



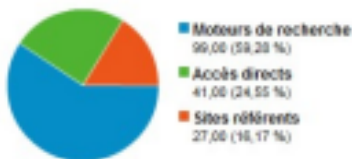
Inscrit au JO du 15/07/2009 sous le numéro W024000350

AMAP'tite News

Le journal local de l'AMAP Le Vert Solidaire

Respirez ce solide air d'AMAP

La page informatique



Tout ce que vous avez voulu savoir sur le site web de l'AMAP. **P.4**

Des personnes à la une

Comme tous les mois, vous retrouverez le récit d'une famille et d'un producteur. **P.5**

Nouvelles recettes

La fameuse recette testée et approuvée par de grands consom'acteurs de notre AMAP. **P.6**

Les animations

Toutes les animations intéressantes passées ou à venir. **P.7**

La solidarité

Vous trouverez sur cette page un peu de solidarité pour les membres et d'autres associations. **P.8**

En avant toute.

La nouvelle saison 2011 a commencé avec un temps aride mais l'amitié et la solidarité est une plante qui sait résister à la sécheresse.



Journal imprimé sur du papier recyclé. Donnez-le autour de vous au lieu de le mettre à la poubelle ou retournez moi à votre AMAP. Ne me jetez pas sur la voie publique



Système d'Echange Local

www.art02.com/SelAricot

Jean-Loup CROZA au 06 47 43 50 43

ou lupus.cz@orange.fr

Annie BARBA au 06 89 19 18 91 ou

annie.barba@orange.fr



Apiculteurs

Catherine et Dominique
GEOFFROY

02200 VAUXREZIS



C'est reparti pour la 3ème saison de notre AMAP

Rappelons que c'est avec bonheur que la 3ème saison de l'Amap le Vert Solidaire à commencée avec deux semaines d'avance en raison des évènements climatiques, et je pense que tout le monde sera d'accord pour dire que nous sommes ravis de nos supers paniers, beaucoup d'entre vous ont d'ailleurs adressés leurs compliments à Anne.

Un petit rappel en photos des évènements qui ont bercés notre association depuis le début de la saison :

- La journée « portes ouvertes » pour la visite du Poulailier de Marion et Xavier MOUTON
- Le 16 avril 2011 une superbe réalisation que Marion et Xavier nous ont fait partager lors de cette visite, sans les poules bien évidemment, mais cela valait le détour. Maintenant les poulettes sont installés et vous fournissent des œufs magnifiques qui augmentent de semaines en semaines, il y en a même des doubles.
- Le jeudi 8 mai, nous avons participé de façon tout à fait solidaire (car nous n'avions plus une seule place à proposer) à la fête des Saveurs au Jardin d'horticulture de Soissons et nous avons reçu pas mal de candidature de futurs adhérents qui voudraient bien se joindre à nous (actuellement 18 personnes sur liste d'attente)
- Le vendredi 3 et le samedi 4 juin 2011, certains de nos adhérents (Marina, Jean-Pierre, Steve, Bernadette, Virginie et bien d'autres ils se reconnaîtront tous) sont allés aider Anne à désherber le jardin, merci à eux pour ce geste de solidarité et d'amitié.
- Le samedi 4 juin 2011, nos adhérents sont allés cueillir les cerises au domaine du Puy chez Jean Michel, notre fournisseur de pommes, une belle matinée ensoleillée et conviviale.
- La journée ouverte du 5 juin 2011 « bienvenue dans mon Jardin » chez Dominique et Catherine Geoffroy a été un franc succès.

Cette journée a commencé par une superbe marche à pieds, avec l'association Pl'Aisne Nature. Ils avaient pourtant fait un gros orage la veille mais cela n'a pas empêché les accrocs de venir et ils ont eu raison, car les sous bois étaient humides et chauds et cela sentait bon la terre et l'humus. Le soleil à commencé à montrer le bout de son nez arrivé sur le dolmen de la Pierrelaye.

