

La feuille de chou

Numéro 05 du 06 novembre 2008

L'actu

CHERS AMAPIENS,

Le 4 décembre prochain, ne manquez pas la projection du film « Homo Amapiens », au Moulin à café, lieu de distribution des Lapereaux ((9, place de la Garenne - Métro Pernety ligne 13, bus 58). Séance à 20H30, suivie d'un débat en présence de Xavier Vallet.

A partir du 1^{er} décembre, le Père Denis proposera du jus de pomme frais non pasteurisé (conservation 2 semaines environ) conditionné en cubis. Il faudra venir avec des bouteilles de 1.5 litre vides et le prix est fixé à 2 euros (remplace 1 l de jus de pomme pasteurisé).

Pensez à renouveler vos contrats laitiers pour la deuxième période de 5 distributions qui débutera le 22 décembre. Vous pouvez changer la composition de vos paniers.

Important

RAPPEL DES HORAIRE DES DISTRIBUTIONS :
20H-21H30.

Que vous veniez à 20h ou plus tard, vous aurez votre panier comme prévu, n'ayez crainte. Essayer cependant de ne pas arriver trop tard...pensez à ceux qui doivent ranger .
Merci.

De plus, à plusieurs reprises, des adhérents arrivés en fin de distribution ont manqué de légumes, ce qui est très gênant. Merci donc de respecter la charte de l'amapien, que vous pourrez relire dans ce numéro de la feuille de choux (charte fortement inspirée de celle des Lapereaux, merci à eux).

Les échos de la ferme

Comme vous le savez peut-être, Xavier a fait l'acquisition de deux nouvelles serres (une de récupération et une neuve). Ces dernières vont permettre de gagner en productivité.

Après avoir démonté la première début novembre, nous allons participer à son remontage durant le week-end du 15 et 16 novembre.

La seconde sera montée le week-end du 29 et 30 novembre. Si vous souhaitez apporter votre aide, merci de vous inscrire lors de la prochaine distribution, ou en contactant Noël Culmet à l'adresse suivante : nculmet@gmail.com

Précisions sur l'AGE du 24 novembre

Le 24 novembre prochain, une Assemblée générale extraordinaire (AGE) est planifiée suite à une distribution écourtée : cette réunion a pour objet le vote de la revalorisation du prix du panier à 17 euros. Vous avez du déjà recevoir de la part de Anje Schmitt, une convocation par mail.

Afin d'organiser au mieux cette AGE, nous vous demandons de respecter les horaires exceptionnels suivants :

- distribution « légumes » de 19H30 à 20H15
- AGE à partir de 20H30

Merci à tous de votre collaboration.

La feuille de chou

Pour une distribution
... sans chouci!

CHARTRE DE L'AMAPIEN

Voici les règles que je m'engage à respecter afin que la distribution se passe au mieux, et qu'elle soit un véritable moment de convivialité entre les AMAPiens et avec le(s) producteur(s).



Je préviens le référent distribution bien à l'avance en cas d'empêchement. Dans la mesure du possible, je me trouve un remplaçant pour venir chercher mon panier, ou je demande à un autre AMAPien de le récupérer.

En cas de remplacement, j'explique à la personne qui récupère mon panier comment se déroule une distribution.

Je viens chercher mon panier à l'heure, j'arrive donc au moins un quart d'heure avant la fin du créneau afin de ne pas retarder les responsables de distribution et les producteurs.

Je viens à la distribution avec mon cabas, mon panier, mes sacs.

Je me sers seul en respectant les quantités indiquées par le producteur. Afin de ne pas léser ceux qui se serviront après moi :

- je ne choisis pas mes légumes (apparence, taille ...)
- j'arrondis à la quantité inférieure si nécessaire.

Je me signale au responsable de distribution lorsque je me suis servi afin qu'il puisse me pointer et vérifier que tout le monde est bien venu chercher son panier.

Lorsque je suis responsable de distribution, je pense à me renseigner la semaine qui précède afin de savoir quoi faire. Je n'oublie pas non plus de vérifier l'étalonnage des balances avant toute pesée.

AMAPIEN X

La feuille de chou

Réunion des "adhérents relais" du réseau des AMAP en Ile de France (extraits du compte-rendu)

Shah-Dia RAYAN, salariée du réseau des AMAP en Ile de France a animé une réunion le 11 octobre dernier, à laquelle participaient 15 bénévoles issus d'une douzaine d'AMAP d'Ile de France, dont 2 représentants de notre association (Jacques LAMBERT – Groupe Relations extérieures, et Yann BERDAGUE – Groupe Outils informatiques). Cette réunion a eu pour objet :

- d'informer sur les activités du réseau des AMAP en Ile de France
- de faire un point sur les outils de communication électronique ainsi que le rôle des adhérents relais.

1/ Informations sur les activités du réseau des AMAP en Ile de France :

Le réseau des AMAP en Ile de France est constitué de 2 « collègues » :

- 72 associations adhérentes forment le collège Consom'Acteurs,
- 15 producteurs adhérents forment le collège agriculteurs.

