

# Calendrier Perpétuel

L'OTIGNON  
FAIT LA  
FORCE !



Nous **MANGEONS**  
Nous **PRODUISONS**  
Nous **DECIDONS**



Les photos qui ornent ce calendrier ont été prises par nos amis «Les utopiens» au cours de la grande fête organisée par le Réseau des AMAP d'Île-de-France fin août 2016, à la Ferme des Millonets (Val d'Oise). L'idée était de rassembler Paysans et Amapiens, pour illustrer la solidarité qui les lie, et de s'amuser en mélangeant leur visage et leurs pieds.

*A vous de deviner ce qui les trahit !*





1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30 31



# Légumes d'hiver

## (janvier-février-mars)

Ail  
Carotte  
Céleri rave  
Chicorée  
Chou blanc  
Chou de Bruxelles  
Chou frisé  
Chou rouge  
Coriandre  
Courge  
Cresson  
Endive  
Echalote  
Epinard  
Mâche  
Navet  
Oignon  
Persil  
Poireau  
Pomme de terre  
Pourpier d'hiver  
Radis rave  
Salsifis  
Topinambour

Janvier

Erwan, Ferme des Prés Neufs / Sophie, AMAP des Trognons de la Nation (Paris)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29						



# Petit historique des AMAP

Années 60-70 : naissance des Teikkei au Japon

Années 80 : développement des CSA (community supported agriculture) aux USA (terme aujourd'hui employé à l'échelle internationale)

2001 : création de la première AMAP en France, à Aubagne

2003 : première AMAP en Ile-de-France, à Pantin

2004 : création du Réseau AMAP Ile-de-France

2010 : Création du MIRAMAP, Mouvement Inter-Régional des AMAP

2016 : environ 2 000 AMAP recensées en France, dont 300 en Ile-de-France : le mouvement continue !

Il existe plus d'une douzaine de réseaux régionaux, parmi lesquels :

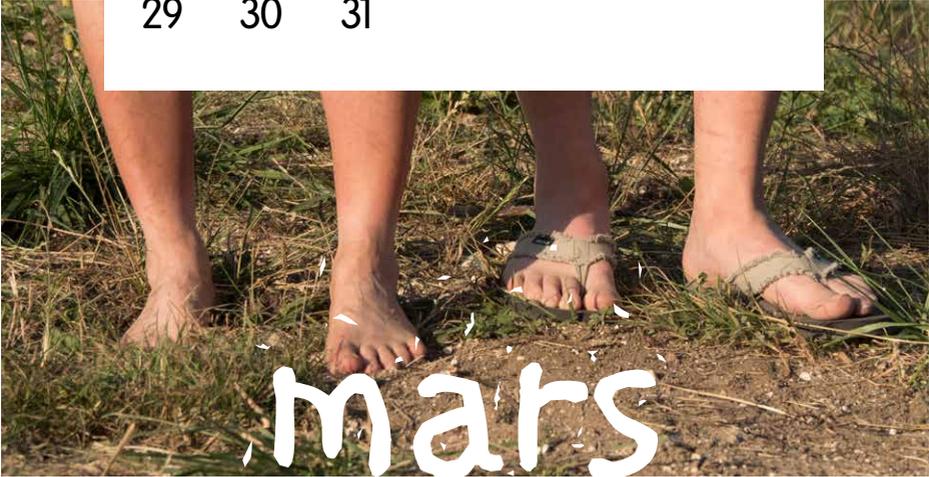


Février

Sophie, Ferme des Millonets (95) / Olivier, AMAP Les mauvaises herbes des buttes (Paris)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



# Témoignage

Laurent, paysan en AMAP, Ferme des Tourelles (91)

« L'AMAP a répondu pour moi à un problème qui s'est posé dès mon installation: comment commercialiser mes légumes en réussissant à tirer un revenu de mon activité ? A l'époque on avait deux possibilités: le marché de «gros» - très exigeant sur la présentation et peu rémunérateur, ou la vente directe - magasin à la ferme ou marché - très chronophage en activité commerciale, alors que mon métier c'est paysan. Produire me plaît, vendre beaucoup moins.

L'AMAP me permet de faire tous les jours ce que je fais le mieux: cultiver, la logistique de la livraison étant assurée bénévolement par les amapiens, comme toutes les actions qui permettent à ce partenariat de prospérer. Toute la production est planifiée et financée par avance et sera partagée dans son intégralité. Cette optimisation permet une double performance: un prix rémunérateur pour le paysan et un prix juste (celui du coût de production) et abordable pour les amapiens.