Nous avons pu constaté que Calista, parle le langage « moutons » puisqu'elle était la seule à pouvoir les faire bêler, ils lui répondaient sans problème, pourtant bien d'autres ont tenté le coup...mais nada, ils ne souhaitaient répondre qu'à elle.....une bonne crise de rire entre petits et grands.

Ensuite pour ceux qui sont restés, le repas s'est déroulé à l'invitation de Catherine et Dominique à table devant chez eux, tous ensemble, en picorant dans les plats de chacun, bravo pour les pâtés, les salades. Le clafoutis était un peu jeune pour le nombre que nous étions mais il était super bon la preuve.....tout le monde n'a pas pu y goûter.

Germain Potier nous a fait un super cours de composte, avec test et oui....qui sait le faire correctement.

Dominique n'a pas chômé pour la visite de l'après midi, découvrir son jardin et ses astuces, un vrai régal, un grand merci à Dominique qui n'a pas ménagé sa peine.

L.H



Une société qui survit en créant des besoins artificiels pour produire efficacement des biens de consommation inutiles ne paraît pas susceptible de répondre à long terme aux défis posés par la dégradation de notre environnement.

Pierre Joliot - Extrait de La recherche passionnément

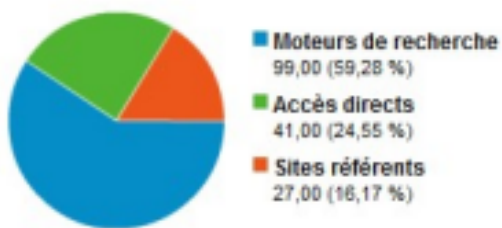
En 2010, 50 000 foyers en France étaient adhérents à une AMAP

Analyse du site web

Le site web de l'AMAP est ouvert depuis le 14 Septembre 2009. Il est le reflet de notre engagement et une porte ouverte à la découverte de l'association dans le Monde entier. Depuis la création du site web, de nombreuses personnes l'ont visité. En voici donc une analyse rapide mais assez probante qui démontre que nous ne sommes pas les seuls touchés par l'écologie et la solidarité et que nous ne sommes pas un phénomène de mode.

X.H

Vue d'ensemble des sources de trafic



- 4598 visites depuis la création
- 2318 visiteurs uniques.
- 17620 pages vues - 4 pages/Personne en moyenne
- 43,63% de taux de rebond vers d'autres sites
- 66,91 % de nouvelles visites en mai 2011
- 65,22 % de nouvelles visites en juin 2011

Top 10 des villes en nombre de visites

1.	Amiens	1 054
2.	Paris	468
3.	Beauvais	399
4.	Clermont	376
5.	Compiègne	303
6.	Soissons	236
7.	Montataire	206
8.	Toulouse	92
9.	Reims	83
10.	Lille	63



Facebook



La page Facebook de l'AMAP est en ligne maintenant depuis 5 mois maintenant et remporte un franc succès.

A l'heure où je vous parle, nous avons dépassé les 550 membres.

Pour vous donner une petite idée, lors de l'envoi du dernier sondage, nous avons utilisé 2 modes : Les emails et Facebook. Dans l'heure suivante lors du post sur facebook, nous avons récupéré 30 réponses et nous avons mis plus de deux semaines à récupérer le reste !!! Qui a dit que nos AMAPien(e)s n'étaient pas sociaux :-)



Twitter

Après Facebook, c'est au tour de Twitter d'avoir pour membre notre AMAP.

Moins populaire que facebook, Twitter s'affiche comme le deuxième site social.

Nous nous devons de paraître sur ce site web afin, comme Facebook, d'avoir le maximum de répercussions au niveau des moteurs de recherches (Googles, ...)

Plus nous serons visibles et plus nous aurons du poids afin de fédérer et d'aider d'autre AMAP.

Un site à l'affiche

Dans cette deuxième version de notre journal, vous découvrirez le site web esprit de picardie.

www.espritdepicardie.com

Ce site web a pour but de permettre aux habitants de partager leurs coups de cœur avec les internautes pour découvrir la Picardie. Vous y trouverez de nombreux thèmes allant des parcs et Jardins aux fêtes et manifestations. Une mine d'informations à ne surtout pas manquer.



