

NATURAMAPORTE

SAINTE-GEMMES-SUR-LOIRE

GAZETTE N° 48

Avril 2020

Contenu de ce numéro :

- ☺ Mot du président
- ☺ Avis de recherche
- ☺ Les agrumes
- ☺ Les huiles
- ☺ Les tisanes
- ☺ Les lapins
- ☺ Pachamama
- ☺ Les pêcheurs
- ☺ Où se situent nos producteurs
- ☺ Le CA de janvier
- ☺ Les portes ouvertes chez Bertrand

Nouveauté !

La jardinerie organise un Drive de plants de légumes :

Pour voir la liste, dans le lien suivant, ligne
« Pour découvrir les produits du Drive » :

<http://fresne.horticulture.free.fr/#1>

Comment passer commande ?

Soit par téléphone au 02 41 68 60 02

Soit en vente au comptoir

Du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de
14h00 à 18h00.

Merci de respecter les gestes barrière.

Nos
distributions
pendant le
Covid 19



Mot du Co-président

Extrait des vœux janvier 2020

« Nous nous employons depuis un bon moment à reprendre la main sur nos envies et nos pratiques alimentaires et c'est évident : de la mal bouffe, du n'importe quoi, n'importe quand, n'importe comment. On ne fera plus comme ça. Nous allons devoir, et pas tout à fait à l'insu de notre plein-gré, être davantage responsables dans nos actes à l'avenir. Il va nous falloir apporter des réponses à « ça, que ça pourrait bien arriver ! ». Sans doute nous n'aurons pas d'autre choix ? Mais ça n'est pas si mal. »

En complément de ce message

Je voudrais ajouter que cette pandémie mondiale nous a surpris et forcé à accepter rapidement l'actualité, la proximité des sujets qui fâchent, ceux dont on aurait pu minimiser l'importance encore pendant un long temps.

Si certaines difficultés étaient prévisibles, celle-là n'était pas au compteur et son ampleur est sans concession. Pas possible de négocier.

Dans le doute de porter, de transmettre, de projeter, de recevoir le virus, les mesures barrière, distance de sécurité, confinement, déplacements soumis à autorisation etc. s'imposent et sont incontournables.

Nous avons pu maintenir les distributions avec l'accord de la préfecture.

Les quatre dernières distributions qui ont eu lieu dans ces circonstances très particulières, se sont déroulées dans le respect de toutes les recommandations émises, rectifiées régulièrement et actualisées, par Lydie, Véro et le bureau.

Un service de bon ordre s'est composé spontanément. Chaque semaine sur place on peut saluer la présence efficace sans être trop pesante de ses amapiennes et amapiens qui ont acceptés cette responsabilité.

Nous sommes troublés dans notre quiétude ; Les mesures sont difficiles.

« les amis, vous me manquez » Sans doute, c'est ce qu'on ressent toutes et tous intérieurement. Sans parler dans le confinement de l'éloignement entre grands-parents, parents, enfants, petits-enfants.

Difficile de ne pas voir tout le monde le vendredi soir, de ne pas pouvoir claquer la bise, se serrer les mains, battre de la goule à tout propos. Quand ça sera possible à nouveau, nous ne nous priverons pas de rattraper tous ces moments de rencontres tronquées.

Une dernière image : L'image de la bougie qui nourrit la flamme, qui dévore la bougie. L'une n'a pas d'existence sans dévorer l'autre qui existe à cette fin. Une mise en abîme ? Le cycle, le mouvement, la lumière, la chaleur, l'énergie, la vie ...

Et un dernier mot, un souhait : Ne pas laisser perdre ce que ce temps au ralenti nous apporte de réflexions, tirer de cette épreuve un plein d'énergie, et afin de nourrir les « re nouveaux » projets, nous doter d'un maximum de stratégie.

Joyeuses Pâques à toutes et à tous. Le cache-cache des œufs de pâques dans le jardin : ça va être difficile pour les petits enfants ; possible en visio cache-cache ?

Et dommage que les poules de Catherine n'aient pas pondu des œufs en chocolat. Nous aurions salué l'effort ...