Je pensais aller vers les AMAP pour répondre à des contingences financières, cet objectif est largement atteint, mais j'y ai découvert une véritable école de la coopération, on sort du chacun pour soi et tout devient possible. »

Mars

Christine, AMAP de Carrières-sur-Seine / Laurent, Ferme des Tourelles (91)



1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30



# Légumes de printemps

(avril-mai-juin)

Ail  
Artichaut  
Asperge (blanche et verte)  
Bette  
Betterave rouge  
Brocoli  
Carotte  
Chou blanc  
Chou pointu  
Chou-rave  
Chou rouge  
Ciboulette  
Courgette  
Epinard  
Fenouil  
Fève  
Laitues  
Navet  
Oignon et oignon blanc  
Petit pois  
Persil  
Pois mange-tout  
Pomme de terre  
Radis  
Rhubarbe  
Roquette

Avril

Tania, AMAP du Marais (Paris) / Clément, Ferme de Toussacq (77)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



## L'AMAP, quels principes ?

### *Une démarche d'agriculture paysanne !*

Pérennisation, installation, autonomie, viabilité économique, conditions sociales, dynamique de territoire... Autant de mots clés pour affirmer l'ancrage des AMAP dans les principes de l'agriculture paysanne locale.

### *Une pratique agro-écologique !*

L'AMAP s'engage pour une activité agricole durable, diversifiée, en rupture avec l'agro-chimie.

### *Une alimentation de qualité et accessible !*

L'AMAP cherche à associer soutien à l'agriculture paysanne et réponse aux besoins d'une population.

### *Une participation active dans une démarche d'éducation populaire !*

La participation et l'appropriation citoyenne des enjeux agricoles et alimentaires sont au coeur de la démarche.

### *Une relation solidaire contractualisée, sans intermédiaire !*

Les contrats solidaires entre amapiens et paysans en AMAP favorisent la transparence et définissent les engagements réciproques.

*Ces principes fondamentaux sont définis par la Charte des AMAP, rédigée au cours d'un grand chantier de réflexion participatif avec l'ensemble des amapiens et paysans en AMAP de France, entre 2013 et 2014.*

Mai

Monique, Apicultrice (77) / Jean, AMAP Plaisir des Saveurs (78)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



## Témoignage

Sophie, amapienne chez Les Volontaires (Paris)

« Être amapien-ne, c'est, pour moi, un choix conscient. Mettre de la conscience dans ma nourriture, en en connaissant sa provenance, son mode de production, et mieux encore, en connaissant la personne qui la produit ; il faut aller la chercher, la préparer, la cuisiner : tout ça ne peut se faire que consciemment.

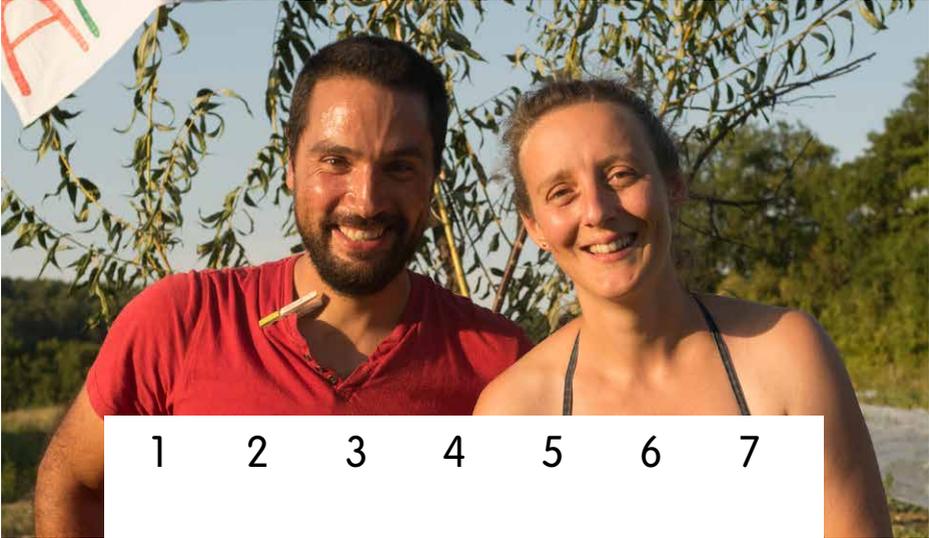
Se nourrir n'est pas un acte anodin : il en va de notre santé, et par conséquent de notre mentalité. Ce choix on le fait par souci du vivant : plantes, animaux, gens qui produisent et qui mangent. C'est aussi choisir le partage : de la récolte, qu'elle soit généreuse ou juste, mais aussi de notre temps, de recettes, de services...

