

« Si nous vous disons que cette année 2020 est particulière, nous croyez-vous ? Les  $\frac{3}{4}$  de la campagne de production étant écoulés, nous vous proposons un petit retour en images et en textes sur ces 8 mois quelque peu perturbés.

Et la rentrée se profilant, nous vous proposons une nouvelle fois et pour 15 jours de vous offrir les frais de port à partir de 200 g de spiruline achetés, histoire que vous puissiez en profiter pour vous rebooster ... et doper votre organisme (on ne sait jamais, ça peut servir ☺).

Bonne lecture et belle rentrée à tou(te)s ! »

Clotilde et Régis

## Le point sur les chantiers de l'hiver

L'hiver s'est terminé comme il avait débuté : par un chantier « bois » assez intensif ☺. Nous avons (un tout petit peu ...) sous-estimé le temps qu'il nous faudrait pour venir à bout des dégâts occasionnés par la chute de neige du 14 novembre dernier. Nous avons abattu, taillé, débité, déplacé des quantités impressionnantes de troncs, branches et débris végétaux divers. Résultat : nous avons de quoi nous chauffer pour plusieurs hivers ! Nous avons constaté au passage que le bois est redoutablement calorifique : il vous donne chaud lorsque vous le tronçonnez, il vous donne chaud lorsque vous le débitez, il vous donne chaud lorsque vous le déplacez ... avant de finalement chauffer la maison ☺.



Quelques jours de la fin janvier ont été consacrés à la « réfection » de notre site internet : légère modification de l'architecture avec une entrée plus fonctionnelle par la boutique, amélioration de la navigation sur smartphone et surtout révision de tous les textes. Cela nous permet aujourd'hui d'avoir un site plus à notre image, abordant des sujets sérieux sur un ton qui l'est moins. Il est probable que d'autres évolutions suivent à l'automne, mais en attendant vous pouvez déjà y faire un petit tour : <https://www.spiruline-du-dauphine.fr/>

Le mois de février aura été quant à lui l'occasion d'avancer sur un projet de développement de nouveaux produits ... mais chut, nous ne vous dirons rien avant l'automne. Vous aurez l'occasion de les découvrir lors de notre marché le 25 octobre pour ceux qui pourront être présents et un petit peu après sur notre site pour les autres.



Nous avons également profité de cette période un peu plus calme avant la reprise des récoltes pour remettre en état le poste de pressage : les palettes soutenant les bacs de douche (et surtout les blocs en béton lors de la phase de pressage de la spiruline) ayant été bien trempées suite à notre débâchage d'avril 2019, elles commençaient en effet à se déformer et à plier sérieusement. Bien qu'elles aient courageusement tenu jusqu'à la fin de la dernière campagne de récolte, nous ne souhaitons pas pour autant tenter le diable ... et surtout risquer une réparation en urgence en pleine période de production.

Enfin nous nous sommes accordés quelques jours de congés bien mérités, pile 15 jours avant le confinement dont nous ignorions à l'époque qu'il allait survenir. Enfin, « nous » ce sont les enfants et moi : Régis n'a pu se libérer de son travail extérieur le retenant cette semaine-là ... en Italie dont il est revenu un peu en catastrophe pour cause de confinement, mais heureusement sans virus ☺.

## La (demi) campagne 2020

A notre retour, la spiruline commençait à réclamer que l'on s'occupe d'elle. Après notre traditionnelle semaine de nettoyage de printemps (vider tous les locaux, tout briquer à fond - matériel, sols, murs, plafonds -, tout remettre en place), la récolte-test a eu lieu le 9 mars. Objectif : parmi les 4 bassins alors en eau, sélectionner les 2 à conserver pour la campagne. Finalement, aucun n'a trouvé grâce à nos yeux : entre faible production, filtration lente et/ou couleur peu engageante, nous avons finalement décidé de tout vider et d'en relancer 2.



