



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](#)
 - [Commissions POL](#)
- [Départementales 2021](#)
- [Municipales 2020](#)
 - [Nos candidats](#)
 - [Vidéos de campagne](#)
- [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

à www.fraisetlocal.fr

à 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 !

Articles récents

- [Réunion du Conseil Communautaire P0L du 16 décembre 2025](#)
- [Réunion du Conseil Municipal du 9 décembre 2025](#)
- [Réunion du Conseil Communautaire P0L du 27 novembre 2025](#)
- [Faire du vélo à Saint-Junien... Une vraie gageure, un grand danger !](#)
- [Réunion du Conseil Municipal du 13 novembre 2025](#)

Archives

- [décembre 2025](#) (2)
- [novembre 2025](#) (3)
- [octobre 2025](#) (2)
- [septembre 2025](#) (1)
- [juin 2025](#) (6)
- [mai 2025](#) (1)
- [avril 2025](#) (2)
- [mars 2025](#) (3)
- [février 2025](#) (2)
- [janvier 2025](#) (1)
- [décembre 2024](#) (2)
- [novembre 2024](#) (4)
- [juin 2024](#) (3)
- [mai 2024](#) (1)
- [avril 2024](#) (2)
- [mars 2024](#) (3)
- [février 2024](#) (5)
- [décembre 2023](#) (1)
- [novembre 2023](#) (2)
- [septembre 2023](#) (1)
- [juin 2023](#) (1)
- [mai 2023](#) (2)
- [avril 2023](#) (3)
- [mars 2023](#) (1)
- [février 2023](#) (2)
- [janvier 2023](#) (1)
- [décembre 2022](#) (5)
- [novembre 2022](#) (2)
- [septembre 2022](#) (1)
- [juillet 2022](#) (3)
- [juin 2022](#) (3)
- [avril 2022](#) (2)
- [mars 2022](#) (2)

- [février 2022](#) (2)
- [janvier 2022](#) (2)
- [décembre 2021](#) (1)
- [novembre 2021](#) (2)
- [octobre 2021](#) (1)
- [septembre 2021](#) (1)
- [juin 2021](#) (1)
- [mai 2021](#) (2)
- [avril 2021](#) (3)
- [mars 2021](#) (5)
- [février 2021](#) (3)
- [décembre 2020](#) (2)
- [novembre 2020](#) (2)
- [octobre 2020](#) (3)
- [septembre 2020](#) (1)
- [juillet 2020](#) (1)
- [juin 2020](#) (6)
- [mai 2020](#) (1)
- [avril 2020](#) (1)

Méta

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

Rechercher

 🔍

- [Politique de confidentialité](#)
- [Sitemap](#)

- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)