En somme, c'est privilégier les liens : à notre corps, à la nature, aux autres...

Enfin, c'est choisir, l'autonomie autant que faire se peut : dans notre assiette, dans nos emplettes, dans notre tête ! »

Juin

Sylvie, Ferme Sapousse (91) / Michel, AMAP des Trognons de la Nation (Paris)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



# Légumes d'été (juillet-août-sept)

Ail  
Artichaut  
Aubergine  
Basilic  
Bette  
Betterave rouge  
Brocoli  
Carotte  
Céleri branche  
Concombre  
Courgette  
Cresson  
Echalote  
Fenouil  
Haricot  
Laitues  
Maïs doux  
Melon  
Oignon  
Pastèque  
Pâtisson  
Persil  
Piment  
Poivron  
Tomate

Juillet

Florent, Ferme Sapousse (91)/ Maud, AMAP des Volontaires (Paris)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



# L'AMAP, quels engagements ?

## Un engagement économique !

- Pour les paysans en AMAP, qui doivent livrer de manière périodique les produits diversifiés issus de leur ferme, et donc mettre en oeuvre les moyens nécessaires pour y parvenir, et ce, en toute transparence.
- Pour les amapiens, qui pré-financent la production sur toute la période du contrat, en partageant avec le paysan les risques et aléas de production.

## Un engagement éthique !

- Pour les paysans en AMAP, qui s'engagent à respecter les principes de la Charte des AMAP et à être transparents sur leurs pratiques de culture
- Pour les amapiens, qui veillent à la pérennité de l'AMAP et qui font évoluer leurs pratiques dans le respect de la Charte

## Un engagement social !

- Pour les paysans en AMAP, qui entretiennent les liens avec les amapiens, qui les sensibilisent à leur métier, qui ouvrent leurs fermes ponctuellement, et qui s'impliquent dans le mouvement des AMAP
- Pour les amapiens, qui s'impliquent et font vivre l'AMAP, participent aux visites de ferme, organisent des activités pédagogiques et de soutien aux paysan-ne-s, et sont parties prenantes de la vie du mouvement.

*Ces engagements sont affirmés dans la Charte des AMAP, signée par chaque amapien et chaque paysan en AMAP lors de la signature du contrat.*

Août

Mathilde, AMAP des Lapereaux (Paris) / Eric, Ferme des Douvières (91)



1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30



septembre

# Témoignage

## Charlotte, salariée à la Ferme des Millonets (95)

Charlotte a changé de vie. Rien ne la destinait au maraîchage : née de parents commerçants, elle a littéralement grandi dans un supermarché pendant l'âge d'or des plats tout préparés. Mais à la naissance de son fils, elle a décidé de laisser tomber son premier métier (photographe) pour se lancer dans l'agriculture. Pour être en accord avec son idéal, avec ses convictions.

Si la transition est difficile, Charlotte tient bon, multiplie les stages, et décroche son diplôme. Après un premier CDI comme encadrante technique aux Jardins de Cocagne, un break et un deuxième enfant, elle est embauchée en CDI aux 35h annualisées chez Sophie, à la ferme des Millonets : un bon système pour assurer un salaire fixe et régulier malgré une activité qui ne l'est pas. Confort et sécurité.

Aujourd'hui, Charlotte a envie de voler de ses propres ailes. Son rêve : produire de manière artisanale pour la restauration collective, à petite échelle. Car c'est par la restauration qu'on peut changer les pratiques, en touchant ceux qui n'ont jamais envisagé de se nourrir autrement qu'avec du « tout fait » ou du « déjà préparé ». Parce que pour elle aussi, c'est comme ça que ça a démarré, par cette impression de ne plus du tout savoir ce qu'elle mangeait, et par extension, comme le dit le fameux dicton ( « dis moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es »), ne plus trop savoir non plus qui elle était.

Alors voilà, elle veut une ferme avec une maison pour sa famille et plus de terrain que ce qu'elle pourra cultiver, parce qu'à terme elle veut travailler et partager avec d'autres. Elle a de quoi s'installer en comptant sur un prêt familial. Et ce sera vraiment beau cette revanche de l'histoire : un ancien des magasins Leclerc qui finance l'installation d'une paysanne en bio !