S'en est ensuivi un brainstorming assez cocasse pour déterminer dans quel sens procéder : il nous fallait effectivement garder temporairement assez de bassins pour fournir la semence pour les nouveaux, en essayant que ceux-ci soient voisins pour faciliter le futur travail de récolte et en intégrant le 60% de temps de travail extérieur de Régis. En gros, cela tenait d'un mélange entre les chaises musicales et la résolution de puzzles coulissants ☺.

Nous nous en sommes bien sortis puisque le 30 mars nous avons pu faire notre première « vraie » récolte destinée à être commercialisée. Depuis la campagne se déroule de manière fluide, malgré quelques soucis de production ou de filtration en juin, sur un bassin puis l'autre. Comme exceptionnellement nous ne sommes pas cette année en « urgence de production », nous avons choisi de ne pas les vider-réensemencer mais de tenter d'autres techniques glanées auprès de nos collègues au fil des ans pour les relancer. Celle qui s'est avérée la plus efficace a été ... d'attendre que les choses s'améliorent ☺. La patience n'étant pas la qualité qui nous définit le mieux l'un comme l'autre, ce fut une période assez bizarre et frustrante, mais au final tout est rentré dans l'ordre. Depuis la spiruline tente de se rattraper et aux ¾ de la période de récolte nous sommes aux ¾ de notre objectif, ce qui est somme toute le résultat escompté.

En l'absence de Régis 3 jours par semaine, c'est désormais notre Manon, 16 ans au compteur, qui travaille comme saisonnière. Après le looooooong confinement – dans son lycée, en seconde les cours n'ont pas repris -, Manon est contente d'avoir une occupation constructive ; c'est pour moi un plaisir de travailler avec elle : elle est d'une efficacité redoutable. Certain(e)s ex-stagiaires ou ex-salarié(e)s pourraient en prendre de la graine ☺ ... Mais toutes les bonnes choses ont une fin et l'arrivée de septembre signe la fin de notre collaboration professionnelle 2020.

# La (demi) campagne ... commerciale

Vous vous doutiez bien qu'à un moment ou à un autre nous serions amenés à vous parler coronavirus ... pas de chance pour nous, c'est au rayon commercial que l'impact se fait sentir !

Après un mois de janvier d'un calme désagréable, les compteurs se sont emballés en février après la parution d'un article sur notre exploitation dans Isère Mag (ici : <https://iseremag.fr/actualites/2020-fevrier-mars/de-la-spiruline-iseroise> ; merci Richard). Nous comptons bien profiter de ce nouvel élan pour faire un carton sur toutes les manifestations qui nous attendaient, soit pas moins de 20 jusque fin août. Nous voyions déjà nos ambitions professionnelles de consolidation de l'exploitation atteintes et Régis de retour à 100 % en fin d'année (bon en fait nous étions un peu beaucoup sur la réserve quand même ... mais l'orientation était bonne 😊).



Et là patatras, est arrivé ce qui est arrivé à tout le monde. Nous nous sommes retrouvés confinés et notre spiruline ... aussi !



Alors soyons clairs : nous avons vécu un confinement de rois. D'une part, nous travaillons sur place (partiellement pour Régis), d'autre part nous travaillons essentiellement en extérieur, ensuite nous avons du terrain à disposition et pour finir nous avons eu le plaisir d'avoir et de voir les enfants autant que nous ne les avons jamais eu ou vus. D'un point de vue personnel donc, nous avons passé de très bons moments, alternant travail, sports collectifs (enfin ... individuels mais tous les 4 ensemble 😊), succulents repas (Manon est une excellente cuisinière et a déployé tous ses talents pour s'occuper) et weekends en famille (du jamais vu depuis 2012) ... avec néanmoins quelques moments un peu tendus lorsqu'il fallait connecter à internet 2 micros, une tablette et un smartphone pour travailler (Clo), télétravailler (Régis) et suivre les cours à distance (Manon et Titouan) alors que nous avons un débit ridicule.

