



# LES NOUVELLES

DE LA BOULANGERIE-PÂTISSERIE

www.lesnouvellesdelaboulangerie.fr  
Retrouvez-nous sur facebook

N°1065 - 1<sup>ER</sup> AVRIL 2023

## Ressources alimentaires : des insectes dans nos assiettes ?



Pages 8 et 9

### Étude ALTARES

La France comptait  
33 469 boulangeries fin 2022

Page 10



### Programme de prévention

Les partenaires sociaux de la  
profession alertent sur les risques  
de troubles veineux

Page 12



### Conseils de professionnel

Travail des farines spéciales  
et adaptation des process

Page 32



 **MAPA**  
L'assureur dédié aux  
professionnels de l'alimentaire



Mutuelle d'Assurance  
de la Boulangerie

Sociétés d'Assurances Mutuelles à cotisations variables  
Entreprises régies par le Code des Assurances



Ma passion  
est entre de  
bonnes mains

Crédit photo : Gildas Raffenetel - Place Cliché - Tenue vestimentaire fournie par Bragard.

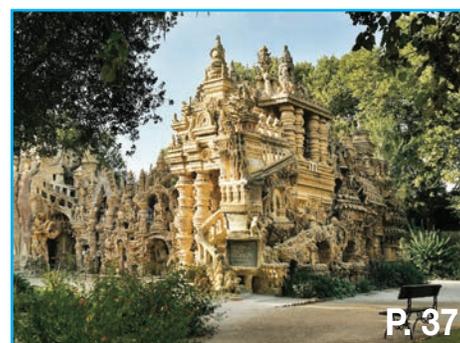
Alexis Daudin, boulanger-pâtissier à Seynod (74)

## **DOSSIER : Ressources alimentaires, des insectes dans nos assiettes ?**

**P. 8 et 10**



- **5** ÉDITO : La confiance en l'artisanat !
- **6** TENDANCE : L'hybridation des commerces
- **10-16** ACTUALITÉ DE NOS MÉTIERS : Exposition « Paris, capitale de la gastronomie, du Moyen Âge à nos jours »
- **18-22** DU CÔTÉ DE LA CONFÉDÉRATION : Boulanger de France, la marque à la portée de tous les boulangers
- **23-24** RECETTE INBP : Saint-honoré cheesecake et fruits rouges
- **25-28** CHEZ MOI, CHEZ VOUS : Des dîners solidaires pour valoriser les métiers de l'apprentissage dans le Bas-Rhin
- **29** CONSEIL DU JURISTE : Les congés des salariés parents
- **30** PORTRAIT : La Cistude, la boulangerie en duo
- **32** CONSEIL DE PRO : Travailler les farines spéciales
- **34** MOTEUR : Peugeot 408, inattendue sous tous les angles
- **36** SANTÉ : Et si ça venait du foie ?
- **37** ESCAPADE : Le fabuleux Palais du facteur Cheval
- **38** FAITES VOS JEUX : Test psycho...logique
- **35** PETITES ANNONCES



**MAPA**  
L'assureur dédié aux  
professionnels de l'alimentaire



Mutuelle d'Assurance  
de la Boulangerie

Sociétés d'Assurances Mutuelles à cotisations variables  
Entreprises régies par le Code des Assurances



Ma passion  
est entre de  
bonnes mains

# La confiance en l'artisanat !



© Frédéric Vielcanet

## **83 % des Français font confiance aux artisans !**

Un résultat qui arrive en tête du classement du baromètre du CEVIPOF, Centre de recherches politiques de Sciences Politiques, mis en valeur par CMA France la semaine dernière.

**Parmi les professions artisanales quelles sont celles en qui vous avez le plus confiance? Pour 75 % des personnes interrogées, la réponse a été: les boulangers-pâtisseries!**

**Les Français affichent à nouveau leur attachement sans faille à l'artisanat et à ses acteurs de proximité: une valeur sûre qui perdure malgré les crises!**

**Le pain est le symbole du lien social, de la proximité, de la praticité.** C'est un produit intemporel, malgré toutes les périodes qu'il a traversées (l'industriel, les attaques des années 1970 sur le mauvais pain, les nutritionnistes qui ont commencé à dire que le pain faisait grossir, qu'il contient trop de

gluten, trop de sel, etc.). Malgré cela, même si l'on en consomme moins, il reste indispensable. Et la crise a vraiment mis en valeur l'importance de la boulangerie artisanale car c'est un lieu rassurant, de proximité.

Je pense que chaque artisan boulanger doit communiquer au maximum, prendre le temps d'expliquer et de partager sa passion avec les consommateurs. **C'est ainsi que le thème de notre 26<sup>e</sup> Fête du Pain qui aura lieu du 13 au 21 mai sera « La boulangerie ouvre ses portes ».** Même si l'artisan bénéficie d'une vraie cote de confiance, en jouant la transparence et en communiquant auprès des consommateurs sur les ingrédients, les types de farine, il fera la différence et sa boulangerie restera le lieu privilégié pour acheter son pain. C'est tellement important d'expliquer notre savoir-faire artisanal, comment on fabrique ce que l'on vend, le rôle essentiel du personnel de vente sera mis en exergue!

Nous avons d'ailleurs emmené toute la filière avec nous pour soutenir le dossier des savoir-faire artisanaux et la culture de la baguette de pain (agriculteurs, meuniers, levuriers, équipementiers, boulangers, chercheurs, enseignants, experts, etc.). Elle représente le savoir-faire artisanal français avant tout, une filière forte avec des blés français de qualité en circuit court, un tour de main unique à chaque boulanger (pétrissage, fermentation, façonnage) et chaque baguette va être différente pour chaque région. **La force de la baguette, incluant le pain et le lieu de la boulangerie, c'est le lien social et culturel très fort:** c'est la baguette qu'on va chercher tous les jours, c'est la première course confiée

à un enfant, c'est le premier quignon qu'on lui donne à grignoter, c'est l'importance d'avoir une boulangerie à proximité de chez soi (entre sept à dix minutes de son domicile en moyenne en France). C'est un objet pratique à tenir en main, qui touche les cinq sens (du coup d'œil au moment de la croquer), elle est vivante... C'est aussi un produit magique, reconnu à travers le monde: des pains, il y en a partout, la baguette, elle, est française. Un village sans boulangerie est triste: ce lieu est culturellement très fort en France, c'est une animation, voire une sécurité.

Le pain est un aliment central du repas gastronomique à la française, ce repas est inscrit depuis 2010 au patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'Unesco.

Cette relation entre un peuple et « son » aliment est puissante et rare. Beaucoup d'entre nous ont commencé par s'y faire les dents. C'est souvent l'un des premiers achats dont on confie la responsabilité aux enfants. C'est un sujet de conversation sur lequel chacun a une anecdote à raconter. Son goût, sa texture, son odeur et son pouvoir rassasiant y sont probablement pour beaucoup, mais pas seulement. **Le pain véhicule des valeurs de partage et crée du lien.** Étymologiquement, le « copain » est celui avec qui l'on partage le pain.

Très confraternellement,

Dominique Anract  
Président de la CNBPF

## TENDANCE...

### • L'HYBRIDATION DES COMMERCES



Boire un verre de vin, déguster un café grand cru ou acheter du jambon en même temps qu'on achète son pain, telles sont les expériences que proposent de nouveaux commerces hybrides, boulangerie-boucherie-charcuterie, boulangerie-bar à vins ou encore pâtisserie-bar à cocktails... Des points de vente qui brouillent les frontières entre les secteurs et fusionnent les univers pour plus d'attractivité. Quelques exemples.

Le chef étoilé Jacky Ribault a ouvert une boulangerie-boucherie à Noisy-le-Grand où l'on peut trouver pains au levain naturel à fermentation longue, viandes maturées en provenance de petites coopératives d'éleveurs, viennoiseries au beurre cru, produits d'épicerie de fabrication artisanale... Une véritable ode à la gastronomie!

### • UNE DIVERSIFICATION DES ACTIVITÉS

Si les boulangeries-pâtisseries-salon de thé existent depuis longtemps, plus inattendues sont les boulangeries-pâtisseries servant des boissons alcoolisées! Ainsi, à Paris, *La Gueule enfarinée*, mi-bar à tireuses (bière, vin, cidre), mi-boulangerie propose aussi bien des goûters que des apéros avec tapas. À Nantes, *Painbar* conjugue aussi fournil, bar et restaurant. *Levain le vin* (Paris et Bordeaux) mise sur la fermentation à travers ses pains au levain mais aussi son bar à vins. Plus original encore, *BloMaid* (Blois) et *Les Commères* (Paris) sont des « bars à pâtisseries et cocktails » où le client peut siroter des cocktails en accord avec les desserts consommés.

La boulangerie *Ten Belles Bread* (Paris), quant à elle, sert des cafés de spécialité qu'elle torréfie elle-même. Enfin l'association boulangerie et boucherie-charcuterie est tendance: *Suzanne et Lucien* (Noisy-le-Grand), *Aux Co'pains gourmands* (Cloyes-les-Trois-Rivières), *Maison Sérange et Marchand* (Vichy) pour n'en citer que quelques-unes... L'intérêt de ces concepts? Gagner en attractivité à travers une offre large, voire complémentaire, apte à satisfaire les divers besoins des consommateurs, aux différents moments de la journée, dans un même lieu, le tout dans un esprit convivial.

Ludivine Lorient  
Centre de Ressources documentaires de l'INBP

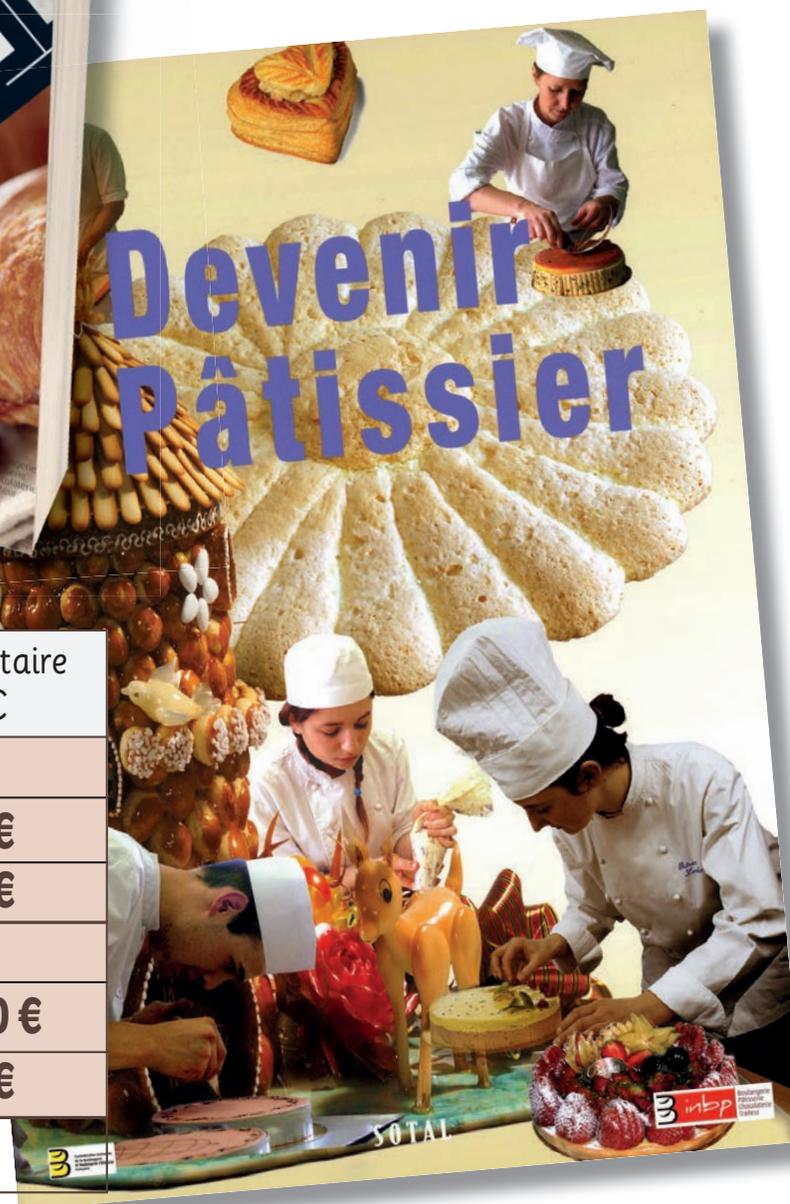


Souvent association d'artisans aux diverses spécialités, le commerce hybride bénéficie des talents de chacun pour davantage de créativité. Du partenariat d'un boulanger-pâtissier et d'un boucher-charcutier naîtra une gamme de savoureux pâtés en croûte et chaussons à la viande, tandis qu'une barmaid inventera des cocktails accordés aux gâteaux de son associée pâtissière.

# 2 OUVRAGES DE RÉFÉRENCE EN BOULANGERIE PÂTISSERIE



*Nouvelle Édition*



Tarif public - France Métropole	Prix unitaire TTC
<b>De 1 à 9 exemplaires</b>	
Livre Devenir Boulanger	<b>39 €</b>
Livre Devenir Pâtissier	<b>25 €</b>
<b>10 exemplaires et +</b>	
Livre Devenir Boulanger	<b>32,70 €</b>
Livre Devenir Pâtissier	<b>20 €</b>
<b>Frais de port : voir sur le site Internet</b>	

**Commandez les livres sur notre site  
et réglez en carte bleue**

**<https://www.lesnouvellesdelaboulangerie.fr/boutique/>**

# Ressources alimentaires : des

**Augmentation de la population mondiale, réduction des surfaces agricoles, réchauffement climatique, tensions sur les matières premières alimentaires ou énergétiques, préservation des ressources naturelles sont autant de problématiques et d'interrogations sur ce que sera notre alimentation de demain et l'accès des populations à cette dernière. Parmi les solutions étudiées, la piste des insectes fait partie des alternatives les plus sérieuses comme le démontre le règlement d'exécution 2023/5 de la Commission européenne autorisant la mise sur le marché de la poudre de grillons domestiques partiellement dégraissés en tant que nouvel aliment. Alors, serons-nous un jour tous insectivores ?**

Le 3 janvier dernier, la Commission européenne a autorisé la commercialisation d'une poudre de grillons domestiques (*Acheta domesticus*) partiellement dégraissés par l'entreprise vietnamienne Cricket One. Ce nouvel « ingrédient » pourra entrer dans la composition de nombreux aliments comme les pains et petits pains multicéréales, les biscuits, les pizzas ou encore les confiseries au chocolat (voir encadré). Cette décision fait suite à l'avis scientifique rendu par l'Autorité européenne de la sécurité des aliments le 23 mars 2022 dans lequel elle concluait « *que dans les conditions d'utilisation et les doses proposées, la poudre d'Acheta domesticus (grillons domestiques) partiellement dégraissés ne présentait pas de danger.* » Cependant, les conditions dans lesquelles la poudre de grillons domestiques pourra être utilisée sont strictement encadrées avec des doses maximales établies à 2 g pour 100 g pour les pains et petits pains



multicéréales, 3 g pour les barres de céréales, ou encore 5 g pour les substituts de viande.

