	●	●			
Groseilles à maquereau							●	●				
<b>AUTRES</b>												
Kiwis	●	●	●							●	●	●
Raisin									●	●	●	●
Noix	●	●								●	●	●

**Remarque:** Le présent calendrier porte uniquement sur les produits d'origine Suisse. La disponibilité des différents produits peut varier en fonction des conditions climatiques. Le début, ou la fin d'une saison peut ainsi être avancée ou reportée de deux semaines au plus.