

macoop

Novembre 2009

La canneberge, un produit d'ici

page 4



**10^e anniversaire
avec IGA**

Courez la chance de gagner
des prix extraordinaires !

Détails à la page 4

Mot du président
Page 2

Goutez-y !
Tout sur les dégustations
Page 2

Jusqu'à votre table :
la boulangerie
Page 3



Jacques Labrecque,
président du conseil
d'administration



Rédaction :
Diane L. Savoie

Graphisme :
Absolu communication
marketing

Tirage :
3 000 copies

Impression :
Imprimerie Fillion



IGA Extra Plessisville
1971, rue Bilodeau
Plessisville (Québec) G6L 3J1
819 362-6357



IGA Princeville
355, rue Saint-Jean-Baptiste Sud,
Princeville (Québec) QC G6L 5A4
819 364-3357



Dépanneur Boni-Soir
Plessisville
1969, rue Bilodeau
Plessisville (Québec) G6L 3J1
819 362-6256

Mot du président

C'est sous le thème « LE GOÛT DE PARTAGER ET LE GOÛT DE CÉLÉBRER » que l'on s'apprête à mettre un terme à une année marquée d'un événement particulier pour notre coopérative d'alimentation, soit le 70^e anniversaire de sa fondation.

Effectivement, c'est en 1939 qu'un petit groupe d'individus se regroupe, pour fonder une coopérative qui est devenu aujourd'hui, le Magasin Coop de Plessisville; comprenant le supermarché IGA Extra de Plessisville, le supermarché IGA de Princeville ainsi que le Dépanneur Boni-Soir/Sonic de Plessisville. À ses débuts, la coopérative comptait 15 membres alors que 70 ans plus tard, elle en compte plus de 6000 et un chiffre d'affaires de plus de 37,000.000.00 \$. Une évolution remarquable.

Afin de souligner d'une façon particulière cet anniversaire de fondation, le Magasin Coop organisait le 17 octobre dernier, un excellent souper gastronomique avec Mme Sylvie Fréchette conférencière bien connue. Un orchestre renommé est venu agrémenter la fin de cette soirée. Plus de 400 personnes ont assisté à ce magnifique souper. D'élogieux commentaires nous sont parvenus et tous en ont gardé un excellent souvenir.

Au fil des ans, la route tracée pour tous ces valeureux fondateurs, fait que le Magasin Coop de Plessisville a vraiment gagné son titre de noblesse. Une rétrospective du passé,

nous démontre l'importance de la décision prise à l'époque. Ces ouvriers de la première heure étaient animés d'un courage et d'une confiance inébranlable en l'avenir. Depuis, les buts et les objectifs sont toujours demeurés les mêmes; soit d'offrir aux membres et clients, ce qu'il y a de mieux, qualité/prix et un service impeccable en plus de maintenir une implication sociale dans la communauté.

C'est à nous maintenant de faire preuve de clairvoyance et poursuivre avec acharnement le travail amorcé, afin de conserver ce niveau d'excellence et faire en sorte que cette grande famille continue de s'agrandir, nous permettant d'atteindre de nouveaux sommets. Votre fidélité a toujours été la force de la coopérative et est essentielle au maintien de notre progression et de notre évolution. Si votre coopérative existe encore après 70 ans, c'est qu'elle a toujours été proche de ses membres et de vos besoins.

Puisque le temps des Fêtes arrive à grands pas, je profite de l'occasion pour souhaiter à tous nos employés (es) et vous chers membres et clients, un très joyeux temps des Fêtes. Merci de la confiance et de la fidélité que vous nous témoignez et soyons solidaires en continuant de privilégier notre coopérative de nos achats.

À tous et toutes, je vous souhaite d'agréables moments en famille! ■

Jacques Labrecque, président du conseil d'administration

COOPÉRER POUR MIEUX RÉUSSIR!

Une alliance entre le Magasin Coop de Plessisville et le hockey mineur vieille de 41 ans

■ Par Luc Gagnon, vice-président du hockey mineur de Plessisville, gouverneur du CC pour Plessisville, Princeville et Daveluyville.

D'après les recherches que nous avons faites auprès des gens qui oeuvrent dans le milieu du hockey à Plessisville et la région, la Coop IGA est un partenaire important depuis le début du hockey mineur en 1968 et ce partenariat s'est poursuivi après l'ouverture de l'aréna en 1974. Son implication prend différentes formes, soit appui financier, commandites, chandails, et ce, autant en saison régulière que lors de tournois majeurs. De plus, avec notre numéro de membre, nous pouvons cumuler nos achats et ainsi recevoir une ristourne.

Elle collabore de façon particulière depuis le début de la création du Fonds Sportif Coop IGA; en accordant une aide financière, qui permet à nos jeunes joueurs de participer aux championnats provinciaux.

L'an passé, le Midget CC a remporté la médaille de bronze aux jeux provinciaux au Lac St-Jean. Puis au printemps de cette année, le Midget CC a remporté la médaille d'or au championnat provincial de la Coupe Dodge à l'Île - Bizard.