Une famille à la une

Tout à commencé par un reportage à la télé, puis par un article dans le vase communiquant débouchant sur une première réunion et hop, j'adhère!!!

Mais pourquoi donc ?

J'avais envie de consommer des légumes de qualité produits près de chez moi et d'échanger avec les adhérents. C' est un réel plaisir de se réunir pour les distributions ainsi qu'aux différentes manifestations et rencontres. On ne se rend pas toujours compte du travail que fournissent les producteurs Anne et Emmanuel pour nous faire de jolis paniers.

Alors un grand merci à eux et à tous pour votre accueil

Marina, membre depuis une saison



La producteur à la une

Marion et Xavier MOUTON agriculteur à Morsain, ont repris l'exploitation familiale en 2009.

On y cultive des céréales, des betteraves, on y élève des vaches allaitantes et 5000 poules pondeuses élevées au sol.

En mai 2011 notre projet de poulailler voit le jour

Aujourd'hui nous sommes producteurs d'œufs de poules élevées en PLEIN AIR.

5000 poules pondeuses, des poules heureuses qui s'ébattent dans une vaste prairie de 2 hectares du matin jusqu'au crépuscule...

Elles ont une alimentation saine : de l'herbe, des insectes, du maïs, du blé, du soja, des pois et des minéraux. Pas de colorant de synthèse, pas d'antibiotique, pas de farine animale. Leur alimentation est garantie 100 % d'origine végétale et minérale, complémentée en vitamines.

Marion et Xavier ramassent et trient à la main les œufs après la ponte puis conditionnent les œufs du jour pour la livraison de l'AMAP.

Bon appétit



**Il ne sert de rien à l'homme de gagner la
Lune s'il vient à perdre la Terre**

François Mauriac



Producteur de Pommes, Jean Michel PEIFFER
SCEA DE POUY, Domaine de Pouy 02600
Mortefontaine
Tel : 03-23-96-34-85 ou 06-22-01-82-70

Un fruit à la une

La fraise : toute une histoire...

Si la fraise est aujourd'hui, l'un des fruits préférés des français, cela n'a pas toujours été le cas.

La fraise que consommaient nos ancêtres de l'Antiquité et du Moyen Age était la petite fraise des bois. Elle n'était pas très estimée de par son grand défaut de pousser à ras du sol. La terre étant, des 4 éléments, le moins noble.

La culture de la fraise des bois, dans les jardins, commence aux alentours de 15ème siècle. Les mentalités évoluant, son statut se modifie, comme celui des légumes en général. La fascination pour l'Italie de la Renaissance, pousse la noblesse à imiter certaines pratiques culinaires.

Or les italiens raffolent des légumes et consomment beaucoup de fruits dont les fraises. Elle devient très prisée par les élites qui lui attribuent le statut d'aliment raffiné et lui prêtent des vertus aphrodisiaques.

Les premiers fraisiers furent introduit en France à la fin du 16ème siècle par le navigateur Jacques Cartier. Au siècle suivant, la culture de la fraise s'étend. Louis XIV aimant beaucoup les fraises, Jean-Baptiste de la Quintinie (créateur du potager du Roi), leur consacre une surface importante. Quelques mois avant la mort du Roi, un officier du Génie Maritime Amédée François Frézier, rapporte du Chili 5 plants de fraisier dont la grosseur des fruits a retenu son attention. Confié à Antoine Jussieu (botaniste du jardin royal), certains plants aboutissent au jardin botanique de Brest. Le climat océanique breton, proche de celui du Chili, leur apporte les conditions idéales à leur croissance. Des croisements sont opérés avec des espèces locales et donnent naissance à des hybrides qui sont les ancêtres de nos variétés actuelles.

