



**AMAPiens**  
au Pays de Brive

Maison des Associations  
11 place Jean-Marie Dauzier  
Boîte n°51 - 19100 BRIVE  
[apbrive@gmail.com](mailto:apbrive@gmail.com)  
Site : <http://amapiens-brive.org>

# Feuille de Choux n°32

## Décembre 2014

Bonjour,

Dernière Feuille de Choux de l'année.

Celle-ci est bien fournie en infos diverses et variées, mais surtout : réservez votre soirée du 15 janvier pour l'AG !

Bonnes fêtes de fin d'année à tous !

Amapiennement,  
Elisabeth Carbone

**Pour proposer des articles à la publication écrire à :**  
[apbrive@gmail.com](mailto:apbrive@gmail.com)

Limite de réception  
le 20 du mois

### Sommaire

#### I- AMAPiens au Pays de Brive

- 1) Petit calendrier amapien : 15 et 18 décembre, 15 janvier
- 2) Infos du bureau : AG ; apéro livraisons ; réunions de bureau
- 3) Des nouvelles de nos AMAP : « Noix et dérivés » ; nouvelles AMAP ?
- 4) La rubrique des paysans : la com ; visite de la ferme des Gariottes
- 5) La recette du mois : gâteau de courge ; le tchaï

#### II- Nouvelles du Limousin

- 1) Actualités paysannes : formation permaculture
- 2) Autres infos : les médecins du Limousin à l'origine d'un mouvement national

#### III – Les AMAP plus loin

- 1) En France : l'AMAP, bien plus qu'un panier ; vidéo du réseau des AMAP Ile de France
- 2) Les AMAP encore plus loin : le réseau breton des AMAP est né !

#### IV- Infos diverses

- 1) A savoir : agroécologie paysanne
- 2) A voir : L'histoire de Marguerite, ou les impacts sociétaux de la filière lait française

### I- AMAPiens au Pays de Brive

#### 1) Petit calendrier amapien

Lundi 15 décembre : apéro livraison de Noël

Jeudi 18 décembre : apéro livraison de Noël

Jeudi 15 janvier 2015 : Assemblée Générale

**Notez cette date essentielle dans votre agenda !**

#### 2) Infos du bureau

**Assemblée Générale : jeudi 15 janvier 2015 à 20h**

Salle Dumazaud, rue de Selves à Brive

Moment important dans la vie de l'association, avec les réadhésions 2015, la signature de la nouvelle charte des AMAP, une réflexion avec les paysans de l'AMAP sur les orientations de notre association, sur une meilleure répartition des tâches entre les amapiens,...

La présence de tous est fortement recommandée

### Apéro- livraisons à venir

Lundi 15 et jeudi 18 décembre  
Pour terminer l'année de manière conviviale !  
**Amenez des petites choses à grignoter**

### Prochaines réunions du bureau : à partir de février 2015

Elles seront planifiées par le prochain bureau  
**N'hésitez pas à participer à ces réunions  
vous êtes tous les bienvenus !**

### 3) Des nouvelles de nos AMAP

#### AMAP « Noix et dérivés »

**Nouvelle référente**  
Luciana Popa

#### Des idées/Des envies de nouvelles AMAP

Vin, légumes secs, fromage de Rocamadour, truites, huiles essentielles,...  
A suivre selon les adhérents intéressés et les volontaires pour le rôle de référent.

### 4) La rubrique des paysans

#### La communication

Suite à ma lecture de la Feuille de chou de novembre, dont je remercie notamment Élisabeth de poursuivre vaillamment l'élaboration, je souhaite participer au groupe "Com".