D'autre part, les aliments contenant cette poudre de grillons domestiques devront être clairement étiquetés avec une mention d'avertissement à l'intention des consommateurs souffrant d'allergies aux crustacés, aux mollusques et aux

### **Poudre d'*Acheta domesticus* : quels sont les aliments concernés ?**

Les pains et petits pains multicéréales, les biscuits secs et gresins, les barres de céréales, les prémélanges secs pour produits cuits au four, les biscuits, les produits secs à base de pâtes farcies ou non, les sauces, les produits transformés à base de pommes de terre, les plats à base de légumineuses et de légumes, les pizzas, les produits à base de pâte, le lactosérum en poudre, les substituts de viande, les soupes et concentrés ou poudres de soupe, les en-cas à base de farine de maïs, les boissons similaires à la bière, les confiseries au chocolat, les fruits à coque et oléagineux, les en-cas autres que les pommes de terre frites et les préparations de viande, produits destinés à l'ensemble de la population.

# s insectes dans nos assiettes ?

acariens. Cette dernière devra apparaître dans la liste des ingrédients figurant sur l'emballage des produits, conformément à la réglementation européenne de 2011 concernant l'information du consommateur sur les denrées alimentaires, dite « INCO », et aux dispositions de l'article 9 du règlement de l'UE 2015/2283. Cependant, l'Autorité européenne de la sécurité des aliments a « *recommandé de poursuivre les recherches sur l'allergénicité d'*Acheta domesticus** ».

## L'avenir de l'Humanité

Ce recours aux insectes dans notre alimentation apparaît de plus en plus comme une nécessité dans un contexte d'épuisement des sols, de réchauffement climatique, de sécheresse récurrente et de surpopulation mondiale – plus de 70 millions de personnes viennent grossir chaque année la population mondiale qui atteindra 9 milliards d'individus en 2050. Pour rappel, selon les études officielles, près d'un milliard de personnes souffrent d'ores et déjà de faim chronique dans le monde. Face à cette situation, les plus grands organismes mondiaux défendent la piste « insecte » à l'instar de l'Organisation pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) qui la considère comme

une réponse possible à deux grands défis : « *nourrir l'humanité et préserver l'environnement en luttant contre le changement climatique* ». L'analyse est la même du côté de l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement (INRAE) qui souligne que « *les insectes ne seront pas la seule solution, mais ils pourront être un contributeur pour combler ce manque* », sachant que d'ores et déjà plus de 2,5 milliards d'êtres humains en consomment déjà en Asie, en Afrique et en Amérique du Sud. Il faut dire que la consommation d'insectes possède de nombreux bénéfices nutritionnels. Elle apporte des protéines, minéraux, oméga-3, fibres et est pauvre en graisse.

En plus de leur intérêt alimentaire et nutritionnel, les insectes sont aussi également de bons élèves d'un point de vue environnemental. « *Produire 1 kg de protéines d'insectes génère 100 fois moins de gaz à effet de serre que de produire 1 kg de viande de bœuf et requiert 200 fois moins d'eau et 100 fois moins de surfaces agricoles. Les insectes élevés dans des fermes verticales, sont nourris en valorisant des déchets végétaux et leurs déjections peuvent être épandues pour fertiliser les champs par*

*une économie circulaire vertueuse* », souligne Basile Laigre, co-fondateur de Ré-glo, une start-up spécialisée dans l'élevage d'insectes.

## L'avis des consommateurs

Reste maintenant à convaincre – pour ne pas dire convertir – les consommateurs notamment occidentaux peu habitués à ce genre de menu. En effet, selon un sondage CSA réalisé en janvier 2022, si 61 % des répondants s'estimaient non réfractaires à la consommation d'insectes, séchés, grillés ou encore transformés sous forme de farine par exemple, à l'inverse, 39 % affirmaient que les barrières psychologiques, sociales, sanitaires et culturelles étaient trop fortes et déclaraient ne jamais vouloir en consommer car « *c'est*

*dégoûtant!* ». Pour rester dans le domaine de la statistique, 24 % déclaraient en avoir déjà consommé, mais seule la moitié est prête à se laisser tenter de nouveau... Les réfractaires sont surtout des femmes (44 % contre 34 % des hommes) et les populations plus âgées (45 % des plus de cinquante ans). Les plus enclins à tester ou qui l'ont déjà fait ont un profil plus aisé (cadres, CSP+, revenus élevés) et sont aussi plus jeunes.

Pour rappel, actuellement, farine de protéine d'insectes et l'huile d'insectes sont déjà utilisées pour l'alimentation animale, comme les volailles et le porc, mais aussi les animaux de compagnie, ou encore l'aquaculture. Et ce n'est pas un poisson d'avril...

Loïc Corroyer

## Insectivores sans le savoir...

La consommation d'insectes n'est pas une nouveauté au sein de l'espace européen. Trois espèces étaient déjà autorisées dans la composition de certains aliments :

- Le ver de farine jaune (larve du coléoptère *Tenebrio molitor*) séché utilisé dans les barres de céréales, les pâtes, les imitations de viande ;
- Le criquet migrateur (*Locusta migratoria*), entier ou sans ailes ni pattes, congelé, séché ou en poudre utilisé comme snack et ingrédient alimentaire ;
- Les larves de cochenille broyées (*Dactylopius coccus costa*) à l'origine du colorant E120 de couleur rouge. On le retrouve notamment dans les yaourts aromatisés, fromage industriel aromatisé, crèmes glacées, confiseries, confitures, assaisonnements, soupes, chewing-gums, poissons fumés, ou encore les céréales du petit-déjeuner...

## Panorama

# La France comptait 33 469 entreprises de boulangerie en décembre 2022

Expert de l'information sur les entreprises, Altares vient de publier les tendances du secteur de la boulangerie. Ainsi, la France comptait 33 469 entreprises de boulangerie en décembre 2022, représentant 44 % des entreprises de l'agroalimentaire.

La majorité des boulangeries compte moins de 5 salariés. Seulement 2,6 % des boulangeries ont plus de 20 salariés. La totalité du secteur emploie 180 000 personnes au total en comptant les apprentis.

Pour la seule année 2022, 2 086 boulangeries ont été créées. Ce chiffre est légèrement en-deçà de celui de 2021 où 2 410 ouvertures avaient été enregistrées. Pour rappel, entre 2018 et 2022, ce sont plus de 11 000 boulangeries qui ont vu le jour!

En moyenne, le prix de cession moyen d'une boulangerie est de 214 893 €. Ces commerces se trouvent en 9<sup>e</sup> position du Top 10 des ventes et cessions de fonds de commerce.

Du point de vue économique, Altares estime que les trois



quarts des boulangeries ont une bonne capacité, 27 % sont à risque très faible et 10 % en risque sérieux. Ces chiffres ne doivent pas faire oublier le nombre de boulangeries entrées en défaillance en 2022 qui atteint 874. Ce dernier est en croissance de 124,7 % sur un an, soit une progression plus de deux fois supérieure à la moyenne nationale (49,7 %) et l'une des fortes augmentations sectorielles de 2022. En janvier 2023, le chiffre s'envole, et représente deux fois celui de

janvier 2020 (116 vs 58). Il faut vraisemblablement y voir les premiers effets de l'envolée des prix des énergies et des matières premières.

Enfin, en moyenne, les boulangeries paient leurs fournisseurs avec 12 jours de retard, ce qui place la profession dans la moyenne nationale.

### « Un poids lourd du commerce de détail »

« Pénurie de main d'œuvre, envolée du prix des matières premières, flambée de la facture énergétique... Le moral

est en berne en ce début d'année 2023 », constate Thierry Million, directeur des études Altares D&B avant de dresser un bilan en demi-teinte sur la situation de la profession à l'aune de ces données: « La boulangerie-pâtisserie pèse plus de 11 milliards d'euros de chiffre d'affaires, ce sont plus de 33 000 boulangeries, dont plus de 5 000 ont plusieurs établissements, autrement dit, un poids lourd du commerce de détail. Certes, 2022 a été plus compliquée. Le nombre de défaillances d'entreprises a explosé, mais reste encore sous son référentiel d'avant la Covid. Le nombre de créations recule après une très belle année 2021. Sur cinq ans, les créations compensent les fermetures, le secteur tient. Certains professionnels sont très fragilisés par l'explosion des charges, mais les trois quarts des magasins ont encore des fondamentaux solides. »

## Imposition

# Évolution de la taxe sur les véhicules de société

La taxe sur les véhicules des sociétés est désormais remplacée par deux nouvelles taxes:

- La taxe annuelle sur les émissions de CO2 qui repose sur un tarif en fonction soit

- du taux d'émission de CO2, soit de la puissance fiscale (selon la date de mise en circulation du véhicule);

- La taxe annuelle sur les émissions de polluants atmosphériques qui est déterminée en

fonction du type de carburant et de l'année de mise en service du véhicule.

La TVS est calculée de façon trimestrielle et dépend du nombre de véhicules possédés ou utilisés par la société

au premier jour de chaque trimestre, ou loués pour plus de trente jours au cours du trimestre.

# CAFÉ Croissant



Confédération Nationale  
de la Boulangerie  
et Pâtisserie  
Française



Dès l'ouverture de leur première boutique à Cahors, il y a quatre ans.

-5g de...  
-700g d'eau TB 60°C  
-120g d'eau pour bossinage

CAFÉ Croissant

qui étaient leur aspect.

puisque je crois qu'il y avait l'unanimité des jurés pour la 1ère place.

Guillaume Gomez était au rendez-vous pour rappeler l'importance du petit déjeuner

Quoi qu'il arrive, je vais passer mon CAP l'année prochaine et je verrai après.

Il divise sa pâte en pâtons de 320 grammes

gane BERNARDIN  
d'en faire d'autres, ça c'est certain.

Café Croissant votre émission web tu à retrouver sur les réseaux de la CNBPF

Tous les 2<sup>èmes</sup> mercredis du mois

Cette émission, tout comme le Journal les Nouvelles de la Boulangerie a pour objectif d'apporter des informations aux boulangers mais aussi d'être une fenêtre sur notre beau métier pour les futurs professionnels et enfin de sensibiliser les consommateurs sur la valeur de notre savoir-faire.



Chaîne youtube CNBF

## Santé

### Les partenaires sociaux de la profession lancent un programme de prévention des risques de troubles veineux

La problématique des jambes lourdes et les complications qui peuvent être liées constituent un enjeu de santé publique. Selon une Étude IFOP pour SIGVARIS GROUP France datant d'avril 2020, pas moins de 17 millions de personnes souffrent de problèmes veineux en France. En tant que professionnel de la boulangerie artisanale vous pouvez y être exposé en raison de la station debout prolongée et de l'exposition à la chaleur en laboratoire. Les partenaires sociaux lancent, dans le cadre de la complémentaire santé dont la gestion est confiée à AG2R LA MONDIALE, un programme de prévention des risques

de troubles veineux « Soyez en jambes pour votre santé ».

Pour vous proposer des actions de prévention et un accompagnement adapté à vos besoins, vous êtes donc invités à répondre en quelques minutes à une enquête sous forme de questionnaire simple, anonyme et sécurisé.

Pour participer, rendez-vous sur le site :

« <https://www.ag2rlamondiale.fr/conventions-collectives-nationales/ccn-boulangerie-artisanale/actions-prevention-menees-avec-la-ccn-boulangerie-artisanale/conseil-la-prevention-des-troubles-veineux> »



## Sécurité alimentaire

### Gilac innove en lançant la 1<sup>re</sup> gamme de caisses résistantes et durables en matière recyclée alimentaire

Comment garantir la sécurité alimentaire quand les denrées sont stockées dans des contenants en plastique ? En théorie, tout devrait être simple. Les professionnels de la restauration collective et commerciale, de l'agroalimentaire et des métiers de bouche doivent seulement demander à leur fournisseur un certificat d'alimentarité. Ce document obligatoire, à présenter en cas de contrôle sanitaire, atteste que leurs contenants alimentaires sont conformes à l'ensemble de la réglementation en vigueur en France et en Europe. Pourtant, la réalité est autrement plus complexe ! Prenons l'exemple du Bisphénol A (BPA), un perturbateur endocrinien interdit totalement en France de-

puis 2015. Comme la législation européenne est moins stricte, certains professionnels achètent des produits contenant du BPA sans le savoir... et sont ensuite sanctionnés lors des contrôles. Autre problématique, face à l'accélération du réchauffement climatique, les acteurs du secteur alimentaire cherchent des alternatives présentant le même niveau de performance et de praticité, tout en réduisant leur impact sur la planète.

Dans ce contexte, la PME française Gilac lance une véritable innovation : la première gamme de caisses résistantes et durables en polyéthylène haute densité recyclé (aussi appelé R-PEHD ou PEHD recyclé) alimentaire qui permet d'inscrire

les entreprises dans une dynamique de développement durable.

Aptes au contact alimentaire, et totalement conformes aux normes de sécurité alimentaires en vigueur, elles sont aussi pensées pour faciliter le quotidien et le travail des professionnels spécialisés dans l'alimentaire. Très résistantes et adaptées à un usage intensif, elles sont toutes équipées de poignées intégrées afin d'offrir une préhension facile et pratique.

Leurs dimensions (600 mm de longueur et 400 mm de largeur) respectent les standards du marché et leurs trois formats (25, 40 et 60 L) permettent de répondre à tous les usages.



Elles conviennent à un format quart de palette ou à un socle rouleau pour faciliter et optimiser les livraisons et sont empilables et emboîtables.

De plus, fabriquées en France, ces caisses présentent des avantages indéniables car elles sont durables, recyclées et recyclables, et il est également possible de les personnaliser avec les logos des clients.

Pour en savoir plus :

<https://www.gilac.com/fr/226-gamme-recyclee>

# Un fonds d'action sociale pour soutenir et accompagner les salariés de la Boulangerie-Pâtisserie

**Vos salariés sont dans une situation difficile en raison de problèmes de santé affectant leur budget ?**

Votre complémentaire santé dédiée à votre profession, met à disposition un fonds social santé.

Ce fonds destiné aux salariés de la Boulangerie et Boulangerie-Pâtisserie intervient lors :

- d'un accident
- d'une hospitalisation longue
- de dépassement d'honoraires élevés
- d'une longue maladie ou encore d'un cancer.