Ces nouvelles espèces vont trouver un savoir faire et un terroir dans la petite ville de Plougastel. La fraise fera la renommée et la prospérité des locaux. Au début du 20ème siècle, Plougastel produit 1 fraise sur 4. Par la suite, d'autres régions se spécialiseront dans la production de fraises (Carpentras, département du Lot et Garonne). Aujourd'hui, les Etats-Unis sont le 1er producteur de fraises (28% de la production mondiale en 2008, Espagne 6%, et la France 1%).

Article réalisé à partir du texte d'Eric Birlouez dans le journal *equationnutrition* de l'agence *fruits et légumes frais*

Le vote de l'AMAP

Seriez vous d'accord pour vous engager à donner 1€ par mois pendant la saison pour aider un organisme caritatif en leur fournissant un panier pour 4 personnes par semaine ?

Oui, cela m'intéresse.

Non, cela ne m'intéresse pas

Sans opinion



La recette de l'AMAP

Salade de tomates cerise, fraises, sarrasin, basilic et mini-mozzas pour 4 personnes

Temps de préparation : 10 minutes

Ingrédients :

- 500 g de tomates cerise
- 250 g de petites fraises
- 50 g de sarrasin grillé (appelé kasha)
- 12 feuilles de basilic
- 12 mini-mozzas
- 10 cl d'huile d'olive
- 3 cl de vinaigre balsamique
- Sel et poivre

Étapes :

- Lavez rapidement et délicatement les tomates, les fraises et le basilic. Coupez les tomates en deux et gardez les fraises entières. Mélangez ces 2 ingrédients avec les mini-mozzas et ajoutez le sarrasin grillé. Placez cette petite salade dans une boîte munie d'un couvercle et réservez-la au réfrigérateur.
- Ciselez le basilic. Émulsionnez l'huile et le vinaigre avec le sel et le poivre, puis ajoutez le basilic. Réservez la vinaigrette dans un petit pot ou une mini-bouteille fermant hermétiquement.
- Assaisonnez la salade au moment de la servir pour que les fraises et les tomates ne macèrent pas dans la vinaigrette (cela les "cuit"). Si vous n'aimez pas le sarrasin, remplacez-le par des pignons grillés à sec dans une poêle

N.D



Une association à l'honneur

A TOUS LES RANDONNEURS EPRIS DE NATURE

L'association « **Pl'Aisne Nature** » naquit en Janvier 2010 et fut baptisée par le Journal Officiel le 13/02/2010.

Constatant que pour une ville de 30 000 habitants comme Soissons, peu de place était faite aux associations « **nature** » et fort d'une expérience de plus de 10 ans dans une association de randonnée pédestre, nous avons décidé de créer une association se donnant pour but d'allier randonnée pédestre et valorisation du patrimoine naturel et historique de notre région en organisant bien sûr des balades pédestres, mais aussi en participant à des chantiers nature, des sorties nature.

Nous privilégions également les échanges avec d'autres associations proches de la nature, voire caritatives ou de quartier afin de sensibiliser un large éventail de population aux problèmes d'écologie.



« **Mieux connaître la nature pour mieux la protéger** », adage que plus de 30 personnes ont adhéré depuis la création de notre association qui, à ce jour en est à sa quinzième sortie.

De plus, nous nous sommes donnés comme fil conducteur que chaque adhérent peut organiser une sortie ou nous faire rencontrer une de ses connaissances, l'un pour nous parler de la flore, l'autre de la faune ou de bien d'autre chose relative à notre environnement afin d'enrichir la curiosité des membres de « **Pl'Aisne Nature** ».



Les membres du bureau



Bernadette THERY



Xavier HAMELIN



Lyliane HAMELIN



Jacques CHAUVET



Dorothée BERTIN



Natalie DUCHATEAU

Présidente	Bernadette THERY	06.33.20.45.19
Vice Président	Xavier HAMELIN	06.64.22.75.93
Trésorière	Lyliane HAMELIN	03.23.53.29.83
Secrétaire	Nathalie DUCHATEAU	06.45.48.67.76
Chargé de Communication	Jacques CHAUVET	06.85.83.31.36
Responsable animations	Dorothée BERTIN	06.65.29.12.73

Un évènement à l'affiche

- Barbecue prévu au mois de septembre 2011, la date reste à définir. Merci de vous manifester si cela vous intéresse.