Nous parlions justement, avec Yves, Florent et David, de la nécessité de marteler les valeurs de l'AMAP, d'en parler, et j'en suis même venue à lister les médias locaux en me disant que j'allais les solliciter dès le début du printemps pour nous assurer d'avoir une quantité de paniers un peu plus conséquente dès le démarrage de la saison. **Même**

**aujourd'hui, le nombre de paniers n'est pas vraiment suffisant...**

Nous avons des difficultés à trouver des personnes convaincues par l'achat de produits sains... au marché, par panier ou n'importe quel autre système. Pour ma part, je n'ai pas envie de m'éparpiller et je préfère miser sur l'AMAP dont les principes sont beaux et justes, qui soutiennent réellement notre mode de production et assure notre pérennité, et qui nous permettent de rencontrer nos mangeurs autrement que par l'échange financier. Voilà qui est dit !

Virginie Podevin, maraîchère

#### Et vous ? Que faites-vous pour faire connaître l'AMAP ?

Racontez-nous dans un article de la Feuille de Choux ou rejoignez le (petit) groupe « com », ou plus simplement devenez relais pour déposer des plaquettes, ou signalez-nous un lieu de dépôt possible.

Ecrire à : [apbrive@gmail.com](mailto:apbrive@gmail.com)

#### Visite de la ferme des Gariottes

Rendez-vous chez Philippe Leymat qui nous fournit en œufs et cerneaux de noix. Une quinzaine d'adultes sont présents et une bonne dizaine d'enfants.





Si les adultes s'intéressent à l'historique de la ferme et du GAEC, les enfants marquent vite des signes d'impatience et d'ennui, mais... ils se rattrapent bien vite ensuite en goûtant les noix (et en chahutant un peu avec !). D'office quelques uns prennent les choses en main en balayant le hangar de Philippe des quelques coquilles que nous avons mis par terre.

Pour finir l'après midi, les enfants sont ravis de participer au ramassage des œufs du jour !

*Pour ma part, ce que j'ai retenu de cette journée, entre autres, c'est que l'intérêt essentiel de faire un GAEC, c'est la possibilité d'avoir des vacances et régulièrement des week-end libres ! :-)*

Nous nous sommes régalés avec les noix caramélisées et sommes du même coup en attente du prochain contrat « noix et dérivés », mais restons un peu dubitatif quand même devant l'énorme travail de tri, fait en partie par des machines certes, mais qui nécessite quand même pas mal de travaux manuels...

L'après midi se termine par une visite de la coopérative de Branceilles qui produit le vin « Mille et Une Pierres » et, forcément, une dégustation des vins bios a finalisé ce moment. Je retiens particulièrement le rouge sans sulfite ! Un nouveau contrat à envisager ?!

Bientôt un compte rendu plus complet sur notre site.



Elisabeth Carbone

## 5) La recette du mois

### Gâteau de courge

Cuisson à four chaud : 170°, 30 à 40 mn

**Ingrédients :** 300g de Butternut ou potimarron ou toute courge douce et sucrée ; 100g de sucre en poudre ; 100g de farine, blé ou maïs ; 3 œufs ; 2 cuillères à soupe d'huile de votre choix ; un parfum (gingembre poudre ou frais râpé, ou jus d'orange)



**Préparation :** cuire la chair coupée en morceaux à la vapeur 10 à 15 mn ; laisser refroidir, séparer les blancs des jaunes de 3 œufs, battre les jaunes avec le sucre en poudre, y mélanger la chair cuite et refroidie de la courge, bien débarrassée de l'eau de cuisson à travers un tamis, ajouter selon les goûts : gingembre ou jus d'orange ; ajouter 100g de farine, ajouter les 2 cuillères d'huile. Bien mélanger, ajouter les blancs battus en neige doucement, en soulevant la pâte, mettre dans un moule tapissé de papier cuisson ; mettre au four, il doit être bien doré.

Bonne dégustation !

### Et la recette du tchai

demandée lors de la visite chez Philippe Leymat

Mettre dans 1 litre d'eau des épices diverses. Moi je mets environ : 4 clous de girofle, 1 demi bâton de cannelle friable écrasée (je me sers d'un mortier), une cuillère à café de graines d'anis, une cuillère à café de graines de cardamome écrasées (on peut aussi mettre du poivre, du gingembre, pas d'anis, etc, selon ses goûts).

Amener à ébullition pendant 10 mn.

