

ABONNEMENT PANIERS DE LEGUMES 2025



Lieu de livraison : Domaine Ecologique des Roches Noire ou un CCAS (planning à demander auprès du CCAS)

Mes coordonnées

Nom : Prénom :

Adresse :

Ville : CP : Téléphone :

Adresse mail :

J'accepte de recevoir la newsletter de Graine en Main et les campagnes de dons OUI NON

Nombre de personnes dans le foyer *

.....

Répartition par classe d'âge	Nombre de femmes	Nombre d'hommes
0-3 ans		
4-14 ans		
15-24 ans		
25-49 ans		
50-64 ans		
65 ans et plus		
TOTAL		

* Les informations collectées sont à titre indicatif et seront anonymisées. Elles seront exploitées afin de mieux connaître le profil de nos adhérents.

Paniers livrés

⚠ Paiements mois par mois



Panier (4 / 5 légumes) D'une valeur initiale de 12€

Ces paniers d'une valeur initiale de 12€ sont financés à hauteur de 8€ par la Communauté de Communes Cœur Côte Fleurie, 2€ par votre CCAS et 2€ par vous.

En complétant ce bulletin vous vous engagez à récupérer un panier de légumes un mercredi sur deux, soit tous les 15 jours à partir du mercredi 5 février 2025 jusqu'au mercredi 31 décembre 2025. Vous vous engagez, tous les mois à régler les paniers livrés durant le mois, soit 2€ x le nombre de paniers reçus (entre 2 et 3 paniers selon le nombre de mercredis dans le mois, soit l'équivalent de 4€ ou 6€/mois) auprès de votre CCAS.

Ateliers de cuisine

En parallèle de ces livraisons, la Communauté de Communes vous propose des ateliers de cuisine une fois par mois auxquels vous pouvez participer seul(e) ou en famille. Ces ateliers seront l'occasion d'apprendre de nouvelles recettes simples avec les légumes livrés. Inscription en amont aux ateliers auprès de votre CCAS afin de pouvoir planifier de planifier au mieux l'organisation.

Mon calendrier de livraisons

	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
MERCREDIS (JOUR ATELIER CUISINE EN VERT)	5	5	2	7	4	2	13	10	8	5	3
	19	19	23	21	18	16	27	24	22	19	17
						30					31
Montant mensuel des paniers	4€	4€	4€	4€	4€	6€	4€	4€	4€	4€	6€

Adhésion

J'ai pris connaissance du fonctionnement de Graine en Main

Le :

Signature :

Graine en Main



Nous sommes une association et un chantier d'insertion (Jardin de Cocagne) situé à Etainhus près du Havre qui emploie, accompagne et forme des personnes en transition professionnelle. Ce sont elles qui sèment, cultivent, récoltent, préparent et livrent les légumes. En adhérant à Graine en Main, vous contribuez à la lutte contre les exclusions sociales et la précarité, l'essor du maraîchage biologique et en circuit court, l'accessibilité à une alimentation bio et locale pour tous, le développement d'un projet agricole innovant alliant respect des hommes et de la nature. L'abonnement est synonyme de solidarité car il nous donne une certaine sécurité en tant que producteurs.

La diversité des légumes que nous vous proposons dépend des saisons et des conditions météorologiques, qui peuvent impacter les cultures (gel, sécheresses, intempéries...).

La feuille de chou :



Vous la retrouverez chaque semaine dans vos paniers et sur les marchés, elle résume les actualités de l'association et vous donne des informations sur les événements que nous organisons. Vous y retrouverez aussi des recettes pour cuisiner les légumes de vos paniers ! Vous pouvez nous partager vos recettes à l'adresse justine.clemence@graineenmain.org pour qu'elles paraissent sur la feuille de chou !



Liberté
Égalité
Fraternité



Liberté
Égalité
Fraternité



Programme « Paniers Solidaires » :

Graine en Main s'engage pour rendre accessible à tous une alimentation de qualité.

Dans le cadre du programme "Paniers Solidaires" du Réseau Cocagne, il est possible de payer vos paniers de légumes frais et bio à prix réduit si vous n'avez pas les moyens de les acheter au prix réel. Le complément des paniers est payé par des dons de particuliers et par nos partenaires : le Réseau Cocagne et le Ministère de la Santé et de la Prévention, le GIP LHSM, les CCAS et centres sociaux...

En m'abonnant aux paniers de Graine en Main je m'engage à :

- Payer tous mes paniers à l'avance en début de mois.
- Prévenir la semaine précédente mon CCAS/Mairie si je suis absent(e)
- Venir chercher mon panier tous les 15 jours à mon point de livraison avec mon propre sac ou panier.
- J'ai la possibilité de participer à des ateliers "Cuisine ton panier"