Yvonnick, Co-président



AVIS DE RECHERCHE

Les produits laitiers ont besoin d'un référent. Christelle Le Lan, après plusieurs années actives au sein de l'AMAP, souhaite transmettre le suivi de ces produits auprès d'un autre amapien. Avec AMAPJ, la tâche est facilitée. **Ceux qui ne l'ont jamais fait peuvent se proposer** : Merci de faire un mail à **NaturAMAPorte** pour organiser la transmission d'information.

FRUITS BIOLOGIQUES DE CORSE

coopérative **ALIMEA** (BRAVONE, près de LINGUIZZETTA)

Comment ça fonctionne ?

Les commandes se font chaque année avec une pré-réservation au cours du mois de mai, et **un contrat définitif pour l'année qui est envoyé en Corse fin juin**. Après, il faut attendre l'année suivante !

A chaque nouvelle saison, on vous propose 3 types de contrats :

➤ une livraison unique de **noisettes bio**, qui se fait en octobre.

Il s'agit d'un colis de 10 kg, répartis en 2 filets de 5 kg, (que l'on peut donc partager aisément entre 2 amapiens) pour un prix de 52 €, soit 5,20 € le kg.

Le paiement se fait à la commande, en un seul chèque, qui est débité au moment de la livraison en octobre.

➤ une livraison unique de **clémentines bio**, qui est distribuée le dernier vendredi avant Noël (d'où le nom de "clémentines de Noël"). Là encore ce sont des cagettes de 10 kg, que l'on peut partager en 2 ou en 4. La cagette complète est à 35 €, ce qui correspond à un tarif de 3,50 € le kg.

Le paiement se fait à la commande, en un seul chèque qui est débité au moment de la livraison en décembre.

➤ 6 livraisons mensuelles de **fruits biologiques divers**, livrés de novembre à avril.



Les fruits livrés sont : **des clémentines, des citrons, des kiwis, des oranges, des avocats, des kumquats, et pour les 3 dernières livraisons, des pomelos.**

Le tarif pour l'ensemble des 6 livraisons est de 165,60 € pour 60 kg de fruits, c'est à dire 2,76 € le kilo.

Si la cagette est partagée en 2, c'est un versement annuel de 82,80 € qu'il vous faudra faire.

Et pour 1/4 de contrat (soit 2,5 kg) 41,40 €.

Le paiement se fait à la commande. Vous pouvez faire le choix d'un chèque de 165,60 €, ou de 3 chèques de 55,20 € ou encore 6 chèques de 27,60 €. Ces montants étant diminués en fonction de la commande que vous souhaitez effectuer (cagette entière, 1/2 cagette ou 1/4 de cagette).

Si l'amapien a fait le choix d'un seul chèque il sera débité à la première livraison en novembre. S'il y a 3 chèques, ils seront débités en novembre, janvier et mars. S'il y en a 6, ils seront débités au moment de chaque livraison.

Quel que soit le contrat, il y aura un porteur du contrat entier, qui sera remboursé par son "binôme" partageur.

Chantal et Caroline, référentes

LES HUILES de Mélanie

Je vais vous présenter mes huiles et moi-même par la même occasion. Je me suis installée en septembre 2017 au Grand Cormier à Chemillé. Mon prédécesseur, Michel Socheleau était éleveur de lapins et produisait de l'huile de colza et de tournesol. Il fournissait **NaturAMAPorte** en lapins et huiles.

Moi, mon envie, ma passion ce sont les plantes médicinales. Alors fini les lapins et place aux PPAM (Plantes à Parfum Aromatiques et Médicinales). Michel m'a transmis sa ferme sur une année et m'a appris tout ce que je sais sur la fabrication de l'huile.