En revanche, notre spiruline a moins apprécié le confinement : plus de visites donc quasiment plus de ventes sur place, sur les 20 événements prévus 14 annulations, 2 reports (encore non assurés), 2 maintiens (fin juin et mi-juillet, super bien passés), 2 drive fermiers en remplacement de marchés. Oups ...

Heureusement, nous avons pu compter sur notre site internet après une période de très gros flottement : agence postale devant rester ouverte fermée sans préavis, services (particulier et pro) clients de La Poste émettant des avis contradictoires sur le maintien du traitement du courrier ... Bref, nous vous avons en trois jours signalé que nous expédions vos commandes, que nous ne pouvions plus le faire et que finalement nous pouvions reprendre 😊.



Nous avons alors choisi de lancer une opération « frais de port offerts » à partir de 200 g commandés tout d'abord du 15 mars au 15 avril, puis l'avons ensuite prolongée jusqu'au 15 mai. Cela nous a permis d'amortir l'impact du confinement, puisqu'au final à fin juin nos ventes sont un peu supérieures à celles du premier semestre 2019, ce sur quoi nous n'aurions pas parié le 17 mars ! Bon après, nous avons laissé une belle note à La Poste qui, elle, ne nous a pas fait de cadeau 😊 .

**Nous vous adressons donc un très grand merci pour avoir joué le jeu et pour nous avoir soutenus via vos commandes. Pour vous remercier et surtout pour vous permettre de « survivre à la rentrée », nous réitérons cette opération du 1<sup>er</sup> au 15 septembre ; pour les commandes c'est par ici : <https://www.spiruline-du-dauphine.fr/boutique-spiruline/>.**

Enfin, n'oublions pas un énorme merci à Laurent du centre de courrier de Beaurepaire qui a fait partir tous nos colis et qui a assuré pendant tout le confinement : sans toi nous aurions dû parcourir au minimum une quarantaine de km quotidiennement pour nos expéditions ...

« Ben alors, si vous avez vendu un petit plus que l'année dernière, pourquoi tu râles ? » me direz-vous. Eh bien déjà parce que les ventes de juillet-août où nous avons été privés de plusieurs manifestations ne sont pas reluisantes. Ensuite parce que l'annulation d'événements comme la Foire de Beaucroissant nous garantit déjà une baisse de chiffre d'affaires pour septembre et parce que, globalement et comme tout le monde, nous ne savons malheureusement pas à quelle sauce nous allons être mangés. Nous espérons maintenir sur l'année le niveau de ventes observé en 2019, mais pour mémoire nous souhaitons l'accroître afin de retrouver un niveau permettant le retour de Régis à 100% sur l'exploitation ... et c'est surtout cela qui est compromis.



Alors certes nous nous en sortons bien par rapport aux nombreuses entreprises qui ont dû mettre la clef sous la porte ... mais quand nous voyons l'énergie que nous avons déployée les derniers mois et le temps que nous avons consacré à tout mettre en place pour nous en sortir, c'est vraiment frustrant de ne pas en avoir de retour !

Néanmoins et en attendant d'avoir plus d'informations, diffusées au compte-gouttes, vous pourrez constater dans l'agenda en dernière page que nous avons prévu de participer à une quinzaine d'événements ... mais ne saurons bien souvent qu'au dernier moment s'ils sont ou non maintenus. Vous pouvez vous tenir au courant ici <https://www.spiruline-du-dauphine.fr/foires-et-marches/> ou là <https://www.facebook.com/spirulinedudauphine/> et en cas de doute n'hésitez pas à nous contacter.

Dans tous les cas nous ne baissons pas les bras : nous n'allons quand même pas nous laisser faire par ce satané virus 😊.

# Partenariats sportifs

Dans le précédent Spirul'Info, nous évoquions de nouveaux partenariats avec deux sportifs ; ils sont en fait trois mais tous leurs projets 2020 étant tombés à l'eau, nous attendrons encore un peu pour vous les présenter ...

