

AMAP à vapeur



Qui contacter ?

trésorier

Adrien Gandolfo

secrétaire

Delphine Duprez /suppléante Liliane Gourgeon

communication

Delphine Duprez
Armandine Rue
César Gelvez

réfèrent légumes

Adrien Gandolfo

réfèrent distribution

Charlie

référente fromage

Liliane Gourgeon

référente miel

Yvonne Parquer

référente œufs et volaille

Nicole Niola

référents pain

Alain Barbier & Anne-Gaëlle Goubin

réfèrent fruit

Dominique Rodriguez

réfèrent huile essentielle

Michel Schmitt

référents agneau

Alice & David Chotard

réfèrent Fenouil à Vapeur

Suppléant Mathieu Espert

Les «PANIERS SOLIDAIRES» : Une spécificité de notre AMAP

Nous souhaitons que les paniers de Sébastien soient accessibles à tous, même aux petits budgets. Les amapiens qui le souhaitent alimentent une caisse solidaire à raison de 1 € de plus par panier redistribuée ensuite sous forme de «paniers solidaires». Renseignez-vous lors des distributions.

A M A P à vapeur



Livret d'accueil

2012

Une AMAP, qu'est-ce que c'est ?

une **Association** pour le **Maintien** de l'**Agriculture Paysanne** qui établit une forme de partenariat particulier entre un ou plusieurs producteurs et un groupe de consommateurs, fondé sur des principes d'engagement mutuel, solidaire et équitable.

à l'AMAP à vapeur,

Les adhérents s'abonnent pour une **période de saison agricole** (entre 6 mois & 1 an) et paient la récolte à l'avance à un prix considéré comme rémunérateur pour nos agriculteurs et éleveurs. Ces derniers nous fournissent des produits locaux de qualité. Pour prendre l'exemple de notre producteur de légumes, Sébastien, celui-ci cultive ses

terres en **bio-dynamie**. Chaque année, des visites - portes ouvertes ou des coups de pouce pique-nique nous permettent d'apprécier leur travail. Comme toutes les AMAP, l'AMAP à vapeur n'est donc pas seulement une distribution de légumes, c'est aussi un lieu de convivialité et de partage ainsi qu'une occasion d'apporter son soutien à une agriculture naturelle et durable en **circuit court**, sans passer par des intermédiaires mercantiles.

L'AMAP c'est le **LUNDI** de

17h45 à 19h15

Au fenouil à vapeur

3-5 rue Portail Magnanen 84000 Avignon
amap-a-vapeur@laposte.net
<http://amap-a-vapeur.servhome.org/>

Adhérents de l'AMAP à Vapeur >>>

> Vous devenez **solidaires** de nos paysans, leur permettant ainsi de vivre du fruit de leur travail

• pour la distribution

> soyez ponctuels : la distribution se fait de 17h45 à 18h45 bénévolement par les adhérents eux-mêmes. Un panier non récupéré est un panier perdu !

> si vous pensez arriver en retard, prévenez Sébastien au 06.99.48.21.58 en espérant qu'il ait son portable sur lui, pour qu'on vous mette le panier de côté jusqu'à 19h15 maximum.

> si vous êtes absent, proposez à un ami, un collègue, un voisin, pour le lui donner/vendre, occasion pour eux de découvrir notre AMAP.

> une fois par saison, venez jouer à la «marchande» en participant à la distribution des légumes.

• communication & association

> un irrégulomadaire : l'Express à vapeur vous sera proposé à la lecture (il dépend de l'envie d'écriture de vous tous : aux motivés de se faire connaître !) Vous y trouverez l'écho de nos activités : sorties, infos variées, recettes...

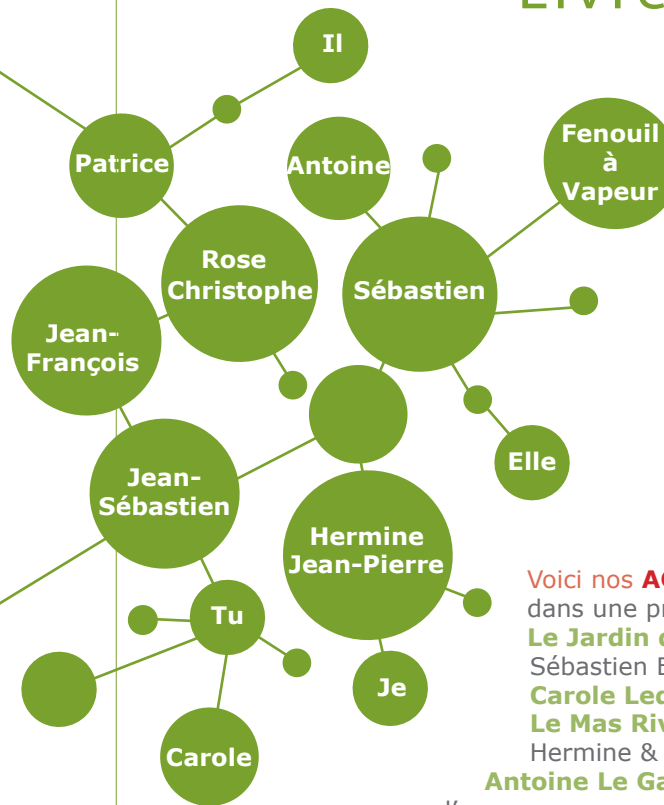
> notre comité se fera un plaisir de vous accueillir en son sein pour profiter pleinement de la vie associative

ALLIANCE PROVENCE

En rejoignant l'AMAP, vous adhérez également à (Réseau régional des AMAP)

Cette association développe et anime le réseau des AMAP en PACA, garantissant ainsi leur éthique. La charte rédigée par Alliance Provence constitue aujourd'hui la seule référence légale par rapport à la protection juridique et à la définition du contenu du terme AMAP®. Cette adhésion est payante à raison de 10€/an/panier.

Pour en savoir plus : <http://allianceprovence.org/>



AMAP à vapeur

Livret d'accueil

Quels sont les INGRÉDIENTS d'une AMAP ?

Vous choisirez entre un **petit** (idéal pour 2 personnes) et un **grand** (pour 4 personnes) panier de légumes. Vous pourrez compléter votre panier suivant vos envies par du miel, du pain, des œufs, des poulets, des fruits, fromages de chèvre, plus ponctuellement des poules, agneaux, jus de pommes ou poires, conserves et confitures du Jardin du Papet, huiles essentielles & eaux florales etc.

C'est une **occasion pour de belles découvertes** (pâtisson, blette chinoise, pourpier, tomate noire de crimée, radis japonais, etc.).

Voici nos **AGRICULTEURS ET AGRICULTRICES** engagés dans une production respectueuse de l'environnement :

Le Jardin du Papet de Mollégès :

Sébastien Elluin, maraîcher

Carole Lequindre d'Avignon : apicultrice

Le Mas Rivière de Molières sur Cèze :

Hermine & Jean-Pierre Coutourou, éleveurs de chèvres

Antoine Le Gal à Saumane de Vaucluse, éleveur d'agneaux

La Rivière des Arômes à Rosans : Jean-François Roussot et Dominique Jegouic, distillateur d'huiles essentielles

Jean-Sébastien Duval, paysan-boulangier, basé à Fontvieille, avec des terres dans les communes de Graveson, St-Etienne du Grès...

Patrice Reynaud à St Rémy, producteur de pommes et de poires ... et bientôt de nouveaux producteurs