L'huile vient de la graine de colza et de tournesol que je produis sur la ferme. Il m'arrive parfois d'en acheter à des collègues aux alentours pour compléter ma récolte. En effet, le colza n'est pas une plante des plus faciles en bio car les petites bêtes en raffolent à tous les stades de sa culture !

fois la graine récoltée, je la sèche si besoin, car pour une bonne fabrication de l'huile, les graines doivent avoir une humidité précise. Ensuite, je passe ma récolte au trieur pour nettoyer les graines en enlevant le maximum d'impureté. Les graines ainsi préparées sont mises dans des silos à l'abri de l'humidité et des ravageurs comme les souris et les oiseaux qui pourraient les souiller.

Il ne reste plus à présent qu'à presser ces précieuses graines !

J'ai une petite presse artisanale qui me permet de presser avec patience mes huiles. Je dis avec patience car un simple petit filet d'huile sort en continu de la presse. Il faut une année entière à raison de 9 h de pressage par jour 5 jours par semaine pour presser les 3000 Litres de colza et les 1000 litres de tournesol que je produis par an.



Le tourteau sort au bout de la presse



Une installation de la presse sous le silo avec le big bag de tourteau et le fût d'huile



L'huile sort dans la goulotte et va dans le fût

Il s'agit d'une huile de première pression à froid artisanale qui conserve au maximum ses propriétés gustatives et diététiques. La partie des graines dont on a retiré l'huile, s'appelle le tourteau. Il est utilisé pour nourrir les poules de Catherine Louapre et les chèvres d'un collègue. Rien ne se perd !

L'huile pressée, prend le temps de décanter dans des fûts sans autre intervention de ma part. Au bout de quelques temps, par gravité, les petites particules se retrouvent dans le fond du fût et moi avec une pompe manuelle, je viens aspirer l'huile pour remplir les bidons que vous avez tous vus à l'**AMAP**. Ensuite sur demande des clients, je leur vends l'huile en vrac ou en bouteilles. Je vends aux **AMAP**, à des magasins bio, aux particuliers sur la ferme tous les 1er jeudi du mois de 18 h à 19h30.

Je souhaite rester dans un périmètre au plus près de ma ferme. NaturAMAPorte est le plus loin de mes distributions.

L'**huile de colza** est idéale pour les salades, elle n'est pas recommandée pour être chauffée car ses propriétés en seraient altérées. Elle est riche en oméga 3 et est recommandée par les nutritionnistes pour prévenir l'hypertension, les maladies cardiovasculaires et certaines maladies du cerveau. Elle apporte des vitamines et des acides gras essentiels pour la santé.

L'**huile de tournesol** est idéale pour la cuisson, la friture, les sauces et les salades. Elle résiste bien à de hautes températures. Elle est recommandée pour prévenir les maladies cardiovasculaires, elle permet de réguler les systèmes nerveux et hormonaux. De plus, elle

aide à réduire le taux de cholestérol et lutter contre la stérilité. Elle est riche en vitamine E, ayant un rôle antioxydant. Et pour l'anecdote, elle peut servir de carburant ! Mais il ne faut pas avoir peur de sentir la friture !

Actualités

Pour poursuivre cette présentation, **je dois vous dire que je suis à deux doigts d'arrêter de vous fournir**. Et cela ne me plaît pas. J'apprécie de venir vous retrouver ; il y a une bonne ambiance, c'est chaleureux et ça fait des années maintenant que l'histoire entre l'huile de Chemillé et **NaturAMAPorte** est en route ! Comme je vous le disais précédemment, je souhaite livrer le plus local possible mais avec vous c'est différent, c'est une longue histoire !

En faisant le bilan sur les ventes d'huile de l'année dernière, je me suis rendue compte que je perdais de l'argent à livrer **NaturAMAPorte**. Nous avons donc décidé avec le CA de ne faire plus que 2 distributions par an. En effet les quantités vendues ont fortement diminué et je ne m'y retrouve plus. Il faut que je rentabilise les 108 km aller retour que je fais en venant vous livrer ! **Pour cela il faudrait arriver à une quantité de 70 L d'huile par an. Il n'y avait que 55 L cette année !**

J'ai donc décidé de poursuivre cette année la distribution d'huile chez **NaturAMAPorte** mais si je perds encore de l'argent cette année, je serai dans l'obligation de devoir arrêter de vous fournir et ce sera à regret !