- **Dernière minute :** Nous venons d'avoir connaissance du festival des Vers Solidaires à St Gobain les 19 et 20 Aout prochain. Nous allons nous renseigner pour savoir si l'AMAP de St Gobain a prévu de tenir un stand lors de cette manifestation qui présente une conférence très intéressante avec le thème des AMAP inclus.

Cette manifestation est liée à l'harmonie entre la terre et les humains, à la solidarité, aux matériaux recyclables, renouvelables.....est à recommander, et nous vous invitons à prévoir ce rendez vous dans vos agendas.

Festival en harmonie avec la Terre et les Humains :
Projets de solidarité, restauration 100% bio-locale, tri des déchets, toilettes sèches à compost, matériaux recyclables, renouvelables, réutilisables, réseaux coopératifs, économie sociale, solidaire et écologique, commerce équitable...

Comment qu'on vient ?

Stade Champêtre
Ax. Charles de Gaulle
62410 Saint-Gobain

VERVINS
CHARLEVILLE-MEZÈRES
LIGNY
SOISSONS
REIMS

TERGNIER
SAINT-GOBAIN (Nord 02)

Paris et au volant

Venez en train : depuis Lille et Paris : Navettes bus gratuites depuis les gares de Soissons et Tergnier. (Voir Infos sur site)

Tarifs :

Vendredi : sur place uniquement 0€	Gratuit
Samedi : en prévente : 10€ / sur place 15€	pour les moins de 12 ans.
Passe 2 jours : en prévente uniquement : 15€	
Dimanche : gratuit	

Accès au camping 3€ (resto et buvette bio, douches, toilettes sèches)
Concert acoustique de Goayandi.
Les chiens de plus de 30kg sont interdits (ainsi que les chevaux).

Renseignements / Réservations / Vente par correspondance :
vers-solidaires.org / 06.63.70.84.83

Infos, réservation :
www.vers-solidaires.org

billets :
06.63.70.84.83

Babylon Circus, Les Tambours du Bronx, Les Ramoneurs de Menhirs, Les Blaireaux, Goayandi, Le Fil de l'eau, Ekadi, Manala, DGC...

Astuces jardinage

Purin de fougère contre pucerons

La fougère aigle n'est autre que la fougère commune poussant par tapis ardents dans nos sous-bois. Envahissante grâce à ses rhizomes noirs, fibreux et rampants, elle est même considérée comme gênante dans la gestion des forêts. C'est donc là qu'elle peut être prélevée sans nuire à la faune en place.

Ensuite, tout se déroule comme la confection d'un purin d'ortie. A raison de 1 kg de feuilles pour 10 litres d'eau de pluie. La macération doit se faire dans un récipient couvert et au frais en prenant soin de remuer une fois par jour pendant la dizaine de jours que dure l'infusion. C'est prêt !

Après filtration, on profite alors de 10 litres de potion magique anti-pucerons à conserver dans des conditions identiques à la macération. Soit, une quantité plus que nécessaire ! Le purin de fougères peut être utilisé en dilution à 10% dans de l'eau de pluie et vaporisé localement en cas d'attaque sur les

végétaux d'ornements, le potager et les fruitiers. Presque toutes les plantes sont concernées, car les pucerons verts comme les pucerons noirs ont été testés et ne s'en sont pas relevés. Si une pulvérisation unique ne vient pas à bout de la colonie, un complément du savon noir dilué à 15g/l peut alors être envisagé, aussi bien qu'un deuxième passage de purin...