Nous pouvons toujours compter sur notre Rémy qui, cette année, s'est fixé des projets un peu fofofous (n'allez pas lui répéter, hein ☺) :

- gravir 1000 m de dénivelé dans son jardin
- enchaîner 124 km et 7100 m de dénivelé en 2 jours
- parcourir 320 km / 5400m+ non stop pour rejoindre la maison de ses parents

Pour le premier, ce fut fait le 19 mars : 1100 m+ / 1100 m- pour environ 5 km en 40 aller-retour dans son jardin (devoir de vacances : en déduire la longueur et le dénivelé du jardin de Rémy ☺). A noter que beaucoup ne peuvent pas le faire, pas forcément par manque de volonté ou d'entraînement mais par manque de dénivelé dans leur jardin ... voire par manque de jardin ☺

Le deuxième a été contrarié par la météo est s'est soldé par une sortie de 68 km et 3700m+ ... mais après un 86 km 2 jours avant !

Quant au troisième, tout frais réalisé de fin juillet, je laisse Rémy vous en faire le récit :



© Photo Nomades

« Vendredi 31 juillet, 8h00, je m'élançais pour le troisième et dernier défi que je m'étais lancé en début d'année. Rejoindre mon village d'enfance en partant de ma maison... Un parcours de 320 km et 5400m+ reliant Montchaboud (Isère) à Châtel-Guyon (Puy de Dôme). Fanny est bien sûr présente au départ et Christophe et Damien sont là pour m'accompagner sur les premiers kilomètres.

Les premières bosses sur les hauteurs de Montchaboud sont très agréables et se font majoritairement en marchant. Puis nous descendons sur Jarrie, traversons ensuite la frange verte et rejoignons le magasin Running Conseil Echirolles où Brice a parfaitement préparé notre arrivée.

J'ai la bonne surprise de retrouver également David, David ainsi que Marco! L'ambiance est très détendue et ça fait du bien !

Je récupère ici mon sac et mes réserves énergétiques Ergysport.

Je repars seul pour traverser l'agglomération grenobloise. Encore un grand merci à Brice pour ton aide à ce moment, mais aussi depuis tant d'années !

Lors de la traversée du Drac, j'ai la bonne surprise de retrouver François. Il m'accompagne un peu avec son vélo et nous traversons ensemble la ZI de Seyssinet où je bossais en tant que comptable.



© Photo Nomades

Au pied des Vouillants, nous retrouvons Romain, puis François nous quitte lorsque le bitume disparaît. La montée jusqu'à la ferme Durand se fait confortablement, mais je commence à sentir que je subis déjà la chaleur avec une transpiration excessive... Il va falloir vraiment gérer.

La descente sur Sassenage est confortable mais grosse déception de ne pas trouver de point d'eau en bas. Obligé de me ravitailler dans l'Isère (grâce au filtre Salomon). Romain rentre et je poursuis seul sur le bitume brûlant ... avec très peu d'eau.

Je préfère courir assez peu pour rester prudent. Mais malgré cela, je subis fortement la chaleur. Je sens que je suis proche de la limite du raisonnable ...



© Photo Nomades



Arrivé sur Moirans, je me rue sur un vendeur de burgers pour lui acheter 3 canettes fraîches. Alléluia ! Cela me fait un bien fou.

Je repars sur le bitume, toujours en limitant mon eau. Puis heureusement, Fréd et Fanny m'attendent à une intersection. Je me rafraîchis et fais le plein. Je les retrouve ensuite très régulièrement. Je suis à présent plus serein. Merci.

Je poursuis à La Frette et je récupère ensuite le GR de St Jacques. Les sensations sont redevenues bonnes maintenant que je suis réhydraté, mais des petites douleurs apparaissent sous les pieds...