Mélanie Petiteau

LES TISANES de Mélanie

Comme vous le savez sûrement, je fais partie d'une association de producteurs de plantes médicinales : PAM BIO D'ANJOU qui regroupe quelques producteurs du secteur dont fait partie Jérôme Allain (Le cultivateur en herbe) qui fournissait **NaturAMAPorte** auparavant en tisanes. Depuis 1 an, nous nous sommes mis à fabriquer des tisanes en commun. Chaque producteur apporte les plantes qu'il produit chez lui !

Je vous propose nos tisanes et il y a une petite nouvelle cette année, la voici :

Mélanie Petiteau



Actualité de nos petites bêtes à poils : LES LAPINS

Comment s'élèvent-ils ?

Le lapin bio doit être élevé sur herbe en plein air ! Il reprend donc son cycle de croissance naturel.

La forte période de reproduction se situe d'avril à octobre ce qui représente environ 4 portées par mère sur ces 7 mois. Sachant que le cahier des charges BIO nous oblige à ne pas dépasser 6 portées par an. Et que les mères s'auto-régulent d'elle-même en hiver. Il reste donc 2 portées sur les 5 mois d'hiver.

La durée moyenne d'élevage du cahier des charges est de 100 jours, nous la repoussons

à 120 jours pour avoir du beau lapin bien fini.

Au vue des ventes de lapins l'été, nous sommes dans l'obligation de freiner les naissances en avril, mai, sur les meilleures périodes de reproduction.

Par ailleurs, nous avons beaucoup de mal à gérer notre cheptel l'hiver en fonction de la météo. L'hiver, l'eau au sol rend la production plus difficile. Nous observons alors une forte mortalité indépendamment de notre volonté, qui s'ajoute à la baisse de portées des mères.

Afin de répondre au mieux à la production de lapins, Il serait préférable de commander vos lapins en belle période.

EARL GAUDIN

Départ en retraite de Philippe

Du GAEC PACHAMAMA

Voilà, voilà, mes collègues m'ont averti : le nouveau contrat arrive (celui que vous venez de recevoir d'Avril à Septembre 2020) et il faut faire un mot (le bon!) d'accompagnement .

Alors

Bah oui je ne suis pas sûr d'être le meilleur pour le " vendre" vu que je quitte le GAEC.

Mais bordel vous êtes responsables (excusez ces grossièretés) !!!

Bah oui ! Quand en 2007 j'ai apporté les premiers pains immangeables, c'était en juin et je n'en étais pas très fier mais les amapiens de Doué ont voulu que je persiste , alors j'ai passé l'été à faire en sorte que cela s'améliore, ont-ils eu raison ???

Certainement puisque la ferme a retrouvé un équilibre économique et une progression non envisagée suite à l'ouverture vers les autres **AMAP**(grâce à Vincent maraîcher de l' **AMAP** des GOGANES) que la ferme fournit aujourd'hui et toutes ses conséquences :

- l'embauche d'Arnaud en 2009
- l'association en GAEC avec Catherine en 2012
- l'arrivée de Yanis en troisième associé
- et aujourd'hui l'arrivée de Damien

Toujours est-il que ce nouveau contrat, c'est sans moi car au 1er avril je suis en retraite vers un nouveau projet (refaire une maison habitable dans un premier temps pas très loin de la ferme) et puis faire toutes ces choses que l'on a du mal à faire quand nous sommes dans la vie "active".

Mais il me reste une relative fierté, celle de transmettre une ferme à trois associés qui sauront je pense la faire progresser à leur "sauce" .

Il me reste aussi des belles rencontres :

- auprès de vous tous(tes) avec toutes ces belles discussions pas toujours sur la même ligne mais en respect de l'autre et des idées différentes,
- auprès de ceux à qui je laisse les rênes. Je suis heureux qu'ils soient là à oser s'investir dans un projet toujours aléatoire d'une ferme avec toutes ces incertitudes météorologiques, économiques ,etc. ..

J'ai toujours affirmé que cette ferme était une "entreprise" (pas de mot tabou) avec ses contraintes économiques , mais aussi ses obligations sociales et environnementales .