Il faut se rappeler que c'est l'implication des parents, des bénévoles et des partenaires financiers comme la Coop IGA qui fait que notre jeunesse peut se réaliser sainement.



Goûtez-y...

De novembre 2009 à avril 2010, votre COOP participe, avec la Table Agro-Alimentaire du Centre-du-Québec à promouvoir nos produits régionaux. Sous le thème, « Le Centre-du-Québec, Goûtez-y », votre coopérative vous fera découvrir de nombreux produits régionaux par des dégustations, des recettes qui seront effectuées par des chefs et également il y aura de l'animation et des prix à gagner et tout cela se passera à l'intérieur de nos deux établissements. Trois thèmes seront à l'honneur, soit : Décembre 2009 « Les Fromages », Février 2010 « La Canneberge » et Avril 2010 « Les produits d'érable ». Soyez attentifs, car les dates seront indiquées à votre coopérative, surveillez-les.



« Jusqu'à votre table »

Notre service de boulangerie vous donne des trucs et astuces pour mieux réussir vos repas en famille. Pour avoir du pain chaud à la maison; achetez nos pains spécialisés et demandez à notre personnel, les informations sur le temps de cuisson.

Que de souvenirs! Lorsqu'on entre dans la maison et que l'on sent l'arôme du pain fraîchement cuit qui accompagnera vos plats mijotés.

Dans les nouveautés; vous trouverez une variété de 6 pains de format plus petit. Notre comptoir de service vous offre une très grande variété de gâteaux et de pâtisseries. Vous aimerez découvrir ou redécouvrir le secret de notre glaçage qui est ni trop gras, ni trop sucré, au goût léger et onctueux et nous donne envie de nous laisser aller...

Pour vos gâteaux de fêtes; avez-vous pensé à les personnaliser avec une photo? Quel plaisir et quelle surprise de voir une photo qui rappelle de beaux souvenirs, cette attention spéciale ne peut que faire des heureux!

Vous trouverez également un catalogue en magasin pour vous aider à faire votre choix. Il faut faire votre réservation 48 heures à l'avance.

**Pensez à vos réservations
pour le buffet des Fêtes.
Nos boulangers vous attendent!**

Le service
de traiteur

L'art de
recevoir

Vous connaissez sûrement notre service de traiteur. Cet automne, nous avons de la nouveauté pour vous. Une nouvelle gamme de repas prêts à réchauffer. **Les repas vous proposent un choix attrayant de mets de qualité supérieure et raffinée.** Une variété de six menus à combiner avec des accompagnements. Pour faciliter le service de cette nouvelle gamme de repas; des réchauds sont mis à votre disposition. Que ce soit pour un buffet traditionnel, des bouchées fines ou des plateaux de fromages, tous vos désirs seront comblés.

Pour toutes vos réceptions du temps des Fêtes, votre Coop IGA est le premier choix pour la réussite de vos repas. Contactez-nous, il nous fera plaisir de vous conseiller.

ACTUALITÉS

LES HONNEURS POUR LES PRODUITS COMPLIMENTS

La compagnie Sobeys qui détient la marque *Compliments* a remporté récemment le Grand prix canadien pour : le Pain parisien blanc Compliments collection 525g. Vous pouvez le trouver tous les jours fraîchement sorti du four à notre boulangerie.

D'autres produits ont également reçu une mention spéciale : Coulis Compliments Sensation, Repas frais Compliments Sensation ainsi que les tourtes et quiches Compliments.

Découvrez ces nouvelles saveurs et faites sensation!

Aliments du québec



Votre Coopérative ainsi que la compagnie Sobeys ont pris un engagement en vous offrant des produits et aliments du Québec à des prix défiant la compétition. Ces produits sont bien identifiés avec la mention spéciale : « Aliments du Québec »

Il est important de soutenir nos fournisseurs devant la multitude de produits offerts.



IGA est fier de commanditer cette émission présentée à Radio Canada, le vendredi à 19 heures. La collaboration du Dr Richard Béliveau est un privilège. Ses conseils et astuces sont maintenant à la portée de tous. Les recettes et le mélange de saveurs qui y sont présentés nous donnent envie de cuisiner. Toujours soucieuse d'une saine alimentation, votre coopérative vous encourage à développer de saines habitudes alimentaires par le choix d'aliments frais et diversifiés. Nous mettons beaucoup d'efforts : pour vous informer sur les bons achats, vous permettre de déguster de nouveaux produits et nous vous encourageons à poser des questions à nos **Aides Gourmet** qui se feront un plaisir de vous aider. Redécouvrons ensemble le plaisir de cuisiner et de bien s'alimenter pour une meilleure santé.

Les fromages

Recherchez nos fromages locaux, ils sont nombreux et délicieux. Pour le temps des Fêtes, faites-vous préparer des plateaux par nos spécialistes en magasin, vous allez impressionner vos invités.