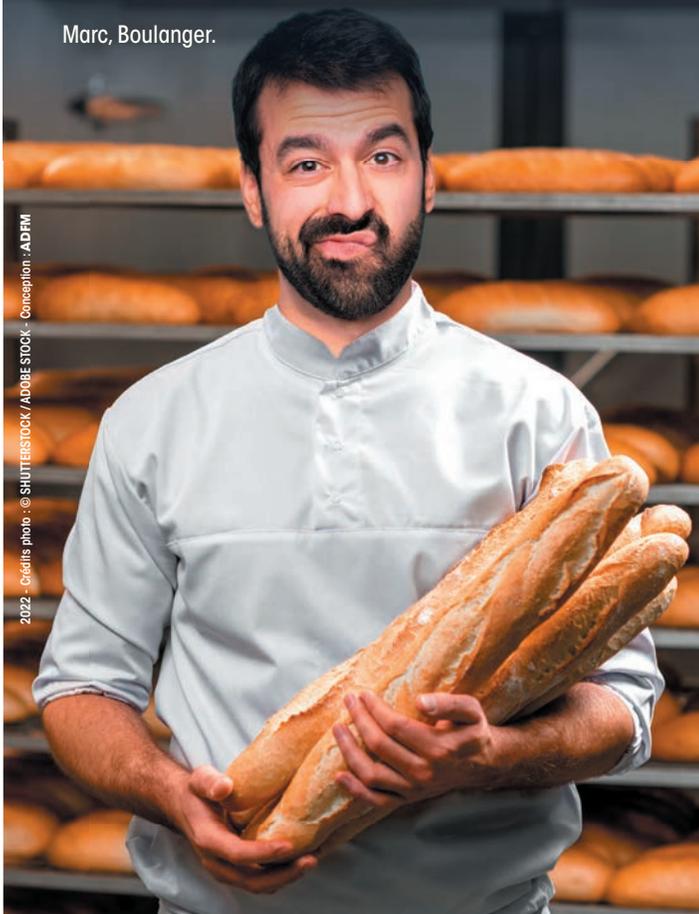
Ce soutien peut les aider à remédier à des dépenses de santé importantes, restant à leur charge après l'intervention de la Sécurité sociale et de leur régime complémentaire.

Pour plus d'informations :



## « Ma retraite ? Pourquoi y penser maintenant ? »

Marc, Boulanger.



2022 - Cédalis photo : © SHUTTERSTOCK / ADOBE STOCK - Conception : ADEPH

**Justement**, plus tôt vous vous y intéressez, mieux vous pouvez compenser la baisse de revenus au moment de partir à la retraite. Avec le Plan d'Épargne Retraite de Médicis, vous épargnez à votre rythme sans y penser. Le jour venu, vous percevrez, selon votre choix, une rente mensuelle versée à vie ou un capital, ou encore un mixte des deux solutions.



mutuelle-medicis.com

RETRAITE DES INDÉPENDANTS :  
PARLONS-EN, JUSTEMENT !



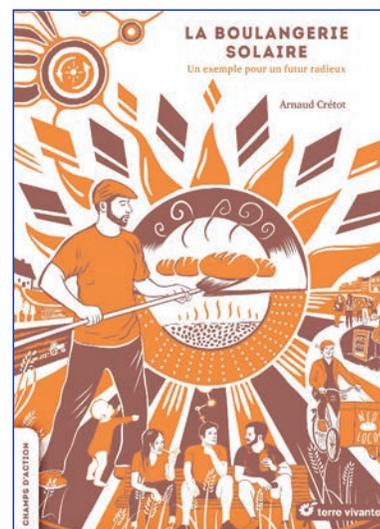
## Livre

# La boulangerie solaire : un exemple pour un futur radieux

En ces temps de crise énergétique gravissime, ce livre est une illustration concrète, réussie et reproductible d'une entreprise basée sur une énergie renouvelable et intermittente: le solaire. Ingénieur en thermique énergétique, Arnaud Crétot partage son parcours qui l'a amené à créer NeoLoco, la première activité de boulangerie-torréfaction solaire artisanale en Europe (Normandie). Partant de cet exemple, il avance que les solutions aux défis actuels sont sociétales et organisationnelles avant d'être techniques. Il montre que l'on peut diversifier l'agriculture et le commerce à l'échelle locale et remettre en cause le modèle économique en flux tendu.

Ainsi, à travers son expérience d'artisan solaire, il démontre qu'un autre modèle économique, énergétique et social, basé sur l'utilisation des énergies renouvelables intermittentes, sur la relocalisation des ressources et sur le low-tech, est possible.

Arnaud Crétot est ingénieur en



thermique énergétique et artisan boulanger-torréfacteur. Après plusieurs expériences professionnelles autour de l'énergie solaire, il crée NeoLoco en 2018. Il montre avec cette boulangerie-torréfaction artisanale et solaire qu'il est possible d'avoir une activité économique sobre et viable. NeoLoco emploie aujourd'hui 3 salariés.

La boulangerie solaire - Éditions Terre vivante - Coll. Champs d'action - 96 pages - 10 €

## Boissons chaudes

# Chicorée et épeautre, deux alternatives au café

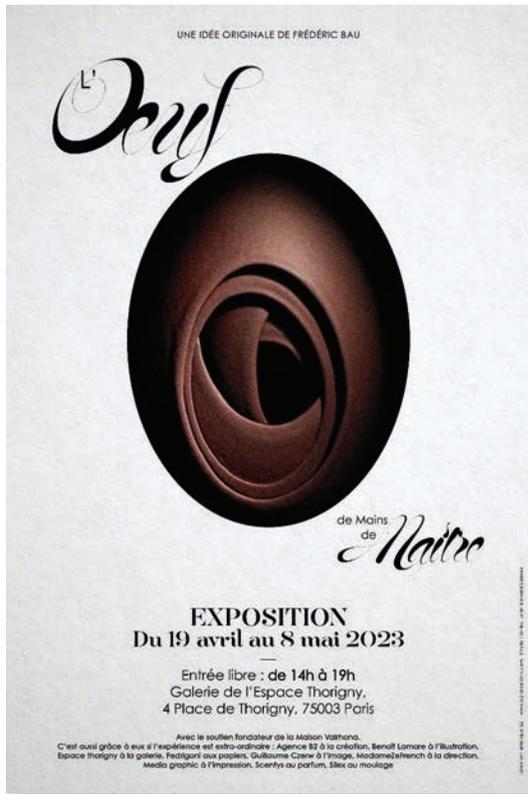
Le café est une des boissons les plus consommées dans le monde. Mais son goût ne plaît pas à tout le monde, et chez certains, il peut causer des remontées acides et, à cause de la caféine, entraîner des palpitations cardiaques, des maux de tête, de l'irritabilité, et aussi une accélération du transit intestinal.

Aromandise, entreprise française, propose deux alternatives sans caféine: la Chicorée torréfiée en infusettes Bio et l'Épeautre torréfié Bio qui possède de grandes qualités nutritionnelles et offre une boisson au goût malté.



**Exposition**

**L'œuf, de Mains de Maître**



Du mercredi 19 avril au lundi 8 mai 2023, les gourmands, les esthètes et les curieux, petits et grands, pourront (re)découvrir l'œuf sous toutes ses formes au sein de la galerie de l'Espace Thorigny, à Paris.

L'exposition « L'œuf, de Mains de Maître » met en lumière l'intelligence de la main à travers la matière chocolat. Impulsée par Frédéric Bau, explorateur pâtissier de la maison Valrhona depuis 35 ans, celle-ci mettra à l'honneur l'œuf, une source d'inspiration infinie pour les artistes et les artisans.

Seront présentées une cinquantaine d'œuvres en chocolat, en bois, en métal ou encore en céramique signées de chefs et artistes qui ont répondu à l'appel de ce projet collaboratif soutenu par Pierre Hermé et parrainé par le sculpteur chocolatier Patrick Roger.

Ingrédient emblématique des pâtisseries, objet de création in-

contournable à Pâques, l'œuf s'est imposé dans les laboratoires et les vitrines. Moulé, sculpté, décoré, patiné, fourré..., il est une source inépuisable d'inspiration dans l'art et l'artisanat. Symbole de l'origine, associé dans certaines civilisations à la naissance du monde et au renouvellement du cycle de la nature, il est la forme la plus pure, à la fois naturelle et design. Un objet rassurant qui appelle la caresse de sa coquille et peut s'habiller de tous les matériaux. Aux chocolatiers comme à tous les artisans collaborant au projet, Frédéric Bau souffle: « *Faites-vous plaisir! Sortez du cadre, osez offrir ce que vous êtes en dehors de toutes contraintes commerciales.*

*Exprimez-vous! Sublimez la matière!* » À vous visiteurs, il ne vous reste qu'à dévorer des yeux ces 52 œufs exceptionnels et uniques!

**ASPIRATEURS SPÉCIAUX FOUR BOULANGERIE**

Déjà plus de 7000 professionnels équipés en 15 ans !



**CS 63**

- ▶ Système anti-statique
- ▶ Accessoires pour eau, farines, poussières
- ▶ Cuve Inox 60l - 3000W
- ▶ 3 moteurs - 25 kg

**959 € HT** **PROMO**

avec kit four - port gratuit  
ou **570 € HT** sans kit four

**CS 20**

- ▶ Aspirateur magasin
- ▶ Accessoires pour farines, poussières (fonctionne avec sac)
- ▶ Cuve PVC 20l - 1150W
- ▶ 1 moteur - 10 kg

**179 € HT**

Aspirateur Magasin CS20  
**OFFERT**  
Pour l'achat d'un CS 63 FOUR



**CS 60**

- ▶ Système anti-statique
- ▶ Accessoires pour eau, farines, poussières
- ▶ Cuve Inox 60l - 2000W
- ▶ 2 moteurs - 23 kg

**845 € HT**

avec Kit four - port gratuit  
ou **499 € HT** sans kit four



**NOUVEAU** - Achat en ligne Aspirateurs et pièces détachées sur : [www.cs-concept-shop.fr](http://www.cs-concept-shop.fr)

**CS-CONCEPT**

cs.concept@wanadoo.fr - [www.cs-concept.fr](http://www.cs-concept.fr)  
1B rue des Herbiottes 21160 MARSANNAY (Dijon)  
Tél. 03 80 51 23 53 - Fax 03 80 31 66 20

## Exposition

# Paris, capitale de la gastronomie, du Moyen Âge à nos jours

C'est une véritable immersion culturelle dans l'histoire de l'art de la table à la française que propose le Centre des monuments nationaux à travers son exposition « Paris, capitale de la gastronomie, du Moyen Âge à nos jours », qui ouvrira ses portes du 13 avril au 16 juillet 2023, dans les murs de la Conciergerie de Paris.

Au sein de la salle des Gens d'armes qui servait de réfectoire à l'époque médiévale, cette exposition propose un voyage dans la légende gastronomique de la capitale française, depuis le Moyen Âge à nos jours. De mémorable banquet de Charles V, lorsque la cour résidait encore à Paris, jusqu'au succès contemporain de la capitale issue de son large et réputé répertoire culinaire, mêlant haute cuisine, traditions bourgeoises et populaires, et innovations.

Œuvres d'art, manuscrits, enluminures, menus originaux, mais aussi une sélection d'arts de la table, tableaux, créations culinaires, vidéos et photographies seront au service de cette rétrospective. Ces œuvres et objets sont issus des collections les plus prestigieuses institutions françaises et de nombreuses collections privées.

L'exposition débute par le rôle de Paris dans le rayonnement de la gastronomie française, avec une mise à l'honneur de la table médiévale dans l'écrin de la Conciergerie, précieux héritage du palais royal capétien.

Le parcours se poursuit par le « Ventre de Paris », titre tiré du fameux livre d'Émile Zola. Ici, c'est l'approvisionnement qui est mis en exergue, des Halles historiques jusqu'à Rungis. Une épicerie est également recréée afin de donner à voir



des productions franciliennes du champ à l'assiette avec ses métiers et son argot, mais aussi son terroir car la région continue d'avoir une production agricole avec des produits réputés comme les champignons de Paris, les asperges d'Argenteuil, les cerises de Montmorency, ou encore le brie de Meaux...

### **Le restaurant, une innovation parisienne**

Le visiteur est ensuite convié à découvrir le récit de l'invention du restaurant – innovation parisienne – et de son essor, du Palais Royal aux grands boulevards, puis au reste de la Capitale, en passant des grandes tables, à celles des bistrotts ou encore par les cabinets particuliers et le bouillon restaurant,

autant de lieux mythiques de la restauration parisienne.

Et que serait Paris sans ses légendaires créations pâtisseries et boulangeres? Du millefeuille au croissant, le Paris-Brest et la baguette, Paris peut se prévaloir d'avoir vu naître nombre de spécialités. Et d'avoir également vu naître Antonin Carême, « le roi des chefs et le chef des rois », comme la grande figure tutélaire de la pâtisserie moderne. Ainsi, une section de l'exposition est dédiée à la ville de Paris, indétrônable capitale du sucre et la boulangerie depuis le XIX<sup>e</sup> siècle jusqu'à aujourd'hui, mêlant gravures, décors, créations culinaires et vidéos.

Le parcours se conclut par une mise à l'honneur du Paris gastronomique comme carrefour propice aux échanges, aux

métissages et à la créativité.

La ville lumière, qui adopte un rôle d'arbitre des élégances culinaires, doit en effet l'opulence de son offre gourmande au reste de la France: les produits bruts qu'elle en reçoit, les restaurants de cuisine régionale qu'elle accueille, les mets dont ses épicerie fines abondent. Paris est aussi une « ville-monde » où se croisent et se renouvellent les influences venues d'ici et d'ailleurs. Ce dernier chapitre plongera également le visiteur dans le prestige gastronomique de Paris vu de l'étranger, à travers l'aura médiatique et culturelle dont jouit la Capitale.

Pour plus d'information, rendez-vous sur le site [www.paris-conciergerie.fr](http://www.paris-conciergerie.fr)



# ABONNEZ-VOUS

61 €  
par an

## En France :

recevez le journal (22 numéros et 2 suppléments techniques) et profitez d'un accès illimité au site des Nouvelles de la Boulangerie-Pâtisserie

76 €  
par an

## À l'étranger :

recevez le journal (22 numéros et 2 suppléments techniques) et profitez d'un accès illimité au site des Nouvelles de la Boulangerie-Pâtisserie

## Abonnez-vous sur notre site et réglez par carte bancaire

<https://www.lesnouvellesdelaboulangerie.fr/boutique/>

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

Code postal ..... Ville .....

Tél. .... Email .....

Coupon à renvoyer accompagné de votre règlement à :

Les Nouvelles de la Boulangerie-Pâtisserie,  
27 avenue d'Eylau, 75782 PARIS Cedex 16

## Web TV

### Café Croissant : L'émission de mars

Chaque mois, sur la chaîne YouTube de la Confédération Nationale de la Boulangerie-Pâtisserie Française, vous pouvez visionner Café Croissant, la Web TV dédiée à l'actualité de la profession. Ces émissions mensuelles constituent des supports d'information complémentaires au journal Les Nouvelles de la Boulangerie-Pâtisserie. Au programme de l'émission du mois de mars: l'accompagnement par Banque Populaire des boulangers pour faire face à la crise énergétique, la table ronde au salon de l'Agriculture sur les mesures de sauvegarde des savoir-faire artisanaux et la culture de la baguette de pain, la recette de la pogne de la « Maison Pascalis », et la fin de l'impression automatique des tickets de caisse.