Le chemin de Saint-Jacques est bien plus agréable avec beaucoup de passages ombragés et de charmants villages à traverser. Je croise régulièrement Fanny et Fred qui m'encouragent avec enthousiasme. Les kilomètres se succèdent, et l'obscurité de la première nuit apparaît progressivement.

Au village de Pommier de Beaurepaire (90<sup>e</sup> km), j'ai le plaisir de voir Clotilde et Régis. Clotilde m'accompagne ainsi sur les 15 km menant à leur ferme de production de spiruline. Chez eux, je fais une bonne pause pour me restaurer, et je décide de changer de chaussures, en espérant que les frottements seront ainsi soulagés (Sense Ride 3).



© Photo Nomades

Je repars et je m'aperçois vite que les douleurs aux pieds sont toujours bien présentes.

Je quitte ensuite le GR de Compostelle et entame une bonne portion de bitume pour rejoindre le Rhône.

Le sommeil est très présent, beaucoup plus que ce à quoi je m'attendais. Pourtant je suis très en retard sur les estimations et je n'ai pas l'impression d'avoir forcé. Je commence à me dire que la chaleur de la journée a quand même laissé de grosses traces dans mon organisme...

Au 125<sup>e</sup> km (Clonas), je me rends compte que je n'avance vraiment pas vite ... Je décide de faire une pause pour mettre des pansements aux pieds et dormir 15 min sur un banc. Je trouve un abribus qui fait complètement l'affaire.

Je repars et traverse le Rhône. Je quitte ainsi l'Isère et rentre dans la Loire après 130 km.

Mon passage dans la Loire débute par la traversée du très joli village de Chavanay. Le soleil se lève alors que je traverse les vignes de Côte-Rôtie. Une longue ascension (15 km) douloureuse et somnolente me mène à la Croix de Montvieux (145<sup>e</sup> km). J'y retrouve Fanny, et j'en profite pour faire une bonne pause avec soin des pieds et 30' de sommeil. Cette pause m'a fait du bien, j'arrive à repartir en trottinant de façon plus efficace. Cette courte traversée du Pilat est très agréable malgré la chaleur qui a repris ses droits.

Contrairement à la fin de la première nuit, je commence à me dire qu'il est envisageable d'aller au bout de cette aventure. Même si j'ai bien conscience que les vraies difficultés n'ont pas encore vraiment débuté.

Me voilà bientôt sur Saint-Chamond (155<sup>e</sup>) et j'entame donc la traversée de l'agglomération stéphanoise, synonyme de mi-parcours.



© Photo Nomades



Pas facile de garder la motivation avec cette chaleur, en longeant les résidences d'où sortent les bruits de baignade rafraîchissants.

Musculairement, tout va pour le mieux, mais il m'est difficile de trottiner en raison des ampoules et douleurs aux pieds.

En arrivant sur La Talaudière (165<sup>e</sup> km), mes ampoules se percent et une douleur vive me saisit. Mes pieds sont trempés de liquide et je marche sur les talons le temps que la douleur passe. A la sortie de la ville, David est présent avec Fanny et le ravitaillement se transforme en mini-pause.

Je repars après un nouveau changement de chaussures (Slab Ultra 2) et poursuis en direction d'Andrézieux, avec un ciel qui s'obscurcit progressivement.

A la sortie d'Andrézieux (183<sup>e</sup> km), je retrouve Fanny et David. Des gouttes commencent à tomber. Ça tombe bien, je voulais faire une vraie pause avant d'attaquer la 2<sup>e</sup> nuit. Je me restaure et dors 50' pendant que la pluie s'abat fortement.

Après cette bonne pause, je repars en compagnie de David pour attaquer la seconde nuit. La route pour Montbrison est longue mais a l'avantage d'être directe, et la circulation diminue au fur et à mesure que la nuit s'installe. Je marche énormément sur cette portion et le sommeil revient. Mais peu après Montbrison, Fanny me donne un grand café. L'effet est radical.

