



## *energie citoyenne* *pour Saint-Junien*

Rassemblement autour d'un projet écologique, social et démocratique

- [Accueil – Actualités](#)
  - [Actualités](#)
  - [Vie du groupe](#)
  - [Calendrier](#)
- [Vie des Conseils](#)
  - [Comptes-rendus](#)
  - [Commissions municipales](#)
  - [Communauté de Communes POL](#)
  - [Commissions municipales 2020-2026](#)
  - [Commissions POL 2020-2026](#)
- [Élections municipales 2026](#)
  - [Notre programme](#)
  - [Nos candidats](#)
  - [Nos réunions publiques](#)
  - [Nos tracts et affiches](#)
  - [Nos vidéos](#)
- [Projets et Références](#)
- [Réflexions](#)
- [Le Jugement Majoritaire](#)
- [Contactez-nous !](#)
- [Recherche](#)
- [Connexion](#)

## [Manger local et de saison : pourquoi et comment ?](#)

écrit par Anne-Sophie Chazelle | 4 juillet 2022



Privilégier une alimentation provenant de notre environnement proche (de notre commune, département ou région), on en parle de plus en plus. Mais quel en est l'intérêt ?

### **Pour le consommateur :**

– Plus les fruits et légumes sont frais, récoltés depuis peu, meilleures seront leurs qualités nutritives et gustatives : des aliments venant de loin, passant des jours entiers dans des conteneurs ou des camions perdent ainsi l'essentiel de leurs qualités ;

– Savoir ce que l'on mange : en achetant directement au producteur, on peut connaître les conditions d'élevage (prenant en compte le bien-être animal par exemple) ou de maraîchage, et la question de la traçabilité n'est de fait plus un problème. Par la même occasion, on crée du lien social en rencontrant des producteurs vivant à côté de chez nous ;

– Ce peut être l'occasion de découvrir des variétés anciennes remises au goût du jour, ou des spécialités de la région où l'on se trouve.

### **Pour l'économie locale :**

– En achetant « local », on soutient le développement de l'emploi sur notre lieu de vie, on valorise les métiers et les savoir-faire agricoles tout en renforçant notre souveraineté alimentaire, et on réduit en partie notre exposition à l'instabilité des prix (voir l'exemple emblématique du pain de la Ferme des Sailles, au Vigen : [lien ici](#)) ;

- La consommation de produits locaux permet de préserver et garantir la richesse de nos terroirs, issue de notre histoire ;
- Le gaspillage alimentaire est évité : fruits et légumes hors calibres ou dits « moches » – qualifiés ainsi parce qu'ils ne correspondent pas à l'image stéréotypée que le consumérisme nous inculque – sont valorisés à juste titre alors qu'ils sont tout simplement inconcevables pour la grande distribution.

### **Pour la protection de l'environnement :**

- Avec peu de transports grâce aux circuits courts ou de proximité, mais aussi en mangeant « de saison » (par exemple pour ne pas chauffer des serres en plein hiver !), la dépense énergétique est moindre et le bilan carbone amélioré : la pollution est donc réduite ;
- Le suremballage nécessaire au transport long est évité ;
- Si, en plus, on consomme des aliments issus d'une agriculture biologique (labellisée ou non), alors on participe à la protection et à la préservation de nos écosystèmes.

### **Comment faire ?**

- Faire ses courses au marché : il existe plusieurs marchés réguliers dans notre communauté de commune, permettant d'y rencontrer de nombreux producteurs. Les commerçants non producteurs indiquent quant à eux assez souvent l'origine des produits vendus et il est possible de le leur demander ☐
- Les commerces de proximité (épiceries, boucheries, poissonneries...) limitent également le nombre d'intermédiaires et sont à même de nous informer ;
- Acheter directement à la ferme ou chez les producteurs de notre communauté de communes : voir le guide des producteurs ([lien ici](#)), disponible sur le site de la mairie de Javerdat... mais introuvable sur les pages internet de la POL et des autres communes ;

La chambre d'agriculture publie également la brochure [« Mangez vivez fermier – Haute-Vienne- édition 2022 » disponible à l'office du tourisme ou en ligne \(version 2021\)](#)

- Recourir aux points de vente collectifs ou aux ventes de paniers. Quelques adresses :

à [www.tourisme-hautevienne.com/decouvrir/gastronomie](http://www.tourisme-hautevienne.com/decouvrir/gastronomie)

à [www.fraisetlocal.fr](http://www.fraisetlocal.fr)

à [www.pensezlocal16.fr](http://www.pensezlocal16.fr)

– Enfin, les supermarchés ont généralement des espaces dédiés au local et proposent parfois des produits faisant l’objet de partenariats avec des producteurs locaux.

Manger local, ça n’a que du bon. Régalez-vous !

- [Conseil Municipal du 2 juin 2026](#)
- [Conseil municipal du jeudi 9 avril 2026](#)
- [Conseil Municipal du 21 mars 2026](#)
- [Réunion du Conseil Municipal du 5 mars 2026](#)
- [Saint-Junien mérite un débat !](#)

## Archives

Archives  ▼

## Méta

- [Connexion](#)
- [Flux des publications](#)
- [Flux des commentaires](#)
- [Site de WordPress-FR](#)

Rechercher

 🔍

- [Politique de confidentialité](#)
- [Sitemap](#)
  
- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)