Alors je pars assez serein et je vous souhaite une belle relation avec mes associés(es) et aussi vous retrouver lors des petits moments de rencontre au sein de toutes les **AMAP**.

Philippe Thomas

Quelques infos des Pêcheurs

le GIE : 4 bateaux :

Petit Gaël 7 pêcheurs Vincent Bessonnet-

Marial 7 pêcheurs Alain Voisin

Golf Stream 4 pêcheurs Ludovic Orsonneau

Challenger 2 pêcheurs Julien Dupont

et quelques dépannages d'un ou 2 bateaux de l'île pour des variétés particulières comme la lotte



Le mareyeur "Vives eaux"

Olivier Martin qui achète le poisson du GIE et qui met en caisse sur l'île.

Il ne travaille pas qu'en **AMAP**, il a sa propre activité.

Les pêcheurs sont très satisfaits de son travail, fraîcheur et diversités des colis.

Les AMAP poissons

18 points de livraison (2 dans le Maine et Loire, 1 en Vendée et 15 en Loire Atlantique principalement Nantes ou alentours)

2 camions, 2 chauffeurs (retraités)

1700 colis mensuels actuellement, (autour de 2200 colis dans les années 2014/2015)

Diminution depuis quelques années de la part des nantais.

L'expérience araignée

Elle commence tout juste. Première livraison pour une distribution nantaise cette semaine avec 25 colis soit 1/3 des colis habituels, ce qui ressemble à ce qui va se passer pour notre point de livraison le 7 février (environ 40 pour nos 3 grosses **AMAP** de 103 colis), et 13 contrats araignées pour 42 colis poissons pour **NaturAMAPorte**.

C'est vraiment une expérience. À voir si cela se reproduira ainsi que le rythme....ne pas s'emballer....

Bilan pêcheurs

Et à savoir que l'**AMAP** est toujours un plus pour les pêcheurs, soit un 13^{ème} mois et c'est environ 10% de leur production....

Bruno Orsonneau est à la retraite ainsi que **Eric Taraud**, même s'il continue de pêcher un peu avec un petit bateau.

Pour savoir d'où viennent les BONS PRODUITS que vous mangez ...