Je parviens ensuite à courir quasiment tout le temps sur une allure correcte, tout en papotant avec David. Les douleurs aux pieds sont toujours présentes mais je m'y suis habitué. Les kilomètres défilent et nous arrivons déjà à l'Hôpital sous Rochefort (230<sup>e</sup> km). Merci David pour ces 45 km partagés.



© Photo Nomades

Je poursuis seul et je sais que la fin de nuit va être très dure. Le sommeil m'envahit et les 9 km d'ascension pour rejoindre St Didier sont un enfer. Dès que je vois une table de pique-nique, je m'allonge dessus 5'.

Le jour se lève enfin juste quand ma frontale annonce un manque de batterie.

Je rejoins Noirétable par des sentiers pas toujours bien praticables, et c'est un soulagement de retrouver Fanny au coeur de ce dernier village de Loire.

Je mange puis dors 20'. Je quitte ensuite Noirétable et rentre dans le département du Puy de Dôme.

Je trotte lentement mais j'arrive encore à avancer. Je sens que la maison se rapproche. Après quelques bosses au cœur des Bois Noirs, j'entame la descente sur Thiers et je retrouve la dernière base-vie (275<sup>e</sup> km), chez ma belle sœur. Un accueil très festif m'est réservé et j'en profite pour faire de gros bisous à mes filles. Il me reste 45 km ...

Je profite de la pause chez ma belle-sœur à Peschadoires pour me reposer encore un peu une quinzaine de minutes.

Puis j'entame la dernière portion de 45 km en compagnie de Loïc (avec qui j'avais débuté le sport nature en 2002) et mon Papa. D'ailleurs, je pense qu'il y a peu d'hommes de plus de 70 ans qui peuvent dire qu'ils ont parcouru 45 km (surtout pour accompagner leur fils qui en fait 320 ☺).

Le début passe très bien et j'arrive à trotter majoritairement. Puis forcément, il y a le contrecoup qui arrive et je suis contraint de marcher beaucoup plus. Nous traversons quelques hameaux, avec la chaîne des Puys en toile de fond. C'est très sympa.

Peu après le passage des 300 km, Séb nous rejoint et le petit peloton poursuit sa route.

Nous passons Entraigues puis Ennezat. Violaine, puis Yvan incorporent à leur tour le peloton, et nous nous dirigeons sur Riom.



© Photo Nomades

Il ne reste bientôt qu'une petite dizaine de kilomètres. Ça sent bon l'arrivée !!!

Mais malheureusement, alors que nous passons dans les premiers quartiers de Riom, le sommeil devient de plus en plus présent, et j'ai vraiment du mal à lutter. Pourtant, je ne souhaite pas faire une nouvelle pause si proche de l'arrivée, mais je m'endors littéralement debout.

Je suis contraint de m'allonger devant le complexe cinéma d'Arcadia et 45' plus tard, je tente de repartir. Mais je suis soudainement pris de vertige, un fort bourdonnement résonne dans les oreilles. Je me rallonge quelques instants, on me lève les jambes, puis je tente de repartir de façon beaucoup plus progressive.

Même si proche de l'objectif, je doute fortement d'être capable d'aller au bout.

Il reste 9,5 km ...



Après mon petit malaise, je me relève très progressivement, et bois un verre de café. Je patiente encore quelques instants, et tente de recommencer à marcher. Progressivement, je sens que les vertiges s'éloignent, et je suis un peu plus serein pour poursuivre le parcours.

Nous traversons la ville de Riom, et arrivons ensuite au pied de la dernière montée, qui mène à Châtel-Guyon. Agnès, sa famille, et Lionel nous ont également rejoints. Dans le début de l'Ascension, un véhicule de pompier, gyrophare allumé, s'arrête à notre hauteur et nous encourage. Il s'agit de Dominique, le chef des pompiers de Châtel, avec qui j'ai débuté ma courte carrière de pompier volontaire (10 ans). Merci Chef !