*Extrait de la lettre d'info du Réseau AMAP IdF - Sept 2016*

Septembre

Alexandre, AMAP des Volontaires (Paris) / Charlotte, Ferme des Millonets (95)



1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30 31



octobre

# Légumes d'automne

(oct-nov-décembre)

Ail  
Bette  
Betterave Rouge  
Brocoli  
Carotte  
Céleri branche  
Céleri rave  
Chou blanc  
Chou fleur  
Chou frisé  
Chou rouge  
Chou-chinois  
Ciboulette  
Coriandre  
Courge  
Cresson  
Endive  
Epinard  
Fenouil  
Echalote  
Laitues

Mâche  
Navet  
Oignon  
Panais  
Persil  
Poireau  
Pomme de terre  
Potimarron  
Potiron  
Roquette  
Salsifis  
Thym  
Topinambour

Octobre

Stella, Ferme de Toussacq (77) / Benoît, AMAP Le sourire est dans l'assiette (95)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



# L'AMAP, territoire d'expérimentation et de créativité

Un partenariat AMAP, ce sont des légumes, des principes, des valeurs, des engagements, certes ! Mais un partenariat AMAP, c'est aussi autant de ressources que d'amapiens, et autant de modes de fonctionnement et de créativité que des groupes !

Nous en avons pour preuve les outils, mis en place pour faire vivre le groupe ou pour communiquer !

Nous en avons pour preuve les engagements et les mobilisations de chaque groupe, d'aucun sur les luttes territoriales pour la préservation du foncier, d'aucun sur l'organisation de soirées-débats, de projections de films, de participation à des événements locaux !

Nous en avons enfin et surtout pour preuve, la diversité dans les choix des noms !! En voici quelques exemples croustillants, une liste de choix, totalement subjective et aucunement exhaustive !

Duroc et des légumes  
L'échalote de Toulotte  
La main au panier  
Carottes de Patagonie  
Les pot'iront  
AM'hAPpy  
Saulx Good !  
Radis actifs  
Les salsifis miraculeux

Novembre

Thierry, AMAP du Mantois [78] / Anne, Ferme des Millonets (95)



1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



décembre

# Témoignage

Anouck, amapienne à l'AMAP des Brunelles (Paris)

« Paysagiste de profession, je m'intéresse depuis toujours à l'agriculture urbaine, la ville durable et la transition agricole. Avec le brassage d'informations qu'il y a eu en préparation de la COP21, je ressentais de plus en plus le besoin de rentrer dans l'action locale, mais en lien avec l'amont agricole. En novembre je suis allée écouter Vandana Shiva à Paris. J'ai parlé avec des bénévoles qui tenaient les stands, et l'idée a commencé à germer. Puis en assistant à l'échange entre la maraîchère et l'adhérente de l'AMAP des Volontaires, j'ai trouvé leur relation si forte et si belle que j'ai eu un flash : je voulais créer une AMAP sans attendre. A la fin de la conférence, j'ai envoyé un texto à ma mère et ma cousine qui habitent dans ma rue : « les filles, on monte une AMAP ? ». C'est comme ça que tout a commencé !

On a pu démarrer très rapidement grâce à un coup de chance [le maraîcher de l'AMAP voisine venait de voir une de ses AMAP se dissoudre], mais aussi grâce au travail du Réseau, qui fournit tous les documents nécessaires (statuts, bulletins d'adhésion, charte).

Savoir que notre AMAP contribue à soutenir la démarche d'un paysan engagé, et voir le bonheur des amapiens quand ils viennent chercher leurs légumes : quelles vitamines pour booster notre engagement ! J'ai beaucoup de gratitude pour tous les pionniers qui ont lancé les AMAP en France et pour le Réseau qui facilite notre démarche au niveau local. Finalement, nous ne faisons que cueillir les graines qu'ils ont semées ! »

*Extrait de la lettre d'info du Réseau AMAP IdF - Avril 2016*

Décembre

Rémi, Ferme des Millonets (95) / Anne-Sophie,  
AMAP Les mauvaises herbes des buttes (Paris)



Les **Utopiens**

# AMAP

Association pour le maintien d'une agriculture paysanne

Une Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne (AMAP) est, en France, un partenariat établi entre un agriculteur et un groupe de consommateurs. Ce partenariat repose sur le principe de la co-production, et sur la base d'un engagement mutuel : le producteur s'engage à fournir des produits sains, de saison, et cultivés localement, le groupe s'engage à préfinancer cette production et à la partager. Les partages de récoltes sont organisés bénévolement par le groupe, toutes les semaines, selon un calendrier fixé avec le paysan. Les membres du groupe peuvent également se rendre à la ferme plusieurs fois par an. L'AMAP représente une forme de circuit-court de distribution, fondée sur la confiance, la solidarité, la transparence, le partage et la bienveillance.