OÙ SE SITUENT NOS PRODUCTEURS

1 - 3 Poiriers - p. laitiers, cochonnailles - Le Voide

2 - A. Chazerault - volailles - Montilliers

3 - C. Louapre - œufs - Cosse d'Anjou

4 - M. Petiteau - huiles et tisanes - Chemillé

5 - L. Fruchaud - légumes - Valanjou

6 - A. Deregnaucourt - fruits rouges - Valanjou

7 - L. Coulonnier - Agneau - Somloire

8 - S. Jobard - chèvre - Notre Dame d'Alençon

9 - Pachamama - Pain, p. de terre, légumes secs - Denezé sous Doué

10 - Sélim - champignons - Saumur

11 - F. Touchet - farine, bœuf et veau - Brain s/ l'Authion

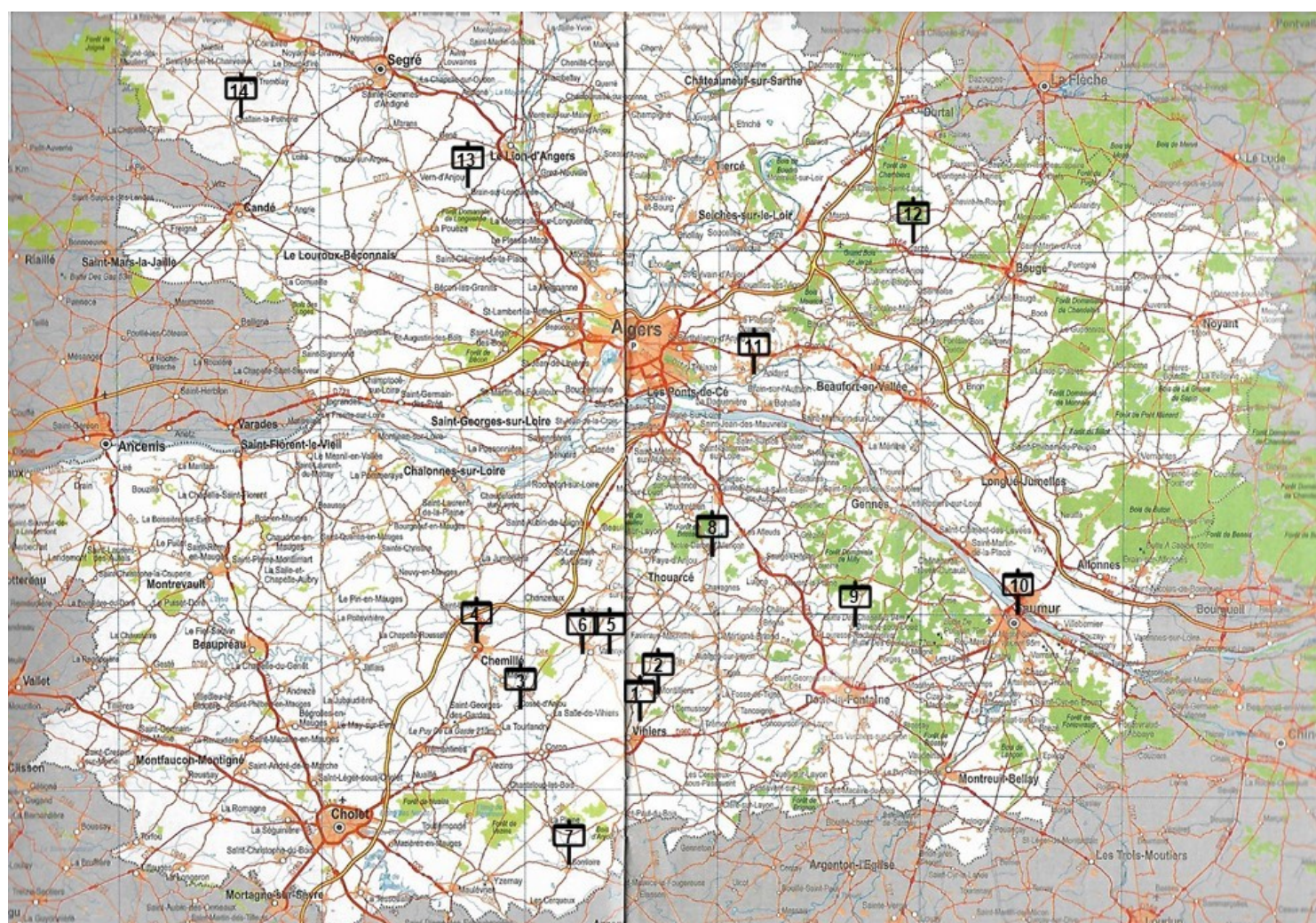
12 - B. Godebout - pommes - Jarzé

13 - EARL Gaudin - lapins - Brain s/Longuenée

14 - C. Martin - Miel - Challain la Potherie

15 - Aliméa - fruits corses - Corse

16 - GIE pêcheurs - Poisson - Ile d'Yeu



Conseil d'Administration du 31 janvier 2020

POINTS PRODUITS :

Fruits rouges

A 4 **AMAP**. Plantations bien prises. Comme il y a beaucoup d'eau, il ne faut pas s'attendre à une super production, il y a besoin de froid.

Possibilité de choisir la quantité (500 gr ou 1 kg)

Les livraisons prennent beaucoup de temps.

En 2019, plus de contrats qu'en 2018. En terme de quantité, c'est la même chose.

Intérêt de garder l'**AMAP** pour les rapports privilégiés avec les amapiens et le fait de se faire connaître.

La cueillette est faite le matin pour les livraisons du soir.

Nouveauté : compote mixée (en collaboration avec un laboratoire de Chemillé qui travaille uniquement avec des petits producteurs)

Volailles

Gros changement avec **AMAPJ**.

