



Accueillir les nouveaux·elles amapien·nes

Fiche pratique groupes AMAP – version octobre 2025

Entretenir un terreau pour enraciner les amapien·nes dans l'AMAP : contexte

- Certaines AMAP manquent d'adhérent·es ce qui peut conduire à fragiliser la viabilité économique des fermes.
- **Rencontrer et accueillir les nouveaux·elles adhérent·es est essentiel pour garantir la pérennité du partenariat et de l'AMAP.** Il s'agit d'informer et d'intégrer correctement les nouvelles personnes dès leur arrivée afin de favoriser leur implication future au sein de l'AMAP.
- **Devenir un·e amapien·ne est un parcours :** tout le monde n'entre pas en AMAP pour les mêmes motifs, il y a donc un travail de sensibilisation à faire sur le temps long, en commençant par de simples échanges sur le « pourquoi du comment », notamment pour déconstruire la perception des engagements AMAP comme des contraintes.
- **Le fonctionnement de l'AMAP est atypique et peut donc être très déroutant :** engagement sur une période longue, au sein d'un collectif, pas de choix direct des produits : permettre à tout·e nouvel·le amapien·ne de se sentir à l'aise et de trouver ses marques, c'est travailler les conditions d'accueil et d'intégration des nouveaux·elles, quels que soient l'origine et le mode d'organisation collective de l'AMAP.

1. Proposer des sources diverses d'accès à l'information

- Définir des **personnes référent·e·s de l'accueil** qui puissent être présentes au moment des livraisons.
- Proposer des **parrainages** entre un·e ancien·ne et un·e nouveau·elle adhérent·es pour permettre d'exprimer et de répondre aux incompréhensions, questionnements, etc.
- Organiser une **réunion d'information et d'accueil** des nouveaux·elles.
- Faire des permanences lors des premières distributions pour bien expliquer la dimension associative de l'AMAP. Attention aussi à ne pas oublier d'accueillir les personnes qui arrivent en cours d'année !

Les informations clefs à transmettre

- **Qu'est-ce qu'une AMAP**
 - Les principes et engagements d'une AMAP : se référer à la Charte et à la brochure 3x3 engagements.
- **Présentation de l'histoire de l'AMAP**
- **Et en pratique ?**
 - Les différents contrats
 - La distribution : la livraison est un temps fort dans l'AMAP. L'investissement de chaque amapien·ne est nécessaire au bon déroulement de ce moment de partage (aider le producteur à décharger ses produits, à la confection des paniers, à ranger et nettoyer la salle, etc.). Elle a lieu toutes les semaines le [jour de la semaine] de ... à ...h [horaire] à [lieu]. La distribution s'organise de la manière suivante [expliquer le fonctionnement : planning de permanences disponible à tel endroit, est-ce qu'il y a des paniers jokers / annulation ?]
 - La vie associative : rdv annuels de l'AMAP

- Contacts : trombinoscope des référent·es avec explication claire de leurs missions
- **Portrait des paysan·nes partenaires**

2. Donner une place à la convivialité

Animation des livraisons

Les livraisons / distribution sont un moment clef de la vie de l'AMAP, et donc de l'accueil des nouveaux·elles. Certaines choses peuvent être mises en place facilement chaque semaine :

- **Identifier les nouveaux sur la liste de distribution** pour permettre aux distributeur·ices de les accueillir et de leur rappeler le fonctionnement, de leur présenter le·la paysan·ne et les membres actif·ves.
Cette identification a uniquement pour but de reconnaître les nouveaux, mais pas le canal par lequel les personnes sont arrivées dans l'AMAP. Si les nouveaux·elles sont arrivé·es via un dispositif de contrats solidaires, cela doit rester confidentiel pour que les personnes concernées ne se sentent pas stigmatisées : ce sont des amapien·nes comme les autres.
- **Table d'accueil** avec de la documentation et des boissons chaudes ; animer et mettre à disposition des éléments ressources sur le lieu de distribution (charte, livret, contact des référent·e·s).
- **Echange de recettes** (aussi via une boucle de discussion)
- Ateliers de **conseils sur la conservation, le lavage des légumes** (brosse à légume par exemple), ce qu'il est préférable de **manger en premier dans le panier, quelle cuisson/ou absence de cuisson...**
- Bien présenter les légumes et leurs caractéristiques (par exemple, certaines personnes pensaient que les pommes de terre violettes étaient pourries).

Il est aussi possible d'organiser de temps en temps une livraison « spéciale » qui renforce la convivialité. Par exemple :

- Un « **pot de bienvenue** » où sont présenté·es les nouveaux·elles amapien·nes. Préparer des **petits jeux d'interconnaissance** pour que chacun·e échange avec des personnes inconnues.
- Une **dégustation** de nouveaux produits des fermes partenaires, ou des recettes originales réalisés par les amapien·nes avec les produits de l'AMAP
- Elaboration d'une **carte des lieux d'habitation** de chacun·e des membres de l'AMAP afin d'apprendre à se connaître (et s'organiser pour la récupération de paniers par exemple)
- **Mur d'expression** : pourquoi je m'engage dans l'AMAP

Visite de la ferme partenaire

Pour construire rapidement une relation de qualité entre paysan·nes et amapien·nes, permettre aux nouveaux·elles de comprendre les réalités du travail agricole aujourd'hui, et renforcer la convivialité au sein de votre AMAP, vous pouvez **organiser un temps sur la ferme**. Il existe une [fiche pour organiser la présence des amapien·nes sur les fermes partenaires](#).