www.kellygraphic.fr



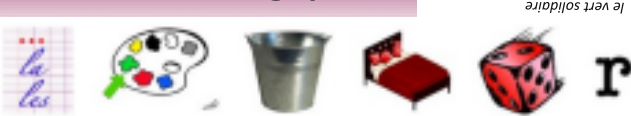
kellygraphic@orange.fr

Voeux
Mariages
Baptêmes
Etiquettes
Invitations
Naissances
Calendriers

Signalez que vous venez
de l'AMAP

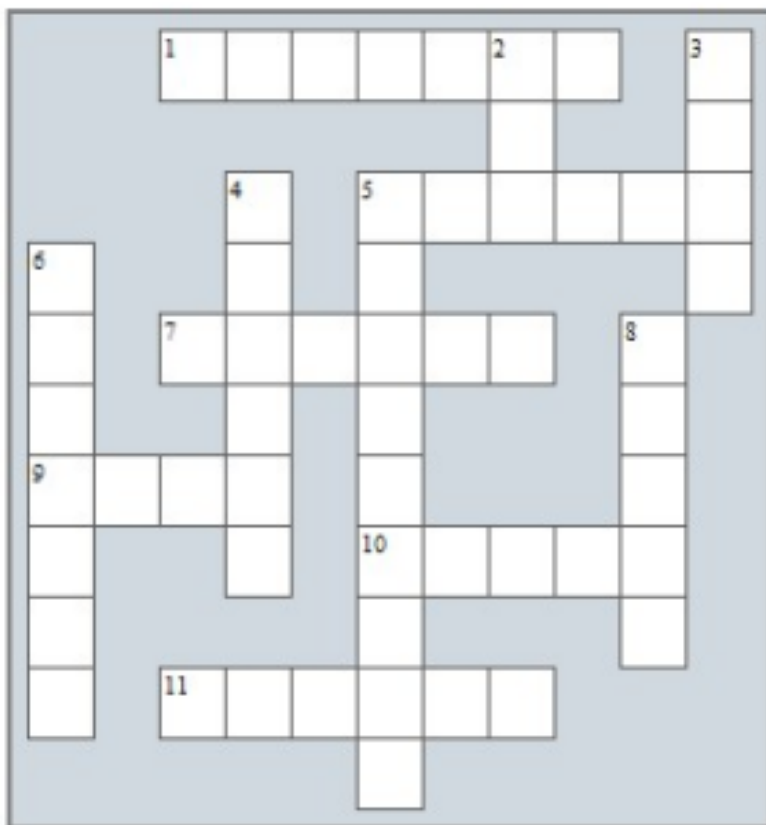


La charade écologique



Les mots croisés de l'AMAP

Les Légumes



Horizontal

1. Plante, potagère à longues feuilles vertes et bulbe blanc, de la famille des liliacées, familièrement verrue poilue.
5. Plante potagère de la famille des ombellifères, dont la racine est comestible.
7. Plante potagère à bulbe, à saveur et odeur très fortes, de la famille des liliacées, utilisée en cuisine, montre ancienne de forme bombée.
9. Plante légumineuse comestible de la famille des crucifères, pâtisserie légère constituée de pâte et de crème, familièrement personne gentille, plaisante.
10. Plante herbacée méditerranéenne, de la famille des valérianacées, dont les feuilles se mangent en salade.
11. Plante de la famille des cucurbitacées, à fruits comestibles, très familièrement imbécile, sot.

Vertical

2. Plante à bulbe utilisée en cuisine, de la famille des liliacées.
3. Céréale comestible, de la famille des graminées de couleur blond doré.
4. Plante herbacée annuelle dont on consomme les feuilles en salade.
5. Plante potagère de la famille des cucurbitacées.
6. Légume voisin du chou-fleur, d'origine italienne.
8. Plante, potagère à la racine comestible, de la famille des crucifères, familièrement œuvre sans intérêt ou mauvais film.

La charade écologique

Mon premier est une salade. Mon second est une salade. Mon troisième est une salade. Mon quatrième est une salade. Mon cinquième est une salade. Mon sixième est une salade. Mon septième est une salade et mon huitième est une salade. Mon tout est un grand écrivain Anglais

Lewis Carroll (Les huit scores)

La blague écologique