**L'invité : Thomas Vassel, directeur du marché des professionnels Groupe BPCE** Banque Populaire, partenaire de la CNBPF, soutient les artisans boulangers-pâtisseries impactés par la flambée des prix de l'énergie. De fait, Thomas Vassel affirme que les Banques Populaires régionales s'engagent à contacter leurs clients boulangers-pâtisseries afin d'échanger avec eux sur leur problématique énergétique, de les informer sur les différents dispositifs d'aide mis en place par le gouvernement et de leur proposer des solutions en fonction de leur situation. Cet accompagnement personnalisé est couplé d'une communication régulière de Banque Populaire sur les différents portails Internet régionaux ainsi que sur leurs réseaux sociaux.



**Le reportage: une table ronde dédiée à la baguette au Salon de l'Agriculture**

Le Salon de l'Agriculture a ouvert ses portes du 25 février au 5 mars au Parc des Expositions de Paris Porte de Versailles. À cette occasion, une table ronde sur la thématique « Reconnaissance de la baguette à l'Unesco: et maintenant, le plan de sauvegarde » s'est tenue sur le stand de l'association Agridemain. Plusieurs professionnels du secteur sont intervenus, dont le président de la Confédération, Dominique Anract, qui a rappelé les mesures de sauvegarde qui permettront de pérenniser les savoir-faire artisanaux et la culture de la baguette de pain suite à sa reconnaissance au patrimoine culturel immatériel de l'Unesco le 30 novembre 2022. Le président cite les trois grandes catégories de mesures pour assurer cette prospérité: une première portant sur la transmission et la formation des professionnels, une seconde sur

la documentation et la recherche et la dernière dédiée à la promotion au travers d'événements.

**Le produit du mois: La pogne d'Antoine Pascalis**

Café Croissant nous fait découvrir la pogne, une brioche en forme de couronne originaire de Romans-sur-Isère dans la Drôme. Son nom fait référence à la poignée de pâte à levain prélevée par le boulanger de sa pâte à pain afin d'en faire une pâte à brioche en ajoutant les ingrédients manquants. Antoine Pascalis, cinquième génération de la boulangerie « Maison Pascalis », dévoile sa recette conçue à partir de farine, d'œufs, de sucre, de beurre, de levain, de sel et de parfum de fleur d'orange.

**La minute conseil: La fin de l'impression et distribution systématiques des tickets de caisse**

Pour clore cette émission, Delphine Mau, directrice juridique de la Confédération, a fait le point sur la fin de l'impression

et de la distribution systématiques des tickets de caisse. Dans le cadre de la lutte contre le gaspillage et les substances dangereuses pour la santé, l'impression automatique des tickets de caisse sera interdite dans les surfaces de vente et les établissements recevant du public. Les professionnels devront ainsi informer, par voie d'affichage à l'endroit où le paiement s'effectue, que l'impression du ticket se fait sur demande du consommateur. Certains types de tickets ne sont pas concernés par la loi. Les commerçants peuvent proposer l'envoi du ticket par voie dématérialisée (SMS, courriel, compte fidélité, QR Code) mais ne pourront l'imposer au client.

Retrouvez l'ensemble des émissions Café Croissant sur la chaîne YouTube de la Confédération Nationale de la Boulangerie-Pâtisserie Française « Confédération Nationale Boulangerie » ainsi que sur ses réseaux sociaux.

## Boulangier de France

# Une marque à la portée de tous les artisans boulangers

La marque Boulangier de France va être de nouveau valorisée par le biais d'une campagne TV et radio dès le 10 avril afin de renforcer sa visibilité et consolider la communauté des Boulangers de France.

Boulangier de France est une marque lancée par la Confédération Nationale de la Boulangerie-Pâtisserie Française en janvier 2020 dont le but est de valoriser les artisans boulangers qui respectent une série d'engagements contenus dans une charte de qualité. En effet, les artisans certifiés Boulangier de France assurent une fabrication maison de leurs pains et de leurs principaux produits de viennoiserie, pâtisserie et restauration boulangères. Ils s'engagent également en matière de bien-être et hygiène, d'accueil et accessibilité et de responsabilité sociétale.

Dans l'optique de sensibiliser les artisans à la marque et de la faire connaître auprès des consommateurs, la marque avait déjà fait l'objet d'une campagne publicitaire entre septembre et novembre 2020 avec des spots diffusés sur France 2, RTL et MYTF1. La communication s'est poursuivie dans les médias, sur les réseaux sociaux ou encore par le biais d'événements tels que les salons Européen et Sirha.

### Une campagne TV et radio

Trois ans après sa création, une nouvelle campagne publicitaire va permettre de remettre un coup de projecteur afin de conquérir de nouveaux adhérents et de renforcer la notoriété de la marque. Cette campagne se divise en deux parties :

- **Un publi-reportage** télévisé de 1 minute et 30 secondes diffusé sur sept chaînes régionales BFM (BFM Paris Ile-de-



© Boulangerie Lyse

France, Lyon, Lille, Marseille, Nice, Alsace et Normandie) du 10 au 19 avril. Quarante diffusions du spot sont prévues du lundi au dimanche entre 6h30 et 23h. Dans ce publi-reportage, un artisan certifié Boulangier de France est interviewé pour qu'il puisse partager sa vision de la marque. Un journaliste, en voix-off, complète cette interview pour introduire le reportage et conclure sur une valorisation de la marque.

- **Une campagne radio** de 30 secondes sur RMC. Huit spots seront diffusés uniquement le matin du 10 au 14 avril afin de cibler directement les artisans boulangers-pâtisseries.

Les Boulangers de France attendent cette campagne pour refaire parler de la marque et l'objectif est de partir à nouveau à la conquête des nouveaux adhérents, et de susciter l'attention

des consommateurs! Permettre aux consommateurs d'identifier immédiatement les boulangers engagés dans la démarche qualité Boulangier de France est en effet très important, tout comme resensibiliser les artisans boulangers-pâtisseries à rejoindre

les engagements de la marque. « *Cette charte de qualité représente l'excellence artisanale, elle est à la portée de tous les artisans-boulangers pâtisseries* », affirme le président de la Confédération Nationale de la Boulangerie-Pâtisserie Française, **Dominique Anract**.

Cette fois, nous disposerons d'un format publicitaire sur mesure laissant l'opportunité de s'exprimer sur un spot long : **40 diffusions du spot du lundi au dimanche, entre 6h30 et 23h, durant 10 jours sur 7 chaînes régionales BFM; BFM Paris Ile-de-France, BFM Lyon, Lille, Marseille, Nice, Alsace et Normandie.**

Également prévue, en parallèle, une campagne radio avec 5 jours de diffusion **du 10 au 14 avril de 8 spots de 30 secondes**. La publicité est un coup de projecteur, qui vise la notoriété de la marque, il est important de redonner une visibilité à Boulangier de France. Le tournage de la publicité a eu lieu dans le Vaucluse Boulangerie Lyse, chez Julien Samson, un défenseur de la marque depuis sa création.

### Les mot clés liés à notre marque

Savoir-faire / Produits de saison / Excellence / Artisanat / Fait-maison / Tradition/ Boulangerie artisanale / Engagements qualité / Charte de qualité / Transmission / Confiance / Passion/ Excellence artisanale / Proximité - Accueil / Accessibilité - Consommateurs

La notion de fierté est importante :

- Fiers de notre métier, fiers d'être Boulangier de France, reconnaissance de notre savoir-faire artisanal ;
- Indissociable la fabrication et la vente ;
- L'excellence, le fait-maison, souligné comme incontournables, les viennoiseries maison à valoriser ;
- Importance du fait-maison mais aussi d'autres engagements qui nous distinguent : écoresponsabilité, accueil, bien être...

## Partenariat

# Les boulangers et les pompiers mobilisés et solidaires

**F**in 2021, la Confédération Nationale de la Boulangerie-Pâtisserie Française (CNBPF), la Fédération nationale des sapeurs-pompiers de France (FNSPF) et l'Œuvre des pupilles orphelins et fonds d'entraide des sapeurs-pompiers de France (ODP) se sont associées autour de l'opération « Galette des rois » déjà menée par plusieurs départements. La FNSPF, présidée par Grégory Allione, regroupe plus de 285 000 sapeurs-pompiers et défend ainsi l'image, l'expertise, les droits et intérêts de la communauté des sapeurs-pompiers de France. Elle s'appuie sur son réseau associatif composé, au niveau national, de l'Œuvre des Pupilles Orphelins et Fonds d'Entraide des Sapeurs-Pompiers de France (ODP) et de la Mutuelle nationale des sapeurs-pompiers de France (MNSPF). La FNSPF et la CNBPF ont mobilisé leurs réseaux respectifs pour inciter les artisans boulangers à participer à l'opération depuis 2021.

### Le principe

La Confédération s'est engagée à promouvoir l'opération « Galettes des rois ». Cette opération de solidarité se tient entre mi-décembre et février et consiste, pour les artisans boulangers-pâtisseries participants, à reverser un euro à l'ODP pour chaque galette vendue. À noter cette année, l'opération « galettes », à la demande des élus, s'est voulue plus souple puisqu'elle a pu être menée sur toute la période de vente de galettes, ou sur une plus courte période (une semaine, un week-end, sur un événement en lien avec les sapeurs-pompiers locaux...) selon les possibilités des professionnels. Les dons générés ont été multipliés par deux entre 2021 et 2022!

### Solidarité, lien social, proximité

L'ODP est une association reconnue d'Utilité Publique qui a pour but d'assurer la protection matérielle et morale des 1432 orphelins et des familles des



Xavier Bordet, président de la Région boulangère Auvergne-Rhône-Alpes, participe à l'opération.

© Fédération nationale des sapeurs-pompiers de France

sapeurs-pompiers décédés, en service commandé ou non. Elle intervient sur tout le territoire français et auprès de tous les sapeurs-pompiers, qu'ils soient civils ou militaires, professionnels ou volontaires, aux personnels administratifs et techniques des Services départementaux d'incendie et de secours (SDIS), ainsi qu'aux

jeunes et anciens sapeurs-pompiers qui peuvent se trouver en difficulté. Les dons permettent ainsi de mettre en place diverses actions sociales : prime « premier secours » lors de la perte du conjoint, soutien à la scolarité, organisation de séjours vacances, dons d'ordinateurs, mise à disposition d'appartements...

La CNBPF, la FNSPF et l'ODP partagent des valeurs communes et se sont donc rapprochées afin de mettre en place un partenariat dont l'objectif est de collecter des dons pour l'ODP. Les trois organisations se sont engagées ainsi à promouvoir cette opération solidaire auprès de leurs réseaux respectifs.

Une affiche réunissant les deux professions préférées des Français, boulanger et pompier, a été apposée en boulangerie. Bravo à tous les artisans boulangers-pâtisseries pour cette mobilisation solidaire!

## L'application « Boulanger c'est un métier »

Retrouvez l'application « Boulanger c'est un métier » redesignée en 2022, téléchargeable sur l'AppStore et sur Android via Google Play.

Au sommaire, retrouvez toutes les grandes rubriques!

Des informations accessibles en colonne de gauche sont valorisées: Actualités, Réglementation, Économie, Formation et Orientation, Annuaire, Concours, Événements, Vidéos (Café-Croissant web TV, les vidéos issues de notre Chaîne Youtube...) et Communiqués.

Vous avez la possibilité de vous connecter avec un « Compte Adhérent » et également de retrouver les articles mis en Favoris. Téléchargez « l'appli » dès à présent !



© Josh Digital

# C'est la FÊTE DU PAIN !

26<sup>e</sup> édition

Du 13 au 21 mai 2023

## « La boulangerie ouvre ses portes »

La 26<sup>e</sup> Fête du Pain se tiendra du 13 au 21 mai 2023 sur le thème « La boulangerie ouvre ses portes ». Un thème à interpréter sous plusieurs angles puisqu'il évoque à la fois l'idée de proximité avec les consommateurs, de découverte des savoir-faire artisanaux en passant de l'autre côté de la vitrine et de transmission avec un secteur qui garde toujours la porte ouverte aux nouveaux talents.

### **Boulangerie et proximité**

En tant que premier commerce de proximité avec 12 millions de consommateurs chaque jour, la boulangerie est inséparable de l'image d'un lieu de sociabilité. Avec 35 000 établissements répartis sur le territoire, le secteur est on ne peut plus dynamique avec des commerces florissants, restés ouverts même pendant les périodes de confinement liées à la pandémie du Covid-19. Les Français vouent un attachement particulier à leur boulangerie puisque selon le 7<sup>e</sup> baromètre du centre-ville et des commerces de 2022 Institut CSA/Clear Channel, il s'agit du premier commerce qu'ils souhaitent avoir en priorité dans leur centre-ville. Faire connaître le savoir-faire, tel est le leitmotiv des vendeurs et vendeuses en boulangerie qui endossent un rôle charnière dans la valorisation des produits et la relation client. La confiance, le lien social tissé avec les boulanger(e)s et vendeurs(euses) constitue un critère primordial. En franchissant

la porte de leur boulangerie, les consommateurs souhaitent pouvoir compter sur l'accueil et les conseils personnalisés des professionnels, ce qui les incitera à revenir. Si les boulangeries sont ouvertes toute l'année, la Fête du Pain est l'opportunité pour les artisans de se rapprocher davantage de leur clientèle en proposant des animations en boutiques.

### **Découverte des savoir-faire artisanaux**

La Fête du Pain et ses événements ont de quoi satisfaire la soif de curiosité et permettent d'aller à la rencontre des artisans pour en apprendre sur leur quotidien, leur savoir-faire et leurs produits. Les boulangers-pâtisseries pourront organiser des portes ouvertes afin d'accueillir les publics et les écoles, de leur faire visiter la boutique, de leur proposer des dégustations mais aussi de les sensibiliser à l'excellence artisanale. Les groupements professionnels départementaux contribuent également à la célébration de la Fête du Pain par le biais de promenades gourmandes, d'ateliers de fabrication, de concours, de journées de rencontres avec des professionnels du secteur et bien d'autres événements encore. Partout en France, seront dévoilées les multiples facettes de l'univers boulanger aux petits comme aux plus grands. La récente inscription des savoir-faire artisanaux et la culture de la baguette de



© Christophe Dellere - EPI

pain au patrimoine immatériel et culturel de l'Unesco (30 novembre 2022) sera l'un des sujets piliers de cette édition. Les consommateurs pourront découvrir les secrets relatifs à la fabrication et la culture de ce produit emblématique notamment à l'occasion du concours national de la Meilleure Baguette de Tradition Française qui se tiendra du 15 au 17 mai sur le Parvis de Notre-Dame de Paris.

### **Boulangerie et transmission**

La boulangerie est aussi l'incarnation de la transmission des savoir-faire via des formations qualifiantes mêlant théorie et pratique notamment via la voie de l'apprentissage. Les entreprises de boulangerie-pâtisserie-chocolaterie-glacierie

arrivent en tête des entreprises alimentaires ayant formé le plus d'apprentis en 2019-2020 avec 31 230 apprentis selon les chiffres du baromètre de l'apprentissage de la CGAD. Les débouchés professionnels sont multiples et les perspectives d'évolution de carrière sont fréquentes : ouvertures de boulangeries, enseignement, opportunités à l'international... Les événements de la Fête du Pain contribuent à promouvoir les métiers de la boulangerie-pâtisserie et les formations dispensées.