Sacs réutilisables

Récemment, vous avez été informé que votre coopérative a emboîté le pas pour l'option des sacs réutilisables. Cette politique soucieuse de l'environnement permettra la réduction de la consommation des sacs de papier et de plastique.

L'ÉCOLO
SAC



Nous vous invitons à faire une provision de sacs et nous vous recommandons de les laver et de les remplacer au besoin afin d'éviter la contamination. Pour chaque sac que vous payez 5 cents, votre coopérative retournera 3 cents dans la communauté. L'argent amassé sera redistribué pour des projets qui seront déposés par différents organismes de notre région et qui devront servir à toute la communauté.

Cette initiative de votre COOP permettra à nos membres et clients, lorsqu'ils auront oublié leurs sacs réutilisables de participer au développement de leur milieu.



IGA célèbre son 10^e anniversaire avec le programme AIR MILES.

Profitez de l'occasion qui vous est donnée, pour accumuler vos Air Miles; soient par les bons reçus par la poste, la recherche de plus de 300 produits identifiés en magasin. Pour participer, vous devez faire l'achat de produits vedettes. Vous courez la chance de gagner des prix extraordinaires. Les prix à gagner : 10 prix hebdomadaires de 10 000 milles pendant 9 semaines et 1 grand prix de 500 000 milles de récompense à la fin de la 9^e semaine. La campagne a débuté le 1^{er} octobre et se terminera le 2 décembre.

Il vous reste encore du temps pour accumuler des milles et réalisez vos rêves : échangez vos milles pour des articles de cuisine, de sport, de loisirs ou bien encore un voyage vers le Sud ou vers l'Europe. Si vous n'êtes pas encore détenteur de la carte Air Miles, adhérez à la Coop IGA.

Bonne chance à tous!

La canneberge

Au Canada, on appelle souvent le fruit de cet arbrisseau des tourbières « atoca », mot d'origine amérindienne. D'autres la surnomment airelle, pomme des prés ou pois de fagne.

La canneberge croît sur des arbustes qui affectionnent les terrains humides, sablonneux et bourbeux. Les baies rouges mesurent environ 1 à 2 cm de diamètre. On récolte la canneberge à l'automne en inondant les champs. Par la suite, les fruits sont détachés mécaniquement à l'aide d'une moissonneuse-batteuse et flottent à la surface de l'eau.

La canneberge est un produit d'ici, particulièrement présente dans notre belle région du Cœur du Québec.

Aux États-Unis, l'Action de Grâce (Thanksgiving) est célébrée à la fin des récoltes en dégustant de la dinde aux canneberges. Cette tradition était, à l'origine, un hommage rendu aux Wampanoag, autochtones du Massachusetts, qui ont si généreusement partagé leurs secrets et leurs richesses avec les premiers colons européens affamés.

Filet de porc aux canneberges

- 1 c. à soupe de beurre
- 3 filets de porc
- ½ oignon, tranché finement
- 1 tasse de canneberges fraîches, congelées ou séchées
- ¾ tasse de porto
- ¼ tasse de miel
- 2 c. à soupe de romarin, frais ou ½ c. à thé séché
- Sel, au goût

Poivre, au goût Faire fondre le beurre dans un grand poêlon. Saisir la viande dans le beurre 1 ou 2 minutes de chaque côté. Retirer la viande et la garder au chaud. Dans le même poêlon, ajouter tous les autres ingrédients et faire cuire 5 minutes. Remettre le porc dans le poêlon et cuire à couvert 5 minutes de plus. Puisque le filet de porc est meilleur rosé, ne pas trop cuire. Servir avec des légumes au choix. Les asperges et les courges se marient bien avec cette recette.

Remerciements

Nous tenons à remercier Marie-Julie Florent et l'équipe de Fruit d'Or pour le temps qu'ils nous ont consacré lors de notre visite, des recherches qu'ils ont faites pour nous et la passion qu'ils témoignent à offrir des produits de qualité.

À chaque fois que nous achetons un produit de chez nous, nous contribuons au développement économique de notre région. **L'achat local c'est bon pour tous!**



Pour agrémenter vos réunions, vous pouvez commander des muffins, des chocolatinettes et des croissants frais du jour, disponibles du lundi au vendredi.

Contactez-moi au 819 362-6256.

Diane, pour vous servir.

Le plaisir d'une mijoteuse



Récemment, nous avons eu le plaisir de vous faire découvrir une nouvelle thématique; notre objectif est de vous faire redécouvrir tous les plaisirs de cuisiner avec une mijoteuse. Réconfort et saveur au rendez-vous! Cette thématique met principalement en valeur des produits des rayons de la viande, des fruits et des légumes. Vous trouverez notre livre de recettes au comptoir des viandes et des charcuteries-fromages. Il n'en tient qu'à vous d'en profiter et de partager votre savoir-faire avec les gens que vous aimez.

Bonne bouffe!