Les producteurs adhérents se sont réunis le 20/07/2008. Leur prochaine réunion est prévue pour le 04/12/2008.

Une activité du réseau des AMAP en Ile de France consiste à accompagner les groupes des consom'acteurs qui veulent créer une AMAP, essentiellement par un système de parrainage.

Le réseau des Amap en Ile de France vise 20% d'autofinancement par les adhésions. Pour arriver à ce résultat, il est nécessaire de développer l'information sur ce que fait le réseau des Amap en Ile de France. Les AMAP bénéficient actuellement d'une importante couverture médiatique. Le réseau des AMAP en Ile de France est fréquemment sollicité pour participer à des débats, rencontres et autres manifestations.

2/ Les outils de communications électroniques :

La notion d'"adhérent relais" est apparue au fil de l'évolution des outils de communications électroniques mis en oeuvre par le réseau des AMAP en Ile de France : d'abord une liste de discussion, puis un espace « wiki », et enfin le site Internet actuel. Le site Internet du réseau des AMAP en Ile de France est constitué de :

- Pages d'informations publiques
- Espaces collaboratifs privés et publics
- Un espace "Mon Amap" mis à la disposition de chaque association adhérente pour gérer ses informations, (les forums et le calendrier ne sont pas utilisés) et pour lequel il existe un manuel utilisateur en ligne
- Une base de données adhérents.

3/ Rôle des "adhérents relais" :

Même si le terme "Adhérent relais" n'est pas nouveau dans le réseau des AMAP en Ile de France, il semble que son rôle n'ait jamais été clairement défini. L'"adhérent relais" fait l'interface entre son groupe de consom'acteurs et le réseau des AMAP en Ile de France. Ceci inclut :

- la descente d'informations du réseau des AMAP en Ile de France vers son groupe de consom'acteurs,
- la remontée d'informations du groupe de consom'acteurs vers le réseau des AMAP en Ile de France, et en particulier la remontée d'expériences,
- éventuellement, les relations avec les autres AMAP, par exemple à travers la participation à une "Inter AMAP" qui peut être soit géographique, soit autour d'un producteur qui a plusieurs AMAP.

La prochaine réunion des "adhérents relais" est prévue en avril 2009.

La feuille de chou

A table !

A cette époque de l'année, voici quelques idées de potages, repas de saison s'il en est :

Soupe de fanes de radis

Quand vous y aurez goûté, vous attendrez les bottes de radis de Xavier plus pour les feuilles que pour les radis eux-mêmes.

Les fanes d'une botte de radis
3 pommes de terre moyennes
2 carottes
1 oignon ou 2 échalotes
1 litre d'eau
Sel

On coupe les légumes en morceaux grossiers, on met tout dans une cocotte minute.

15 minutes de rotation de soupape plus tard on ouvre, on ajoute un cube de bouillon de volaille (ou de bœuf), 20cl de crème et on mixe.

En fonction de la consistance souhaitée, on peut rajouter du liquide (eau ou lait ou crème).

Une variante consiste à faire revenir (sans coloration) l'oignon ou les échalotes dans un peu de matière grasse puis d'y ajouter les fanes que l'on fera également revenir avant d'y ajouter les autres ingrédients. Résultat plus goûteux.

Soupe de courgettes

Idem mais on remplace les fanes de radis par environ 1 kilo de courgettes et on ajoute 2 ou 3 gousses d'ail.

Soupe d'orties (celle-ci c'est la meilleure !)

Idem mais on remplace les fanes de radis par des feuilles d'orties (l'équivalent d'un saladier). On cueille uniquement les feuilles du haut du pied (les plus jeunes). Accessoire indispensable les gants.

Bonne dégustation...

Isabelle LARCHEZ.

Trucs et Astuces

Pensez à couvrir vos casseroles et poêles d'un couvercle adapté. En effet, ce petit geste permet de gagner jusqu'à 30 % de rendement lors de la cuisson.

Afin d'économiser l'eau potable, évitez de laver vos fruits et légumes sous l'eau du robinet, trempez les plutôt dans quelques centimètres d'eau au fond de l'évier. Pour les plus puristes, vous pouvez même utiliser une bassine afin de réutiliser l'eau pour l'arrosage.

Liens

Quelques adresses internet concernant les énergies renouvelables et les gestes citoyens:

www.guide-geothermie.org >> site très pédagogique sur l'aérothermie et la géothermie

www.energiesdouce.com/boutique/liste_rayons.cfm >> Site très complet traitant des énergies renouvelables et basse consommation.

www.ecoemballages.fr/le-tri-des-emballages/le-tri-mode-demploi/ >> Une aide au tri généraliste.

www.ville-chelles.fr >> Dans la rubrique Habiter > Infos pratiques > Guide des collectes de déchets, vous trouverez des précisions quant au tri sélectif à Chelles.