En résumé, cette 26<sup>e</sup> édition est une invitation des artisans boulangers-pâtisseries qui ouvrent leurs portes pour une immersion dans les coulisses de la boulangerie sur fond de moments instructifs et conviviaux !

# C'est la FÊTE DU PAIN !

26<sup>e</sup> édition

Du 13 au 21 mai 2023

## Le pain ou l'expression du savoir-faire boulanger

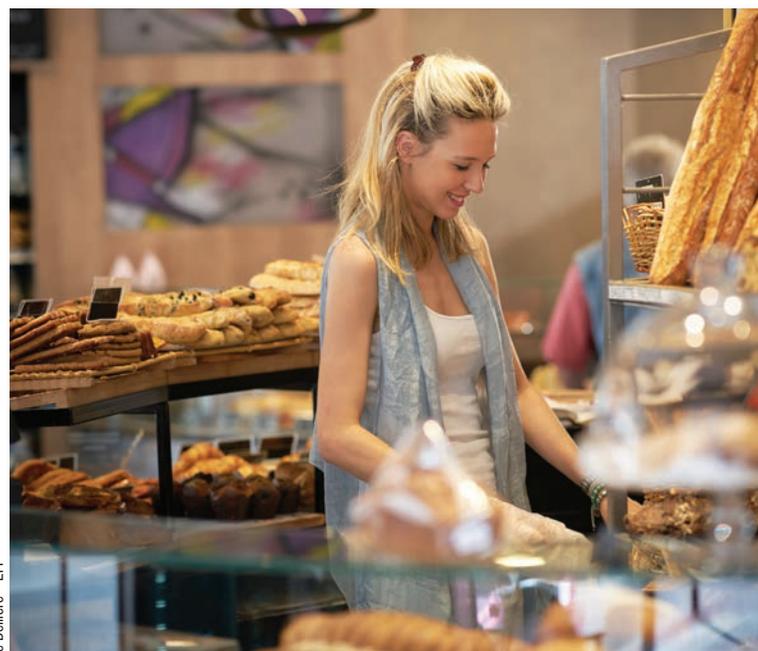
Chaque année la Fête du Pain rappelle l'importance qu'occupe le pain dans notre quotidien et le savoir-faire des artisans qui le confectionnent. Aliment ancestral, universel, simple en apparence, mais dont la fabrication se révèle bien plus complexe, tributaire d'une expertise propre à l'artisan. Le dosage des matières premières, le respect des différentes étapes de panification, la maîtrise de la cuisson... chaque geste compte. La rigueur se mêle à la créativité du boulanger pour proposer des déclinaisons à l'infini et cela commence dès le type de farine incorporé: de blé,

de maïs, d'orge ou encore de seigle, les variétés sont multiples et possèdent chacune leurs apports gustatifs et nutritionnels. Céréales, fruits secs, fromages... peuvent s'ajouter aux quatre ingrédients de base (farine, eau, levure et sel), de quoi satisfaire les goûts et les couleurs de tous les amateurs de bon pain. L'artisan réinvente aussi la forme: rond, allongé, plat, rectangulaire, en couronne, en boule... et apporte sa touche de décoration par ses coups de grigne et son tamisage. Sans omettre la pincée de passion du boulanger qui donne toute sa saveur au pain.



Aliment ancestral, universel, simple en apparence, mais dont la fabrication se révèle bien plus complexe, tributaire d'une expertise propre à l'artisan.

© Christophe Dellere - EPI



Les vendeurs(euses) en boulangerie incarnent l'image de l'établissement et constituent le premier contact avec les clients.

© Christophe Dellere - EPI

Joyau de notre gastronomie, le pain nous accompagne tout au long de la journée et orne nos tables du petit-déjeuner au diner. L'inscription des savoir-faire artisanaux et la culture de la baguette de pain au patrimoine culturel immatériel de l'Unesco en est la parfaite illustration. Avec plus de 6 milliards de baguettes qui sortent des fournils chaque année, elle fait partie des pains les plus consommés en France. Issue d'un savoir-faire unique qui inspire à travers le monde entier, la baguette s'est peu à peu hissée au rang de symbole et s'est ancrée dans nos habitudes de consommation. La Fête du Pain sera l'occasion de lui accorder une attention toute particulière, notamment à sa reconnaissance auprès de l'Unesco.

La Fête du Pain permet de rendre hommage à l'art de créer le pain, mais aussi de le vendre. Les vendeurs(euses) en boulangerie incarnent l'image de l'établissement et constituent le premier contact avec les clients. Ils sont garants de la valorisation des produits et tissent des liens de confiance avec les consommateurs qui peuvent toujours compter sur leurs conseils avisés. Aux professionnels de la boulangerie, s'ajoute une kyrielle d'acteurs de la filière (agriculteurs, meuniers, levuriers, équipementiers, chercheurs, enseignants, formateurs...) qui ont chacun leur valeur ajoutée dans la fabrication et la transmission des savoir-faire et valeurs véhiculées par le pain.



**Demain chez vous**

Douceur, légèreté et pointe d'acidité délicatement sucrée sont réunies dans ce gâteau gourmand et fruité.

# Saint-honoré cheesecake et fruits rouges

*Ce petit saint-honoré se compose d'une pâte feuilletée garnie d'un appareil à cheesecake, d'une ganache montée au fromage blanc et d'une compotée de fruits rouges. Il est surmonté d'un chou aux fruits rouges.*



## Petits gâteaux

### Saint-honoré cheesecake et fruits rouges

Pour 8  
saint-honoré

#### APPAREIL À CHEESECAKE

Fromage blanc 7 % de matière grasse	130 g
Jaune d'œuf	25 g
Sel	1 g
Sucre semoule	30 g
Maïzena	8 g
Crème 35 %	30 g
Gousse de vanille	1/2
Zeste de citron jaune	1/2
Blanc d'œuf	25 g

- Au batteur, à la feuille, mélanger le fromage blanc, les jaunes d'œufs, le sel, le sucre, la maïzena, la crème liquide, la gousse de vanille et les zestes de citron.
- Au batteur, au fouet, monter les blancs bien souples.
- Mélanger les deux appareils.
- Utiliser aussitôt.

#### COMPOTÉE DE FRUITS ROUGES

Pulpe de fraise	115 g
Cocktail de fruits rouges surgelés	100 g
Sucre semoule	35 g
Pectine NH nappage	6 g

- Dans une casserole, faire fondre la pulpe de fraise.
- Dans la pulpe froide, ajouter le sucre et la pectine préalablement mélangés.
- Porter à ébullition.
- Ajouter les fruits rouges décongelés et porter à ébullition.
- Débarrasser, filmer et laisser refroidir.

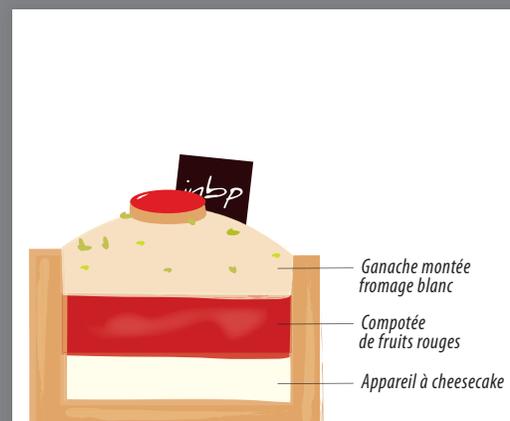
#### GANACHE MONTÉE FROMAGE BLANC

Gélatine poudre 200 bloom	2 g
Eau d'hydratation	12 g
Crème 35 %	37 g
Gousse de vanille	1/2
Lait	20 g
Chocolat blanc	37 g
Fromage blanc	50 g
Crème liquide	225 g

- Faire tremper la gélatine dans l'eau froide.
- Dans une casserole, porter la première partie de la crème, la gousse de vanille et le lait à 80°C.
- Ajouter la masse gélatine.
- Verser sur le chocolat blanc et le fromage blanc et mixer.
- Ajouter la deuxième partie de crème froide dans le premier mélange et mixer à nouveau.
- Filmer au contact et réserver au réfrigérateur jusqu'à ce que l'appareil redescende à 4°C à cœur.
- Au batteur, au fouet, monter la ganache jusqu'à obtenir une consistance onctueuse.
- Utiliser aussitôt.

#### MONTAGE

- Abaisser 550 g de pâte feuilletée à 2 mm d'épaisseur en un carré de 37 cm de côté.
- Détailler 16 disques de 9 cm de diamètre, puis évider 8 disques à l'aide d'un emporte-pièce de 6 cm de diamètre pour former des anneaux.
- Humidifier les disques pleins.
- Déposer les anneaux de pâte feuilletée, souder et laisser détendre.
- Plaquer les produits et disposer des cales de 3 cm à chaque angle de la plaque pour brider le feuilletage avec une plaque.
- Faire cuire environ 25 minutes au four ventilé à 175°C.
- Recouvrir les bords du feuilletage de dextrose.
- Faire caraméliser au four ventilé à 190°C, environ 5 minutes.
- Laisser refroidir, puis garnir les saint-honoré avec 30 g d'appareil à cheesecake.
- Cuire à 120°C durant 20 minutes et laisser refroidir.
- Réaliser une pâte à choux et dresser 8 petits choux de 3 cm de diamètre.
- Faire cuire au four à sole à 180°C, environ 25 minutes et laisser refroidir.
- Garnir chaque saint-honoré de 25 g de compotée de fruits rouges.
- Dresser une belle boule de ganache montée au fromage blanc.
- Garnir les choux de compotée de fruits rouges.
- Cuire un caramel rouge à 155°C et glacer les choux.
- Placer un chou au centre sur la ganache montée au fromage blanc et l'enfoncer légèrement.



**Nouvelle Aquitaine**

**● Charente-Maritime. Tout premier concours de la Meilleure galette charentaise**



Nicolas Aucher et les membres du Jury.

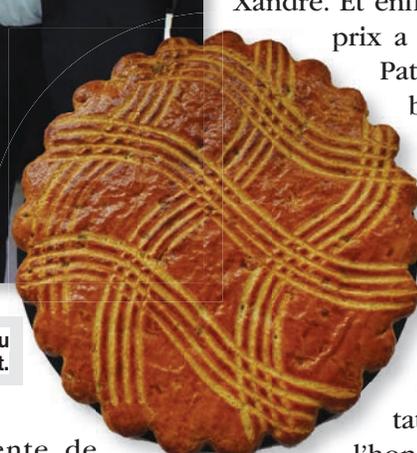
**L**es 5 et 6 mars 2023, s'est tenu le salon « Comptoir'pro et Fournil'pro » dédié aux cafés, bars, brasseries, hôteliers et, depuis 2022, aux boulangeries. Cette année, la Fédération de la Boulangerie de la Charente-Maritime, présidée par Olivier Neveu, a été sollicitée pour y installer un stand et organiser un concours. C'est ainsi qu'est né le tout premier concours départemental de la Meilleure Galette Charentaise 2023, une spécialité régionale vendue dans toutes les boulangeries qui se res-

pectent du département. En effet la galette charentaise est une valeur sûre dans sa boutique, un produit incontournable lors des mariages, des baptêmes, des communions et autres événements festifs. Cette galette ne manque aucune grande occasion et ne boude pas non plus les plus petits moments conviviaux quotidiens pour accompagner un café, un thé... Ainsi pour sa première édition, 22 candidats se sont inscrits... Les membres du jury, exceptionnels, étaient représentés par Sylvie Mar-

tin, présidente de la Chambre des Métiers et de l'Artisanat 17, Thierry Hautier, président de la Chambre de Commerce et d'Industrie 17, un ancien boulanger-pâtissier spécialisé dans les galettes charentaises à la biscuiterie de Beurlay, un cuisinier, et deux boulangers-pâtisseries, tout juste à la retraite qui ont l'habitude des concours. Après avoir mesuré, pesé les prestigieuses galettes, elles ont été goûtées,

jugées, appréciées... Les notations effectuées, le calcul des résultats a permis de mettre en lumière les trois meilleures galettes de cette première édition. Ainsi, le premier prix a été décerné à Nicolas Aucher de la boulangerie « Le Comptoir du Pain » à Meschers-sur-Gironde. Le second prix a été décerné à Samuel Coblard de la boulangerie « Le Binôme » à Saint-Xandre. Et enfin le troisième prix a été décerné à Patrice Tardiveau, boulanger à Montguyon. Nicolas Aucher, présent sur le salon au moment de l'annonce des résultats, a été mis à l'honneur, ovationné devant un public très chaleureux. Ému, il a pris la parole et a expliqué qu'il avait fait, il y a quelques années, une reconversion professionnelle en boulangerie-pâtisserie. C'est une bien belle preuve que lorsque l'on est passionné, on parvient à des consécration tout à fait inattendues et à être reconnu de sa profession mais surtout de sa clientèle. Bravo à lui pour ce très beau parcours.

La galette du lauréat.



## Nouvelle Aquitaine

### ● **Corrèze.** La meilleure baguette de tradition et le meilleur croissant au beurre sont à Brive !

**L**e mercredi 8 mars avait lieu la sélection départementale de la meilleure baguette de tradition et du meilleur croissant au beurre à la Chambre des Métiers de Tulle. Le lauréat de la meilleure baguette de tradition de Corrèze est Arnaud Schmitt, de « La Boulange Brune » à Brive. Lucas Tavares, de la boulangerie « La Mélodie des Saveurs » à Ussac, remporte la 2<sup>e</sup> place. Julien Blanché, de la boulangerie « La Figounette »,



à Argentat-sur-Dordogne est 3<sup>e</sup>. Du côté du concours du meilleur croissant au beurre, le podium est entièrement briviste, avec le gagnant Corentin Varré, de la « Boulangerie Berthe Brive », suivi d'Éric Collardeau, de la boulangerie « Bouquet de Pains », et de Maxime Chaminade, de la boulangerie « Chami Brive ». Les baguettes et croissants ont été apportés à l'Unité Locale de la Croix Rouge Française, à Brive-la-Gaillarde.

## Auvergne-Rhône-Alpes

### ● **Ardèche.** Foud'Ardèche, théâtre des sélections de la baguette, du croissant et de la galette

**P**our l'Ardèche, les concours départementaux eurent lieu le lundi 13 mars dans le cadre du salon Foud'Ardèche à la salle Lienhart à Aubenas, organisés par « Ardèche le Goût ». Le président du jury, Mickaël Neboit, vainqueur de l'édition 2022 pour la Meilleure Baguette de Tradition Française, était accompagné par Sylvain Dival, Dève Moulin, Yves Saunier et Laurent Serre, président de la Fédération de la Boulangerie-Pâtisserie de la Drôme.

Lors de la remise des prix, le Groupement Professionnel de la Boulangerie et de la Pâtisserie de L'Ardèche a tenu à remercier ses partenaires pour avoir généreusement doté tous les candidats de nombreux lots: Sélec Pro, Les Moulins du Bion, Minoterie Forest, Minoterie Rieubon, Délices et Créations, La Réserve des Saveurs, Les Marrons Imbert et la MAPA Assurances.