Arrêter et ajouter une cuillère à café de thé fumé de préférence (ou noir ou vert selon le goût).

Laisser infuser 10 mn.

Sucrer beaucoup.

Verser un verre de lait (ou lait de soja).

Réchauffer si nécessaire.

C'est prêt !



## II- Nouvelles du Limousin



### 1) Actualités paysannes

#### Permaculture

**Agrobio19 a organisé 2 journées de formation à la permaculture les 21 et 22 octobre à Neuvic**

Une réussite avec 23 stagiaires, maraîchers, éleveurs et porteurs de projets. Claire Uzan, diplômée en permaculture a été fort appréciée pour sa pédagogie avec des exercices de conception qui ont ponctué le stage, sur le lycée qui accueillait lui-même, mais aussi chez un paysan le 2<sup>ème</sup> jour.

*La permaculture amène une réflexion globale sur l'éthique de notre mode de vie et propose un ensemble de bonnes pratiques visant par exemple à générer une production agricole soutenable, très économe en énergie et respectueuse des êtres vivants et de leurs relations réciproques. Elle vise à créer un écosystème productif en nourriture, ainsi qu'en d'autres ressources utiles, tout en laissant à la nature « sauvage » le plus de place possible.*

Source : La Montagne – Lundi 10 novembre 2014

### 2) Autres infos limousines

#### Les médecins s'inquiètent

*Le Limousin est une région où traditionnellement on pratique la polyculture et l'élevage et jusqu'à une période assez récente, les exploitations étaient petites et plutôt familiales. Mais, rentabilité oblige, celles-ci se sont peu à peu transformées pour se tourner vers la culture céréalière et la culture intensive des pommes. Deux activités où l'on emploie de grosses quantités de pesticides.*

2 médecins généralistes exercent dans cette région depuis longtemps et, en quelques années seulement, ils ont remarqué chez leurs patients une multiplication des cas de cancers, de Parkinson, d'Alzheimer, de troubles de la puberté, de leucémies...

**Pour eux, cela ne fait pas de doute, l'utilisation intensive de produits phytosanitaires est la cause de cette augmentation.**

Ils se sont tournés vers les autres médecins de la région et ont recueilli des témoignages identiques. Tous ensemble, ils ont décidé de lancer un appel aux autorités locales afin qu'elles prennent des mesures de prévention. **85 médecins de la région ont signé cet appel, bientôt rejoint par d'autres et ils sont aujourd'hui 1 400 médecins, dans toute la France.**

Source : Alternative Santé - Newsletter N°116

<http://www.alternativesante.fr/fre/21/newsletters/newsletters/liste> (Il est obligatoire de s'inscrire au site – c'est gratuit)

## III - Les AMAP plus loin

### 1) En France

#### L'AMAP, c'est bien plus qu'un panier !

**Le 22 novembre 2014, Le Point publie un article sous le titre « Ruches et AMAP : la guerre des légumes chez les bobos ? ».**

En réponse, le MIRAMAP rédige une lettre ouverte qui est une mise au point sur la réalité du mouvement des AMAP et une rectification de plusieurs erreurs contenues dans cet article. A cette occasion, le MIRAMAP rappelle que la particularité des AMAP est d'inscrire leur action dans une visée de transformation radicale de l'agriculture et de notre rapport à l'alimentation pour construire un nouveau pacte social entre le monde paysan et la société.

Lire la lettre : <http://miramap.org/Lettre-ouverte-du-MIRAMAP.html>



#### Le Réseau AMAP Ile-de-France

Depuis 2004, le Réseau AMAP Ile-de-France accompagne le développement du mouvement des AMAP dans la région. Il soutient aussi depuis 2009 l'installation de nouveaux paysans en agriculture biologique de proximité, avec ses partenaires du Pôle Abiosol.

