

Vente de légumes frais



**LES LÉGUMES D'ADRIEN**

Adrien MARÉCHAL  
 Association Étamine  
 597 chemin des Millets  
 42 155 Ouches  
 06 30 07 67 02  
 marech07@hotmail.com  
 grelinette-fourchette.fr - 

## FICHE D'INSCRIPTION 2017

**PRIX** : Solo 9 € / Duo 13 € / Famille 19 €

**DISTRIBUTIONS** : Les jeudis ou vendredis, 17h30 à 18h30.

**PAIEMENTS** : chaque semaine.

- ⇒ Légumes en conversion Bio (certifiés Ecocert)
- ⇒ 8 à 10 légumes diversifiés par panier
- ⇒ report de panier en cas d'absence<sup>1</sup>



NOM & PRENOM	Mail	Tél	Lieu de dépôt :		Engagement :				Panier :			
			St Jean-St Maurice	Ouches	hebdo	1 mois	24 paniers (6 mois)	annuel (33 paniers en 2016)	Solo	Duo	Famille	

**Règlement** : par espèces ou par chèque (à l'ordre de l'Association Etamine), le jour de la distribution.

### Lieux de dépôt :

- Jeudi : à St Jean- St Maurice : à La Cure.
- Vendredi : à Ouches : à la Ferme au n°597, Chemin des Millets

### Types de légumes cultivés en 2016 (et 2017) (suivant les conditions climatiques) :

Légumes- feuilles	choux
	épinards
	haricots
	mâche
	poireaux
	salades
	basilic
	ciboulette
	coriandre
	menthe
	persil
	cerfeuil
	<b>blettes</b>
<b>chicorée</b>	

Légumes- fruits	aubergines
	concombres
	courge
	courgettes
	fraises
	poivrons
	tomates anciennes
	tomates cerise
	<b>physalis</b>

Légumes- racines	betteraves
	carottes
	fenouil
	oignons
	patate douce
	pommes de terre primeur
	Radis rose, radis noir, <b>radis japonais</b>
	<b>navet</b>
	<b>céleri-rave</b>

### Méthodes de culture :

- Préservation de la biodiversité : bandes fleuries, haies naturelles, perchoirs, nichoirs et refuges de prédateurs utiles, ruches pour une meilleure pollinisation. Très peu d'utilisation de produit phytosanitaire de synthèse.
- Respect du cahier des charges du label Bio. Utilisation d'engrais verts, rotation des cultures.
- Utilisation au maximum d'outils manuels, pour limiter la consommation d'énergies fossiles, et pour ne pas tasser les sols (meilleure fertilité).
- Utilisation de principes de la permaculture (non-labour du sol, planches permanentes, utilisation de paillages organiques au sol)

### **A noter :**

- Dès réception de la fiche d'inscription :
  - o un délai de 3 jours est nécessaire pour l'enregistrement. Si le 1<sup>er</sup> jour de livraison est sous ce délai, le 1<sup>er</sup> panier sera livré à partir de la semaine suivante.
  - o La fiche d'inscription est validée dans la limite des paniers disponibles en 2016.
- <sup>1</sup> Le report / l'annulation d'un panier est possible jusqu'à la veille du jour de distribution, par téléphone ou par mail. Le report d'un panier est valable pour toute inscription avec engagement sur plus d'1 semaine. Tout panier non reporté / non annulé est dû. L'annulation d'un panier est valable pour la formule hebdomadaire.
- <sup>2</sup> Connaître le contenu à l'avance : il vous est possible de recevoir, par SMS ou par mail, quelques jours avant le jour de distribution, la tendance des légumes à venir pour la semaine.

#### **Tendances légumes pour début 2017 :**

- Salades
- courges
- Choux
- Oignons
- Carottes
- Radis noir
- Betteraves
- Epinards
- Mâche
- Poireaux
- Patate douce

Exemples de paniers :