En présence de Jean-Yves Meyer, maire d'Aubenas, de Thierry Devimeux, préfet de l'Ardèche, du sous-préfet de Largentière, du député Fabrice Brun, des conseillères départementales, de Max Tourvielle, président de la Communauté de Communes du Bassin d'Aubenas, de la Région Auvergne-Rhône-Alpes, des Chambres consulaires, de l'Umih07 et du Parc naturel régional des Monts d'Ardèche.

#### Classement :

**Meilleure Baguette de Tradition Française 2023 :** 1<sup>er</sup> Sébastien Vareille, de la boulangerie-pâtisserie « La Châtaigneraie » à Saint-Sauveur-de-Montagut ; 2<sup>e</sup> Mickaël Feraton, de la « Boulangerie Feraton », à Saint Romain-de-Lerps, 3<sup>e</sup> Christopher Omont, de la boulangerie-pâtisserie « Maison Omont » à Le Teil.

**Meilleur Croissant au Beurre 2023 :** 1<sup>er</sup> Mickaël Feraton de la « Boulangerie Feraton » à Saint-Romain-de-Lerps ; François Issartel, de la « Boulangerie-Pâtisserie Issartel » à Vals-les-Bains ; 3<sup>e</sup> Christopher Omont, de la « Maison Omont » à Le Teil.

**Meilleure Galette aux amandes 2024 :** 1<sup>er</sup> Loane Hilaire, « Pâtisserie Carl Rechu » à Privas ; 2<sup>e</sup> Sébastien Courtial, « Boulangerie-Pâtisserie Courtial » à Vernoux, 3<sup>e</sup> Mattéo Thomas, « Boulangerie-Pâtisserie Nebois-Salel », à Chomérac.

**Grand Est**

**● Bas-Rhin. Un trophée remis à une apprentie boulangère à la soirée « Madame Artisanat Alsace 2023 »**

**B**elle soirée de l'artisanat au féminin et mise en lumière des femmes artisanes le jour même de la journée internationale des droits des femmes, le mercredi 8 mars. Orchestrée par Jean-Luc Hoffmann et toute l'équipe de la Chambre de Métiers d'Alsace, elle avait le privilège de compter pour « Mairaine » Josiane Chevalier, préfète de la région Grand Est et du Bas-Rhin.

Cette soirée a consacré Sophie Schultz au titre de « Madame Apprentie ». Sophie est apprentie, depuis ses 14 ans, au CFBS à Eschau et à la Boulangerie Michael Gramfort à Avenheim. Son

titre amplement mérité témoigne de son parcours remarquable. Comme indiqué par Joël Steffen, adjoint au maire de la Ville de Strasbourg en charge du commerce et de l'artisanat, « *il s'agit d'une démarche qui reste encore et toujours indispensable pour dire et redire, que non, il n'y a pas des « métiers d'hommes » et des « métiers de femmes », ni dans l'artisanat ni ailleurs!* ». La Fédération Patronale de la Boulangerie du Bas-Rhin adresse ses plus vives félicitations à toutes les lauréates qui valorisent leur place de femmes, cheffes d'entreprise, et qui contribuent à l'économie de proximité.



**● Bas-Rhin. Des dîners solidaires pour valoriser les métiers de l'apprentissage**

**L**es Fédérations artisanales alsaciennes ont coorganisé un événement convivial, le dimanche 5 mars, au profit de la valorisation des métiers par l'apprentissage. En effet, les 5 et 6 mars derniers, l'Alsace était le territoire hôte des Étoilés du Guide Michelin, et capitale de la gastronomie européenne. Une réelle opportunité exceptionnelle pour l'Alsace de faire rayonner sa gastronomie et son offre touristique à travers un programme d'expérience immersives et gustatives, originales et d'exception, organisées à l'attention des chefs étoilés. Le dimanche 5 mars, tous les chefs étoilés français – et pour la première fois, de nombreux



chefs étoilés européens – étaient présents à la cérémonie de « Révélation des Étoiles 2023 du Guide Michelin » or-

ganisée à Strasbourg pour célébrer la gastronomie française à l'international. En parallèle à cet événement, 4 dîners solidaires étaient organisés et proposaient le même menu au grand public, dans 4 territoires de la Collectivité européenne d'Alsace: Haguenau, Truchtersheim, Châtenois et Mulhouse. Cette soirée est organisée par la FADAL. Les bénéfices de la soirée sont dédiés à la promotion et la valorisation des métiers de l'apprentissage. Ces fonds vont contribuer à viser l'excellence, en facilitant la participation des jeunes apprentis à des concours dans les filières des métiers de bouche et de la restauration.

## Occitanie

### ● Gers. Ces professionnels gersois se sont surpassés

**L**e 7 mars à la Maison de l'Artisan du Gers s'est tenu le concours de la meilleure baguette de tradition et le concours du meilleur croissant au beurre. Huit candidats venus de tout le

département se sont affrontés pour le concours de la baguette et six pour le concours du croissant. Un jury, composé de professionnels de la Fédération des Artisans Boulangers et Boulangers-Pâtisseries du



Gers a départagé les candidats. Laurent Delmotte de « La maison des gourmandises » à Castelnau-d'Auzan, remporte la sélection de la meilleure Tradition. Franck Piccin de « La Tropicézienne » à Auch est 2<sup>e</sup>, suivi

d'Alois Capitan de « Chez Alois et Mallauray », à Nogaro. Franck Piccin, de « La Tropicézienne » à Auch, remporte le Concours du meilleur croissant, suivi de Laurent Delmotte et d'Alois Capitan.

## Bourgogne-Franche-Comté

### ● Haute-Saône. Une Assemblée générale rythmée par des échanges constructifs

**L'**Assemblée générale de la Fédération des Artisans Boulangers-Pâtisseries de la Haute-Saône, présidée par Bernard Zabée s'est déroulée le 6 mars à la mairie de Vesoul en présence de Michel Robquin, secrétaire général de la Préfecture, Jean-Baptiste Grenier,



DDFIP Pôle gestion fiscale, Damien Paroty, vice-président CMA délégation Haute-Saône. Après le rapport moral et le rapport financier, des échanges constructifs ont eu lieu dans le respect et la convivialité. Un verre de l'amitié est venu clôturer cette enrichissante assemblée boulangère.

## Nouvelle-Aquitaine

### ● Creuse. Gendarmerie et Boulangerie s'associent contre les escroqueries

**C**omme nous l'évoquions dans notre dernier numéro (15 mars, p. 26), le Groupement Départemental de la Gendarmerie et la Préfecture de la Creuse ont mis en place une campagne d'information à l'attention de la population creusoise au sujet des risques d'escroqueries et arnaques engendrés par Internet. Cette campagne est symbolisée par des sacs à baguettes sur lesquels des messages de sensibilisation sont portés au profit des concitoyens

et notamment des seniors, avec le logo de la profession boulangère. Le lancement officiel a eu lieu à la Boulangerie de Jérémy Tuton et son épouse à Chénérailles, en présence de Virginie Darpheuille, préfète du département de la Creuse, du Colonel Éric Cabioche du Groupement de la Gendarmerie de la Creuse, d'Emmanuel Gripon, président régional des artisans boulangers-pâtisseries de Nouvelle-Aquitaine, et de la presse locale (notre photo).





Par  
Delphine Mau  
Directrice  
juridique  
CNBPF

## Tout ce qu'il faut savoir sur...

# Les congés des salariés parents

La loi du 9 mars 2023 portant diverses dispositions d'adaptation au droit de l'Union européenne dans les domaines de l'économie, de la santé, du travail, des transports et de l'agriculture (dite loi « DDADUE »), publiée au Journal officiel du 10 mars, fait notamment **évoluer les congés parentaux afin d'assurer un meilleur équilibre entre vie professionnelle et vie privée, en mettant en conformité le Code du travail avec la jurisprudence européenne**. Ces modifications sont d'application immédiate.

### Maintien des avantages acquis

Le Code du travail garantit que le salarié a le droit de retrouver son poste précédent ou un emploi similaire de retour de congé de paternité et d'accueil de l'enfant (*C. trav., art. L. 1225-36*), de congé parental d'éducation (*C. trav., art. L. 1225-55*), de congé de présence parentale (*C. trav., art. L. 1225-64*) et de congé de proche aidant (*C. trav., art. L. 3142-22*). Toutefois, il n'apporte pas de garanties en matière de maintien des avantages acquis pour l'ensemble de ces congés.

Afin de se conformer à cette exigence introduite par la directive européenne (UE) 2019/1158, la loi « DDADUE » modifie le Code du travail et **introduit le maintien des avantages acquis par le salarié dans le cadre de ses congés** (cette disposition étant

d'ores et déjà en vigueur pour le congé de proche aidant et le congé de maternité).

### Congé parental d'éducation

Jusqu'à présent, le congé parental d'éducation permettait à un salarié de bénéficier d'un congé parental d'éducation afin de s'occuper de son enfant lorsqu'il avait au moins un an d'ancienneté dans l'entreprise à la date de la naissance de son enfant ou à la date de l'arrivée au foyer de l'enfant adopté (*C. trav., art. L. 1225-47*). La loi « DDADUE » met en conformité le Code du travail avec la directive européenne en décorrélant la condition d'ancienneté d'un an de la date de naissance ou d'arrivée de l'enfant au foyer. Désormais, **le congé parental est ouvert à tout salarié justifiant d'une ancienneté minimale d'une année dans l'entreprise** y compris si elle est acquise



après la date de naissance ou d'arrivée au foyer de l'enfant en cas d'adoption.

Par ailleurs, le Code du travail précise que la durée du congé parental d'éducation est prise en compte pour moitié pour la détermination des droits que le salarié tient de son ancienneté sans préciser qu'il s'agit d'un congé pris sous forme de congé à temps complet (*C. trav., art. L. 1225-54*).

Ainsi, la loi « DDADUE » vient clarifier le texte en précisant qu'il s'agit bien du **congé parental d'éducation à temps plein** qui doit être pris en compte pour moitié pour la détermination des droits que le salarié tient de son ancienneté. Elle ajoute que lorsqu'un salarié bénéficie d'un **congé parental d'éducation à temps partiel**, c'est la totalité du congé qui doit être assimilée à une période de travail effec-

tif pour la détermination des droits que le salarié tient de son ancienneté.

### Congé de paternité et d'accueil de l'enfant

Jusqu'à présent, le salarié qui bénéficiait d'un congé de paternité et d'accueil de l'enfant ne voyait pas cette période d'absence comptabilisée dans le calcul de son ancienneté, contrairement au congé de maternité par exemple. Désormais, la loi « DDADUE » précise que la **durée du congé de paternité et d'accueil de l'enfant est assimilée à une période de travail effectif** pour la détermination des droits que le salarié tient de son ancienneté (*C. trav., art. L. 1225-35-2*).

Pour tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à contacter votre groupement professionnel départemental.

# La Cistude, la boulangerie en duo

L'essentiel

Émilie et Nicolas Lambert fabriquent le Radillat ou pain béni berrichon, une recette très ancienne propre à leur région. Jadis, ce pain était béni pendant la messe. Il était ensuite découpé en petits morceaux et selon la tradition, distribué aux paroissiens qui le dégustaient à la fin de l'office. Aujourd'hui, il se mange toute la journée à toutes occasions.



À 42 ans, Nicolas Lambert dispose d'un parcours de formation accompli : CAP Boulanger, CAP Pâtissier connexe suivi d'un Bac Pro Boulanger, BTM en pâtisserie, le tout mené au CFA de Chateauroux. « Depuis tout petit, je parlais de devenir boulanger et cette idée ne m'a jamais quitté. Après mon BTM, j'ai fait quelques remplacements et, en parallèle, j'ai passé les unités de valeur nécessaires pour obtenir mon Brevet de Maîtrise dans les deux spécialités », indique l'artisan. Par l'entremise d'un professeur de CFA, le boulanger a la chance de vivre alors une expérience hors du commun. Il est parti en mission en Terre Adélie pour le compte de la base polaire Dumont-d'Urville, en Antarctique. Cette station scientifique française située sur l'Île des Pétrés est inaccessible 6 mois de l'année et isolée du reste du monde. Avec un stock de denrées censé tenir une année et un effectif qui peut monter jusqu'à 120 personnes, l'organisation est de rigueur.

## 18 mois sur la banquise

« Je suis arrivé sur la base en octobre 2004 comme boulanger-pâtissier et j'y suis resté 18 mois. Je n'avais pour travailler qu'un petit pétrin, un batteur et un four à 2 étages qui ressemblait plus à un four à pizza qu'à un four à pain. Au niveau farines, je disposais du strict minimum avec de la farine de blé classique et de la farine de seigle », se souvient Nicolas Lambert. Pains et baguettes, viennoiseries le weekend, pâtisseries une fois par jour, l'artisan met à profit toutes ses ressources pour maintenir le moral des équipes de scientifiques isolées du monde, avec les gâteaux d'anniversaire regroupés une fois par mois. En février 2006, il rentre en France pour s'installer avec sa compagne Émilie, qui est titulaire d'un CAP, d'une Mention Complémentaire et d'un BTM en pâtisserie. « Nous avons trouvé cette petite boulangerie de campagne à Luant (Indre), sur

la place du village. Au bout de 9 ans d'activité, nous avons souhaité acheter les murs. Mais faute de s'entendre sur le prix, en 2015, nous nous sommes déplacés de 300 m dans un grand local de 350 m<sup>2</sup> libre d'activité. » La Cistude, dans sa seconde version, ouvre avec un rayon multi-services, un labo boulanger et un labo pâtissier.

## Partisans de l'apprentissage

Fervents supporter de l'apprentissage, les artisans ont formé depuis leur installation 25 jeunes en alternance. « Nous travaillons en duo avec 2 ou 3 apprentis BP, en fonction des années. Ce n'est pas tous les jours facile. C'est tout juste si on ne s'envoie pas des textos d'un labo à l'autre », indique Nicolas Lambert.

À la Cistude, le pain courant reste très demandé sous toutes ses formes. La baguette de Tradition Grand Siècle trouve peu

à peu sa clientèle, tout comme la baguette épeautre et céréales. Nicolas Lambert a fait le choix du format baguette pour ses spéciaux, comme la baguette aux graines ou celle aux graines de sésame. Il propose également la 1830, une Tradition Label rouge à la semoule de maïs du moulin Roche (Allier) et le weekend, un gros pain de 6 à 8 kg à la mie crème, vendu à la coupe. Sur la pâtisserie, la carte bouge en permanence avec une gamme de pâte à choux – éclairs, glands, paris brest – et une gamme de tartelettes et de petits entremets. « Émilie fait aussi des éclairs modernes avec des crèmes passion, fraise, framboise et elle est spécialiste des wedding cakes et des gâteaux à étages. Mais nous restons sur des tarifs raisonnables car nous sommes à la campagne », détaille Nicolas Lambert.