**Voir une vidéo de 3mn26 d'Olivier Lavielle :**

<http://vimeo.com/user2752383/review/111693630/e9d99a7490>

Plus d'infos sur : [www.amap-idf.org/](http://www.amap-idf.org/)

## 2) Les AMAP encore plus loin

### Le réseau breton des AMAP est né !

Depuis plusieurs mois, des représentants d'AMAP bretonnes se retrouvaient afin de construire les bases d'un réseau. Un document de travail commun a été établi et le réseau breton des AMAP est né.

**Ses objectifs** : développer des partenariats, s'ancrer dans les territoires, accompagner la création et la pérennisation des AMAP, assurer une veille juridique et permettre de se défendre juridiquement.

Les participants se retrouveront début mars lors d'une assemblée générale constitutive dans la région de Pontivy. (*En Bretagne, la première AMAP est née à Pontivy, en 2005.*)

**Source** : Le Télégramme, quotidien de la Bretagne - <http://www.letelegramme.fr/morbihan/agriculture-le-reseau-breton-des-amap-est-ne-20-11-2014-10430991.php>

## IV- Infos diverses

### 1) A savoir

#### Qu'est-ce que l'agroécologie paysanne ?

**Nous sommes obligés de la qualifier de « paysanne » pour la distinguer de la campagne de communication du Ministère de l'Agriculture qui brandit le drapeau de l'agroécologie dans le seul but de mieux camoufler la fuite en avant de l'agriculture industrielle vers la marchandisation du vivant et la bioéconomie.**

En effet, les méthaniseurs industriels qui détournent la production alimentaire au profit de la poursuite du gaspillage énergétique, les semis directs avec l'herbicide Round Up® et les technologies génétiques destinées à breveter les semences sont des supercheries qui sont scandaleusement inscrites sous le vocable agroécologie par ce ministère qui perpétue un modèle agricole industriel où le travail humain est taxé, l'emploi est détruit et les intérêts du capital préservés. Actuellement, nous avons en France 5 millions de chômeurs, dont des paysans sans terre, et 500 000 agriculteurs. C'est une situation aberrante dans un contexte de réchauffement climatique qui nécessite une réduction de la consommation des énergies fossiles et une

augmentation significative de la population agricole.

L'agroécologie paysanne est un corpus de pratiques vivantes et de mouvements sociaux avec un objectif politique commun : une agriculture sociale et écologique ancrée dans les territoires. Elle s'inclut dans un mouvement de transformation sociétale global qui touche tous les secteurs d'activité (énergie, transformation, commerce, transport, habitat, éducation, santé, etc).

Les savoirs scientifiques et techniques ne peuvent être dissociés des savoirs et des pratiques populaires ; ils en sont même l'émanation. Les premiers savoirs agronomiques ont été les savoirs et savoir-faire paysans qui n'ont cessé de s'adapter à leur environnement et aux sociétés. Les pratiques qui se revendiquent de l'agroécologie sont vivantes et au cœur des processus créatifs, culturels et sociaux. L'agroécologie paysanne est avant tout un outil de transformation sociale et place l'humain et la nature au centre des préoccupations sociétales pour sortir de la dictature de l'argent et de la finance.

**Voir le manifeste du collectif agroécologie paysanne** : <http://domainemontsetmerveilles.com/vins-et-vignoble/collectif-pour-une-agroecologie-paysanne/>

**Lire la définition de l'agroécologie paysanne dans la charte du Commerce Equitable Nord/Nord** : <http://www.commerceequitable.org/actualites/334-lancement-de-la-charte-du-qcommerce-equitable-localq.html>

**Voir le manifeste des Rencontres Nationale Des Agricultures** : <http://www.rencontresdesagricultures.com/>

### 2) A voir

#### L'histoire de Marguerite, ou les impacts sociétaux de la filière lait française (8mn47)

Quelles sont les problématiques clés, sociales comme environnementales, liées au modèle intensif de la filière lait ? Quelles sont les retombées de la concentration observée depuis 50 ans ? Dans quelle mesure ce phénomène joue-t-il sur la pérennité de la filière ? Quelles sont les alternatives existantes ? En quoi dessinent-elles un chemin différent ?...

**Voir la vidéo** : <http://lebasic.com/?p=108>