Laurent, un pompier de Châtel avec qui j'avais effectué mes deux premiers UTMB est également présent avec sa famille.



© Photo Nomades

Notre petit peloton avale la montée de Châtel et nous arrivons bientôt devant la maison que mes parents avaient fait construire, et où j'ai passé mes 18 premières années. Le peloton s'agrandit avec même quelques enfants et nous descendons dans le centre de Châtel Guyon, traversons le parc thermal où nous retrouvons Sandrine et Pom. Nous montons ensuite à l'ancienne caserne des pompiers, lieu où j'ai rencontré ma Fanny chérie. Après quelques pauses photos, nous effectuons ensuite le dernier kilomètre avec un peloton encore plus grand (les filles nous ont rejoint notamment). La petite montée aux Grosliers s'effectue en trottinant et voici enfin la fameuse place des Grosliers, fin de mon périple. Et après de brefs échanges conviviaux, j'ai assez vite rejoint la douche et surtout le lit tant attendu. Ce fut tout de même une sacrée aventure... Mais pas sûr que je recommence de sitôt ce type de format... »



© Photo Nomades

# Agenda jusque fin 2020

5 septembre	Portes ouvertes au GAEC des Bergers de Montseveroux
6 septembre	Foire d'automne à La Côte St André organisée par CSA Commerces Plus
12 septembre	Montée Murianette – Pinet d'Uriage organisée par le Cyclo Club de Gières
20 septembre	Marché des Fermes du Viennois au Chambaran à la Ferme des Rivaux à Pisieu
26 septembre	Village exposants du Triathlon du Lac de Paladru
26 septembre	Festival Latitude Green à la Côte St André
2-3 octobre	Village Santé de Lyon Place Bellecour à Lyon
4 octobre	Marché des Fermes du Viennois au Chambaran spécial « descente d'alpage » à Brézins
9 et 10 octobre	Village exposants de l'Ultra Trail du Beaujolais Vert à Cublize
11 octobre	Marché d'automne à Charnècles
14 octobre	Marché du Goût Place Bellecour à Lyon
15-16-17 octobre	Village exposants du Festival des Templiers à Millau
17-18 octobre	Salon des saveurs du Dauphiné à Bourgoin Jallieu
<b>25 octobre</b>	<b>Marché des Fermes du Viennois au Chambaran chez nous</b>
30-31 octobre	Village exposants du LUT et du LUT by night à Lyon
29 novembre	Marché des Fermes du Viennois au Chambaran au Moulin à la Ferme à Penol
4-5 décembre	Salon du Trail-Running de la Saintélyon Halle Tony Garnier à Lyon
6 décembre	Marché de Noël Espace Pontois à Pont de Chéruy
20 décembre	Marché de Noël du Viennois au Chambaran à la Ferme les 13 Fontaines à Brézins

Sous réserve des potentielles annulations ; + d'infos sur les horaires, lieux et organisateurs [ici](#)

## Visites

Le samedi de 9 h à 12 h toute l'année. Durée : environ 1 h15. Visites de groupes avec démonstration de récolte et dégustation : sur rendez-vous. Les visites sont gratuites, hormis l'accueil pédagogique.

## Pour vous ravitailler ...

Cinq solutions :

- lors des ouvertures hebdomadaires
- via notre site internet
- par téléphone
- lors des marchés
- et/ou dans les magasins distribuant notre spiruline : La Halte Fermière à Voiron, Un Bout de Campagne à Claix, La Gamme Paysanne à La Frette, La Ferme des Lônes à St Pierre de Bœuf, Biomonde à Salaise sur Sanne, Biomonde Dauphiné à Renage, Running Conseil à Echirolles et **Nouveau** A Deux Pas des Champs à Peaugres, Biovrac Shop Chavanay, Boutique Naturelles à Beaurepaire, La Cave du Château à Vizille