Pour venir à l'appui de l'activité boulangère, le couple d'artisans a développé un rayon complet multi-services avec relais bancaire du Crédit Agricole pour les retraits d'espèces et un point presse pour le quotidien *La Nouvelle République*. Les clients peuvent à tout moment acheter des produits locaux – chèvre valençay, lentilles vertes du Berry, miel d'apiculteur, pâte à tartine bio – mais aussi se dépanner en produits de crèmerie, boissons, conserves, piles ou produits d'hygiène. Lauréat 2023 des Trophées de l'apprentissage de la CMA, pour son implication dans la filière de formation, Nicolas Lambert est également jury d'examen et conseiller école entreprise du CFA de Chateauroux.

Frédéric Vielcanet

# NOUS N'AVONS QU'UNE SEULE IDÉE EN TÊTE...

## UNE LEVURE 100% FRANÇAISE !

IL EST BEAU

IL EST SAIN

IL EST BON



Votre client fait confiance à votre savoir-faire français, alors faites confiance à la France pour votre levure avec **Lesaffre**. Les seules levures certifiées « **Origine France Garantie** ».



DEPUIS  
10 ANS!



**LESAFFRE**  
**PANIFICATION FRANCE**  
103 rue Jean Jaurès  
94704 Maisons-Alfort Cedex  
Tél. 01 49 77 19 36  
[www.lesaffre.fr](http://www.lesaffre.fr)  
RCS N° 678.503.277



**LESAFFRE**

## Travailler les farines spéciales

Ingrédients majeurs en boulangerie, les farines sont de plus en plus variées sur le marché. Face aux attentes du consommateur, en quête de bienfaits nutritionnels, naturalité et proximité, les meuniers ont dû développer leur offre, de la farine premium aux farines issues de céréales anciennes, parfois de filière locale ou biologique et souvent sans correcteurs. De même, le boulanger doit savoir travailler ces diverses farines. Les conseils des **formateurs de l'INBP**.

### Adapter le process aux diverses farines

L'incidence de la technique culturale sur la qualité de la farine n'est pas à démontrer. Par exemple, une culture biologique aura moins d'apport azoté qu'une culture conventionnelle. De fait, les farines biologiques auront tendance à être moins riches en gluten. Elles toléreront moins les pétrissages poussés et les apports d'autres matières premières. Pour des produits riches en beurre et/ou en sucre, il est conseillé d'utiliser des farines biologiques issues de blés biologiques de force ou de renforcer la recette avec du gluten biologique ou de l'acérola.

Pour des cultures plus marginales (autres céréales bio, variétés anciennes, blés locaux), il sera plus difficile d'avoir une régularité de farine sur l'année ou d'une moisson à l'autre. Il est conseillé d'utiliser des farines avec du plancher et de ne surtout pas travailler par habitude car à chaque lot de farine, il faudra adapter son travail : recette, pétrissage... En comparaison de celle sur cylindre, la mouture sur meule de pierre donnera des farines avec un type rarement inférieur au T80, des farines plus sèches avec plus d'amidons endommagés. Ces farines auront un fort taux d'hydratation et une prise de coloration plus rapide au four. En optant pour des farines T 80, 110 et 150 pour le blé, T130 et 170 pour le seigle,



vous offrirez plusieurs avantages nutritionnels. En effet, les enveloppes apportent des fibres qui facilitent le transit intestinal. La satiété est également améliorée. Il convient d'être vigilant car la richesse minérale doit être assimilable. Pour ce faire, il faut augmenter l'acidité du milieu pâteux. Une longue fermentation et/ou une panification avec un apport de levain rempliront pleinement ce rôle. Même raisonnement pour les graines ajoutées. Vous pouvez aussi les tremper dans un rafraîchi de levain liquide. Il conviendra d'hydrater davantage car les graines absorberont une partie de l'eau du rafraîchi, d'autant plus si elles ont été torréfiées au préalable.

### Farines sans correcteurs et pauvres en gluten

La demande en farine de tradition sans correction enzymatique se fait plus forte. Cette

absence de correction peut engendrer un ralentissement de fermentation et une perte de coloration au four. Ici, le savoir-faire du meunier prend encore plus d'importance. Côté boulanger, un travail en pointage retardé permettra aux enzymes naturellement présentes d'agir durant ce temps de repos, de dégrader l'amidon présent en sucres plus simples afin d'obtenir une belle coloration de croûte.

Pour certains consommateurs, il est intéressant de proposer des céréales plus pauvres en gluten, comme l'engrain ou le seigle. Attention cependant, la panification de ces farines ne supportera pas un long pétrissage ni un trop long pointage. Le risque sera d'avoir une trop grande porosité de la pâte. De par son acidité, tout apport de pré-fermentation améliorera la tenue en renforçant le réseau de gluten. L'apprêt en moule

ou en barquette peut être judicieux pour gagner en tolérance à l'enfournement. Cela peut faciliter aussi le tranchage de ces pains, souvent moins développés. Bien entendu, un aspect rustique convient sur ce type de produit, surface farinée, lamage ou marquage avec un coupe-pâte graissé.

### Farines de blés anciens

Les farines cultivées localement ou de blés anciens comme les blés de population, le rouge de Bordeaux, le barbu du Roussillon sont très en vogue. Ce sont des cultures qui donneront des lots de farine assez irréguliers. L'ajustement de l'hydratation permettra d'avoir une consistance et un niveau de force idéal. Il est fortement conseillé de ne pas trop pétrir car le relâchement peut arriver rapidement. Le comportement de la pâte durant le pointage est souvent variable et doit faire l'objet d'une surveillance accrue afin de savoir s'il faut donner un rabat ou non. La gestion de la force transmise lors des manipulations doit être maîtrisée. Le comportement des pâtons pendant la pousse doit être surveillé de près. L'excès de pousse n'est pas synonyme de bonne réaction au four. Une température de four un peu plus vive en début de cuisson favorisera la réaction de la pâte et apportera une belle coloration. Pensez à la réduire en fin de cuisson afin d'épaissir la croûte et amplifier la conservation.

À retrouver dans notre e-boutique  
sur le site [www.lesnouvellesdelaboulangerie.fr](http://www.lesnouvellesdelaboulangerie.fr)

*Fiers de votre métier, arborez-le !*



#### **Plaque signalétique Boulanger de France<sup>1</sup>**

- Plaque pmma cristal, 10 mm d'épaisseur, fixation par vis avec entretoise et cache vis.
- Logo face intérieure et film dépoli.
- Existe en version fond blanc
- Dimensions : 400 x 150 mm
- Tarif 2022 - 150 € HT (180 € TTC), frais de port inclus France métropolitaine (hors Corse et DROM-COM2)



#### **Pin's métallique « Boulanger, c'est un métier »**

- 10 pins : 20 € HT  
(24 € TTC + 2 € TTC de frais de port)
- 50 pins : 90 € HT  
(108 € TTC + 5 € TTC de frais de port)



#### **Sacs à pain « Boulanger, c'est un métier » et « Boulanger de France »<sup>1</sup>**

- 100 % coton
- Fabrication française
- Prix unitaire de 1 à 9 sacs : 3,50 € HT  
(4,20 € TTC) + frais de port inclus
- Prix à partir de 10 sacs : 3 € HT  
(3,60 € TTC) + frais de port : Lot de 10 sacs :  
Port 5 € / Lot de 50 sacs : Port 10 € / Lot de 100  
Sacs : Port 16 €

<sup>1</sup> Ces produits sont strictement réservés aux artisans boulangers certifiés Boulanger de France

<sup>2</sup> Pour la Corse et les DROM-COM, nous contacter à : [contact@boulangersdefrance.org](mailto:contact@boulangersdefrance.org)

# Inattendue sous tous les angles



Avec sa silhouette fastback, la nouvelle Peugeot 408 présente une posture féline très réussie.

## Peugeot 408

**A**vec la nouvelle 408, Peugeot manifeste l'inventivité de ses équipes, en proposant, en haut du segment C, une silhouette fastback inédite, c'est-à-dire ayant la ligne de toit descendant de manière continue et ininterrompue jusqu'au coffre. En plus de sa posture féline et de son allure unique, la 408 offre l'excellence d'une ingénierie centrée sur l'efficacité et une électrification intelligente.

### Un profil dynamique

Tout d'abord, extérieurement, cette 408 ne laisse pas indifférent. Ses lignes sont acérées, la calandre, qui reprend la couleur de la caisse pour s'intégrer parfaitement dans la face avant, est ponctuée du nouvel emblème de Peugeot, à la tête de Lion. La découpe inversée du pare-chocs arrière surprend,

tout en conférant au profil une dynamique inédite. La 408 est solidement posée sur de grandes roues de 720 mm de diamètre, et les iconiques jantes de 20 pouces présentent un design géométrique disruptif. À l'avant, la signature lumineuse à crocs intègre parfaitement la 408 dans la famille Peugeot, tout comme les feux LED à trois griffes à l'arrière.

D'une longueur de 4,69 m, basée sur un empattement long de 2,79 m, la 408 offre une habitabilité remarquable au 2<sup>e</sup> rang avec un espace aux genoux de 188 mm. Le coffre à bagages est lui aussi généreux avec un volume de 536 litres d'eau, modulable jusqu'à 1611 litres une fois les dossiers des sièges arrière rabattus.

À son conducteur et ses passagers, la Peugeot 408 offre la dernière génération du Peugeot i-Cockpit®, reconnais-

sable entre tous par son volant compact dédié au plaisir de conduire et à une agilité maîtrisée. L'accent est mis sur la qualité d'exécution de l'habitacle, et sur une connectivité intégrant les toutes dernières technologies pour rendre l'expérience de la conduite et du voyage plus intuitive et gratifiante. De plus, alimentés par 6 caméras et 9 radars, les 30 systèmes d'aide à la conduite apaisent et sécurisent.

### Hybride ou essence

L'offre des motorisations animant la 408 comporte deux versions hybrides rechargeables de 180 et 225 ch et une version essence de 130 ch.

Les deux versions hybrides associent un moteur électrique de 81 kW et un moteur PureTech de 150 ch (110 kW) pour la version 180, et de 180 ch (132 kW) pour la version 225. La batterie

Li-ion des deux versions hybrides rechargeables est d'une capacité de 12,4 kWh et d'une puissance de 102 kW. Deux types de chargeurs embarqués sont disponibles: de série, un chargeur monophasé de 3,7 kW et, en option, un chargeur monophasé de 7,4 kW.

Le modèle thermique est équipé d'un moteur essence 3 cylindres de 1,2 litre de cylindrée PureTech de 130 ch conforme à la dernière réglementation de dépollution.

Il est à noter que toutes les motorisations de la nouvelle Peugeot 408 sont équipés de la boîte de vitesses automatique à 8 rapports, gage de sérénité et d'efficacité.

Une version tout électrique sera également proposé dans les mois à venir.

La Peugeot 408 est proposée à partir de 37350 € en finition de base Allure.

# SPECIAL PROMOTION

Reconnaître une boulangerie c'est simple comme bonjour !  
Grâce à ce repère, le consommateur ne peut plus se tromper, il vous reconnaît en un clin d'œil car le commerce porteur de cette enseigne est une boulangerie au sens de la Loi du 25 mai 1998\*.



Enseigne lumineuse  
(format : 5705 x 84 x 8 cm)



Plaque émaillée  
(format : 30 x 30 cm)

**199 €**  
le kit au lieu de 528 €  
**OU**  
la plaque seule au prix de  
**45 €**  
au lieu de 129,90 €



**LABOUTIQUEDUBOULANGER.COM**

BP 421 - 50204 COUTANCES Cedex - Tél 02.33.19.05.50 - Fax 02.33.19.05.58

maison.du.boulangier.50@wanadoo.fr

www.boulangerie50.org

www.laboutiqueduboulangier.com

www.enseigne-boulangerie.fr

\*Loi du 25 mai 1998. Article L122-17 du Code de la consommation : « Les professionnels qui n'assurent pas eux-mêmes, à partir de matières premières choisies, le pétrissage de la pâte, sa fermentation et sa mise en forme ainsi que la cuisson du pain sur le lieu de vente au consommateur final ne peuvent utiliser l'appellation de « boulangier » et l'enseigne commerciale de « boulangerie » ou une dénomination susceptible de porter à confusion, sur le lieu de vente du pain au consommateur final ou dans des publicités à l'exclusion des documents commerciaux à usage strictement professionnel. La pâte et les pains ne peuvent à aucun stade de la production ou de la vente être surgelés ou congelés. »

## Et si ça venait du foie ?



Ce stakhanoviste du métabolisme participe à plus de cinq cents fonctions différentes dans le corps. Autant dire que quand il a une petite baisse de régime, cela ne passe pas inaperçu sur la santé... Entre les excès dans l'assiette et les soirées bien arrosées, les médicaments, le tabac et autres toxiques, le foie ne sait plus où donner de la tête. Il a beau s'activer en marche forcée, il finit malgré tout par s'engorger pour ralentir son rythme. Au tournant ? Une insuffisance hépatique qui génère bien des symptômes sur l'organisme. Heureusement, il existe des solutions naturelles pour lui donner un coup de pouce efficace...

### *C'est la crise!*

Fatigue, maux de tête, troubles digestifs, problèmes de peau, surpoids, hypoglycémie à répétition, asthme, allergies... Le foie peut avoir des répercussions indirectes sur bon nombre de pathologies. Il ne joue pas seulement un rôle d'émonctoire qui va servir à éliminer les déchets du corps. Il parvient également à capter les toxiques et les toxines pour les neutraliser et leur faire perdre leur nocivité. Le foie intervient également dans le stockage des nutriments, la production de protéines, la métabolisation des graisses, la régularisation du taux de sucre dans le sang. Overbooké en permanence jusqu'au burn-out parfois ! Vous pouvez pourtant l'aider dans ses multiples tâches au quotidien...

### *Votre foie a des goûts simples*

Se lancer dans une cure détox express pour répondre au SOS de votre foie, c'est bien. Mais si vous ne mettez pas en place un équilibre nutritionnel sur le long terme, vous risquez de devoir passer votre vie en cure. La priorité pour faciliter le travail de cet hyperactif, qui est l'organe le plus volumineux du corps, est de favoriser une alimentation naturelle, qui comporte peu ou pas d'additifs, d'antibiotiques ou de pesticides dans votre assiette. Le foie a un faible pour les menus végétariens.

Les fruits et les légumes, les épices et les graines germées, contribuent à son bon fonctionnement. Votre indispensable allié ? Le citron ! Ce puissant antioxydant possède des vertus dépuratives qui intensifient l'élimination des toxines. La modération reste ensuite de mise, car votre foie apprécie peu les excès alimentaires.

### *Foie et maladies chroniques*

Il n'est pas toujours possible d'éviter la prise de médicaments. Certaines pathologies, comme le diabète ou l'épilepsie, nécessitent un traitement dans la durée, que votre foie n'apprécie pas forcément. Mieux vaut alors adopter une stratégie adaptée. La prise de plantes médicinales, dites hépatiques, stimule le travail de

filtration et d'élimination des toxines. Parmi ces plantes, il est préférable de choisir celles qui, en plus de leurs propriétés habituelles, possèdent des vertus hépato-protectrices, c'est-à-dire qui ont la capacité de protéger le foie de l'agression des substances médicamenteuses et de les détruire pour les éliminer plus facilement. Il s'agit principalement du chardon-marie, du chrysanthellum et du desmodium. Ces plantes sont prises sous forme d'infusions, de teintures mères ou de gélules, trois fois par jour, avant les repas. Les cures doivent s'étendre sur deux à quatre mois et être répétées selon les besoins.