La convivialité... un développement à double tranchant ?

Paradoxalement, la convivialité peut conduire à un sentiment d'exclusion, et peut devenir un frein à l'engagement si le groupe AMAP donne la sensation aux nouvelles personnes que l'AMAP est un groupe d'ami-es dont on ne peut pas faire partie facilement.

C'est la raison pour laquelle les informations essentielles au fonctionnement de l'AMAP doivent être également diffusées par écrit (sites internet, affiche, newsletter, livret d'accueil).

3. Faciliter l'implication de tous et toutes

L'AMAP propose bien plus que des paniers. **C'est en participant à la vie de l'association, en prenant part à un collectif, que progressivement on prend conscience de notre contribution à un projet politique. Mais s'approprier un fonctionnement collectif demande du temps.** Peut-être que pour les nouveaux, des efforts supplémentaires sont à faire pour leur donner les clés et la motivation à participer.

Flexibilité

Pour permettre à chacun-e de prendre sa part dans l'organisation bénévole de l'AMAP, il peut être nécessaire de **proposer plusieurs formats d'engagement.**

- **Première distribution avec son parrain-/ sa marraine**
- Organisation d'**assemblées de gouvernance collégiale** : sorte de « CA ouverts » où les membres du Conseil d'Administration se réunissent en une assemblée au fonctionnement ouvert, auquel chaque membre de l'association (amapien-ne) est bienvenu-e et invité-e à se joindre
- Création de **commissions/ groupes de travail / cercles**. Chaque amapien-ne peut/doit rejoindre un groupe.
- **Tâches ponctuelles ou spécifiques** sans devenir membre du CA.
- **Tâches bien définies** (fréquence, horaires pendant lesquelles on doit les faire, caractère indispensable ou non...)
- **Plusieurs personnes sur les rôles**, notamment pour les activités à plus haute responsabilité et avec une passation/ transmission des ancien-nés.

Il est utile d'inviter personnellement des personnes à se mobiliser, et de montrer régulièrement que la porte est ouverte pour que tout le monde prenne des engagements.

Prendre en compte les contraintes spécifiques de certain-es amapien-nés

Il est parfois difficile de trouver un juste milieu entre flexibiliser le cadre au profit des amapien-nés, et rigidifier au profit des paysan-nés et amapien-nés déjà engagé-es. En tous cas, dans une démarche d'accueil et d'inclusivité il est utile d'en discuter collectivement.

Lors de l'adhésion, il est possible de repérer les compétences des amapien-nés et les différentes disponibilités pour s'investir (régulièrement, ponctuellement, à la distrib, le soir, sur la ferme, à distance...)

L'exemple des familles monoparentales

Les AMAP sont basées sur la participation des amapien-nés à la vie de l'AMAP. Souvent, chaque titulaire de contrat doit faire un certain nombre de distribution par an, que ce titulaire corresponde à une famille bi-parentale, un couple sans enfant, une personne seule ou une famille monoparentale. Cela peut conduire à

rendre l'AMAP inaccessible pour certaines familles, comme le montre ce témoignage d'une ancienne amapien-ne :

« Prenons pour exemple une AMAP qui demande à l'adhérent de faire 4 distributions le jeudi de 17h à 20h.

Pour une famille biparentale, c'est assez simple : le parent-1 fait 2 distributions par an, le parent-2 fait 2 distributions par an. Pendant que l'un des parents est à la distribution, l'autre s'occupe des enfants, les emmène au judo ou au parc puis leur fait un repas, leur donne le bain, et les couche à 20h.

Pour une famille monoparentale, c'est très compliqué : le parent solo devra faire 4 distributions (donc 2 fois plus qu'un parent en couple). Pendant ce temps, soit les enfants seront à la maison avec une baby-sitter, ce qui a un coût non négligeable (sachant que les familles monoparentales sont déjà par définition beaucoup plus pauvres que les familles bi-parentales). A 10€ / heure, cela revient à environ 35 € pour une distrib en comptant 2x15 min de trajet), soit 140 € pour 4 distributions... Soit les enfants seront à la distribution avec leur parent. Pas de judo ou de parc pour eux, un repas froid pris sur pouce, pas de douche ce soir-là, un coucher trop tardif pour leur âge, etc. Soit le parent sollicitera l'aide dans son entourage afin de pouvoir aller à la distribution de l'AMAP. Mais comme l'entourage n'est que rarement disponible, la mère isolée devra faire un choix entre faire une distribution d'AMAP et faire sa seule sortie mensuelle sans enfant...

Il faut comprendre que pour une mère qui élève vraiment seule ses enfants, les moments de temps libre sont très très très rares.

Cette situation est donc particulièrement discriminante, pour nous et nos enfants. Et ne semble choquer personne. »

Il est possible de proposer des dispositifs pour réduire les inégalités d'accès à l'AMAP. Par exemple, il serait envisageable de proposer que le nombre de distributions à faire soit défini selon le nombre d'adultes bénéficiant du contrat.