Alain projette de prendre sa retraite en mars 2020, un successeur est prévu qui reprendrait l'activité de vente directe.

Lapins

Le temps humide entraîne des maladies chez les lapins. Il y a beaucoup de lapins à vendre l'été. Parfois, déplacement à l'**AMAP** pour peu de commandes, il sera peut-être mis en place un minimum de commande pour un déplacement.

A 9 **AMAP** et beaucoup de livraisons à domicile avec des commandes anticipées.

Producteurs de lapins, mais aussi de pintades, de canards, de poulets de poules pondeuses, de moutons, agneaux et de colza.

Il est constaté que les gens mangent moins de viande.



Oups ! ...

Sommes en retard...

Légumes

Pas d'évolution par rapport à l'année dernière. Le frère de Ludovic s'est associé avec lui au 01.01.2020 d'où l'agrandissement en maraîchage, vaches allaitantes, installation de plus de tunnels. A 4 **AMAP**, ce qui représente 85 paniers, préparation des paniers chaque jour de livraison.

Œufs

Un peu moins de contrats que l'année précédente.

Pommes

Satisfaction par rapport à **AMAPJ**

Huile (Huile de colza, de tournesol)

Dans l'idéal, il faudrait 70 litres d'huile par livraison

En 2018, livraison de 79 litres. En 2019, livraison de 55 litres.

Porcs

Concernant la vie de la ferme, un salarié quitte la ferme.

Les contrats sont ouverts sur l'année, environ 15 contrats.

Très satisfait d'**AMAPJ**.

Fruits corses

Difficultés d'obtenir une production régulière liées aux aléas climatiques.

Les problèmes liés à l'acheminement sont aussi récurrents (grève des bateaux, grèves des gilets jaunes...)

Pain

Voir l'article dans la gazette de janvier.

Agneaux

Des portes ouvertes sont prévues en mars 2020.

Il est constaté une baisse de contrats dans toutes les **AMAP**.

Poissons

Le GIE est composé de 4 bateaux qui regroupent 22 pêcheurs. Dans le Maine et Loire, il existe 2 points de livraison. Expérience « araignée », proposée aux amapiens « poissons »

PERMANENCE à la fin des livraisons

L'idée est de permettre aux personnes pour qui, la livraison entre 17h30 et 18h30 est trop tôt, d'avoir un système de permanence jusqu'à 19h pour laisser aux « retardataires » la possibilité de venir chercher leur commande.

L'article paru dans la gazette permet de lancer la réflexion en gardant en tête que les personnes qui ont besoin de ce décalage de livraison soient partie prenante dans la mise en place et l'organisation.

Suggestion : faire une cartographie des amapiens (« à qui je peux demander...qui n'habite pas très loin »).

POINT AMAPJ

En tant que référent, c'est très pratique, pas trop lourd à gérer.

Prévoir dans le menu à gauche, les référents avec leurs adresses.

SITE NATURAMAPORTE

Maintien du site (règlement effectué pour 2 années)

Belle vitrine de **NaturAMAPorte** permettant de trouver des informations générales, telles que les adresses des producteurs...

NOUVEAUX OUTILS DE COMMUNICATION

- Page Facebook
- Instagram

LA GAZETTE

Il est rappelé que chacun (amapiens, référents et producteurs) peut proposer un article.

Alors à vos plumes !

Doit permettre de limiter le nombre de mails.

CO-PRESIDENCE

Cécile cesse la co-présidence, une présidente d'association ne peut avoir un rôle décisionnel si élue.

INTERAMAP

Les statuts sont déposés

Il a été convenu au sein de notre **AMAP** d'augmenter la cotisation de 1 € soit une cotisation qui passer à 6 €, dont 1 € sera reversé à l'**INTERAMAP**.

QUESTIONS DIVERSES

Mouvement des coquelicots : mobilisation vendredi 07.02.2020

Réunion à Mûrs-Erigné sur l'arrêt des pesticides très intéressante (témoignages d'agriculteurs, victimes de pathologies liées à l'emploi de pesticides)

LES POMMES de Bertrand

En espérant que le confinement aura pris fin...