Lise Lafitte

### *Les ennemis du foie*

Ils sont nombreux à nuire à sa santé ! À vous de les mettre sur votre liste noire en changeant petit à petit vos habitudes :

- Le tabac : une perfusion directe de poison pour votre corps ;
- Les médicaments et les drogues : le foie doit mettre les bouchées doubles pour neutraliser les toxiques qu'ils contiennent ;
- L'excès d'aliments sucrés ;
- Les mauvaises graisses : gras hydrogéné en tête, charcuterie, aliments fumés, huiles pressées à chaud ;
- Le café et le thé noir : une consommation modérée est de mise ;
- L'alcool : pour le foie, l'ennemi numéro 1.

# L'histoire d'une vie...



## Le fabuleux Palais du facteur Cheval

**D**ans la Drôme, se cache un édifice hors du commun, qui impressionne par son architecture improbable. Le Palais du facteur Cheval est un trésor qui attire chaque année plus de 150 000 visiteurs. Classé Monument Historique en 1969, à l'initiative d'André Malraux, conscient de préserver un chef-d'œuvre de l'Art Naïf, cet ovni de 26 mètres de long, 14 mètres de large et 12 mètres de haut invite à la curiosité dans un dépaysement total et magique...

**L'œuvre d'un « pauvre fou »**  
Vous avez peut-être déjà vu le film de Nils Tavernier, « L'incredible histoire du facteur Cheval », interprété par l'excellent Jacques Gamblin. Et le facteur Cheval méritait bien un film. Il aurait aussi mérité d'entrer dans le livre des records, car le palais que vous allez visiter, il l'a construit seul, pierre après pierre, pendant 33 ans. Une folie qui lui a valu bien des railleries et des incompréhensions de la part des habitants du village d'Hauterives, mais cet original au cœur rêveur n'a jamais baissé les bras jusqu'à mettre la dernière

pierre à l'édifice. La reconnaissance, il l'obtiendra bien après sa mort, quand les artistes surréalistes le célébreront en génie et en pionnier de l'art brut. Tout a commencé par hasard. Parcourant chaque jour une trentaine de kilomètres à pied, en pleine campagne, pour assurer sa tournée de distribution du courrier, Ferdinand Cheval, alors âgé de 43 ans, butte contre une pierre et manque de tomber. Il ramasse la coupable et s'étonne de sa forme étrange. Il repasse le lendemain au même endroit et repère d'autres pierres encore plus intéressantes. Il décide alors de les ramener chez lui dans sa brouette pour en faire des sculptures. Le point de départ d'une œuvre gigantesque qui va devenir son obsession et le sens de sa vie.

**« Travail d'un seul homme »**  
Tous les jours, il continue de ramasser des pierres de différentes tailles pour les déposer dans son potager. Et dans son imagination se dessine un palais, peuplé de personnages mythologiques

et d'animaux extraordinaires. Il puise son inspiration dans les architectures de tous les continents.

Ayant quitté l'école à l'âge de douze ans, il apprend le savoir-faire de la maçonnerie et des règles de construction sur le terrain. Influencé par les cartes postales qui montrent les monuments du monde, il se laisse guider par son instinct. Il commence par bâtir la façade Est du monument, en y plaçant au centre une fontaine, « La Source de vie », entourée par un lion et un chien. Il

« 10 000 journées,  
93 000 heures,  
33 ans d'épreuves... »

va progressivement rajouter des grottes, des fontaines, des temples. Il construit un temple égyptien, puis un temple hindou. Sur la façade Ouest, il reproduit dans des niches les illustrations touristiques données par sa femme : un chalet suisse, un château du Moyen-Âge, un temple hindou... Une mosquée ouvre sur une galerie où l'on trouve un bestiaire incroyable comme dans un musée. Des colonnes de style classique complètent l'édifice et comportent la signature du palais. On peut ainsi y lire les

lettres C H E V A L qui y sont gravées. Trois escaliers mènent à une terrasse où trône la première pierre à l'origine du palais, entre les figuiers de barbarie et les aloès. À la façade Sud, on découvre le musée antédiluvien qui prend la forme d'une grotte. La façade Nord termine le palais. Le facteur Cheval grave sur une des pierres de son monument : « Travail d'un seul homme » dans une prise de conscience de l'œuvre accomplie et achevée en 1912.

Lise Lafitte

### Le bon plan des Nouvelles réservé aux lecteurs du journal

Après son palais, le facteur Cheval a passé huit ans à construire son tombeau du silence et du repos sans fin où il est enterré avec toute sa famille. Une œuvre qui mérite le détour et qui est accessible librement au cimetière d'Hauterives.

Plus d'infos sur le Palais du facteur Cheval :

[www.facteurcheval.com](http://www.facteurcheval.com)

## Test psycho...logique

### Savez-vous vivre avec vos doutes ?

Vos incertitudes se font discrètes ou elles vous empêchent d'avancer au quotidien ? La confiance en vous est au cœur de ce test que vous n'hésitez pas à faire...



#### 1 Chacun son chemin. Pour vous rendre à la boulangerie chaque matin...

- a - Vous prenez toujours le même trajet.
- b - Vous aimez bien bifurquer de temps en temps pour changer.
- c - Vous mettez un point d'honneur à trouver le parcours le plus court.

#### 2 Sonnerie de téléphone. Un appel masqué à minuit...

- a - Vous angoissez sans pouvoir répondre.
- b - Vous décrochez en vous disant que c'est mauvais signe.
- c - Vous dormez sur vos deux oreilles. Ça attendra le lendemain !

#### 3 Le premier détail que vous repérez chez un client quand il entre...

- a - Son sourire ou son absence de sourire.
- b - Son impatience face aux quelques personnes devant lui.
- c - Ses hésitations pour choisir parmi tous les pains proposés.

#### 4 Votre journée va ressembler à un marathon de commandes...

- a - Vous avez peur de ne pas arriver à temps à la fin de votre planning.
- b - Vous allez chercher votre motivation auprès de vos collègues.
- c - Vous êtes prêt à relever le défi, quitte à finir sur les rotules.

#### 5 Des clients vous font remarquer que vous avez pris un peu de poids...

- a - La balance aura le dernier mot.
- b - Vous en plaisantez avec eux.
- c - Ça vous obsède toute la journée.

#### 6 Vous êtes sûr d'avoir bien fermé votre porte d'entrée en partant ?

- a - Vous revenez sur vos pas pour vérifier.
- b - Oui, c'est automatique !
- c - En principe, oui, mais maintenant que vous y pensez...

#### 7 Pour vous « doute » rime avec...

- a - « Voûte ».
- b - « Goutte ».
- c - « Route ».

#### 8 Votre partenaire commence à rentrer plus tard le soir à cause du travail...

- a - Vous comprenez et soutenez ses efforts.
- b - Vous prenez le temps de discuter pour mieux avancer ensemble.
- c - Vous imaginez une rupture prochaine.

#### 9 On vous laisse le choix des prochaines vacances !

- a - Vous avez déjà en tête la destination de vos rêves.
- b - Vous hésitez entre plusieurs voyages pendant des mois.

- c - Vous vous concertez à plusieurs pour trouver le bon endroit.

#### 10 Vous ne vous souvenez plus de la quantité de farine mise dans la recette.

- a - Vous vous faites confiance.
- b - Vous demandez l'avis d'un collègue.
- c - Vous recommencez tout depuis le début.

	A	B	C
1>	▽	♣	♦
2>	▽	♣	♦
3>	♦	♣	▽
4>	▽	♣	♦
5>	♣	♦	▽
6>	▽	♦	♣
7>	▽	♣	♦
8>	♦	♣	▽
9>	♦	▽	♣
10>	♦	♣	▽

#### Si vous avez une majorité de ▽ : Je doute, donc je suis...

Angoisses chroniques et indécisions permanentes, votre manque de confiance en vous vous bloque souvent pour avancer comme vous le souhaiteriez. Vous avez du mal à choisir, vu que vous doutez tout le temps. Un peu plus, vous iriez également douter des autres jusqu'à la méfiance. Pour canaliser ces doutes qui vous paralysent, un travail bienveillant sur vous-même, qui vous aidera à mieux vous connaître, serait une étape nécessaire pour reprendre confiance en vous progressivement et mettre ainsi vos incertitudes en sourdine. De quoi retrouver un pouvoir de décision affirmé.

#### Si vous avez une majorité de ♣ : Juste un soupçon...

Vous savez vous faire confiance quand il faut pour aller droit au but sans perdre de temps à écouter vos angoisses. Ça ne veut pas dire que vous ne doutez jamais. Au contraire, il

suffit d'une remarque pour vous remettre en question. Mais loin de vous bloquer, le doute vous permet de faire le point pour progresser. Vous êtes en évolution permanente grâce à vos incertitudes qui vous permettent de ne pas rester sur vos acquis. Un bel équilibre à conserver !

#### Si vous avez une majorité de ♦ : Pas de doute !

Le doute ne fait pas partie de votre mode de pensée. Vous prenez vos décisions au quart de tour et à aucun moment l'angoisse de faire le mauvais choix ne vous assaille. Sûr de vous et confiant dans vos capacités, vous savez ce que vous voulez, quitte à énerver votre entourage qui ne partage pas toujours les mêmes points de vue que vous. Vous avez parfois du mal à reconnaître vos erreurs alors qu'il faudrait juste essayer de tempérer vos avis et rester à l'écoute des autres, pour trouver le juste milieu dans vos décisions.

# A LA BOUTIQUE...

nous protégeons aussi l'environnement !

Les sacs tranchés bio ...



Les sacs tranchés 50 microns ...



Les sacs tranchés papier ...



www.laboutiqueduboulangier.com - Tel 02.33.19.05.50

## FONDS DE COMMERCE

### AGENCES



**49 - BOULANGERIE-PÂTISSERIE** dans une commune avec toutes les commodités - Parking à proximité - Laboratoire et Fournil bien équipés avec un four de 2018 - Logement avec 3 chambres et cour - Bonne rentabilité - À voir. **Réf BP 2272**

**50 - BOULANGERIE-PÂTISSERIE** - Affaire de côte - Dans ville dynamique - Rue très commerçante - Laboratoire boulangerie et pâtisserie bien équipés - 30 qtx - Fermée 2 jours consécutif par semaine - 5 semaines de fermeture par an - Logement 4 chambres - À voir PV 273 256 € TTC FAI. **Réf BP 3838**

**76 - BOULANGERIE-PÂTISSERIE** - Exclusivité - Très belle affaire avec des locaux et matériels récents - Stationnement aisé sur axe très passager - 4 semaines de congés - petit loyer - Ebe supérieur à 400 Ke - 100 quintaux /mois - Ca TTC 1 440 000 € - prix de vente 1 100 000 € net vendeur. **Réf BP 2074**

**76 - BOULANGERIE-PÂTISSERIE** - Dans un quartier d'ortoir d'une grosse agglomération de Seine Maritime - Affaire avec potentiel de développement - Idéale pour un couple en première installation - Logement agréable - Fermeture le lundi. **Réf BP 2474**

**35 - BOULANGERIE-PÂTISSERIE** - Axe sortant en secteur touristique prisé - Stationnement - Logement 3 chambres - 5 semaines de congés - 30 Qtx - Petit loyer - Affaire en évolution - À la vente à 229 896 € FAI. **Réf BP 3810**

86, boulevard Dunois - 14000 CAEN - Tél. : **02.31.74.04.22**  
www.huchet.fr / cabinet.huchet@wanadoo.fr

Spécialiste boulangerie-pâtisserie N°1 sur le Grand Sud-Ouest



**47 - Affaire Rare** car fermée 2 jours par semaine et 5 semaines par an. Cette boulangerie est située dans une ville moyenne du Sud-Ouest, en Aquitaine. Très bel emplacement. Joli magasin et matériel complet. CA 280.000€. Prix : nous consulter.

www.aramis-immobilier.com  
Tél : 05 62 67 71 20

**ANNONCEURS**

Pour la parution du 15 avril 2023, date limite de réception de vos textes et règlements



**LUNDI 3 AVRIL 2023**

Abonnez-vous à notre nouvelle page Facebook

**Les Nouvelles de la Boulangerie-Pâtisserie Officiel**

**Journal Bimensuel** édité par la SOTAL, SA au capital de 45735 € - **Principaux actionnaires:** Mutuelle d'Assurance de la Boulangerie, Delessard, Crouzet, Mabilbe - **Siège social:** 27 avenue d'Eylau, 75782 Paris Cedex 16, Tél.: 01 53 70 16 25 - [www.lesnouvellesdelaboulangierie.fr](http://www.lesnouvellesdelaboulangierie.fr) - **Directeur de la publication:** Dominique Anract - **Responsable de la rédaction:** Xavier Casalini - **Rédacteur en chef:** Loïc Corroyer - **Secrétaire de rédaction:** Lila Enfrun - **Impression:** Imprimerie La Galiote, 70, rue Aubert, 94000 Vitry-sur-Seine - **Publicité:** Régie publicitaire Philippe Meyran, 1819 avenue du Vignau, 40000 Mont-de-Marsan, Tél. : 05 58 52 66 41 / 06 13 15 92 03, [pmeyran@pmeyran.com](mailto:pmeyran@pmeyran.com) - **Gestion abonnements:** 27 avenue d'Eylau, 75782 Paris Cedex 16 - CPPAP N° 0926 T 88408 - N° ISSN: 1776-0674 - Dépôt légal à parution - **Abonnement d'un an:** 61 € TTC - Prix au numéro : 2,78 € TTC.



**FAFCEA**

14, rue Chapon  
CS812 34

75139 Paris Cedex 03

Tél. : 01 53 01 05 22

Site Internet :

[www.fafcea.com](http://www.fafcea.com)



*Fonds d'Assurance Formation  
des Chefs d'Entreprise Artisanale*

## VOUS ÊTES :

- ▶ CHEF D'ENTREPRISE EXERÇANT UNE ACTIVITÉ ARTISANALE
- ▶ CONJOINT COLLABORATEUR OU ASSOCIÉ
- ▶ AUXILIAIRE FAMILIAL

## VOUS POUVEZ ALORS BÉNÉFICIER D'UNE FORMATION FINANCÉE PAR LE FAFCEA

PROFITEZ-EN POUR :

- ▶ OPTIMISER VOS PERFORMANCES
- ▶ RENFORCER VOS COMPÉTENCES
- ▶ VOUS ADAPTER AUX NOUVEAUX BESOINS DE VOS CLIENTS

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS, PRENEZ  
CONTACT AVEC VOTRE GROUPEMENT  
PROFESSIONNEL DÉPARTEMENTAL.

