

## LA CÉDILLE

n'est pas  
chocolat !

À l'approche des fêtes de Pâques, la Cédille apprécie de voir les gens, non seulement lécher les vitrines, à combier alléchantes, des chocolatiers et pâtisseries de la cité des bords du Châ, mais aussi entrer ensuite dans les boutiques pour y acheter œufs, poules et autres lapins en chocolat. Et il y a en a pour tous les goûts et de toutes les tailles. Rassurant à un moment où les achats, même de nourriture, ont tendance à se faire par Internet. Il est vrai qu'acheter du chocolat par l'intermédiaire de tablettes...

**SHIRLEY boutique ANNIVERSAIRE**

Jusqu'au 31 mars  
**-20%**

- Rayon enfants
- Tenues de cérémonie
- Bijoux
- Accessoires

**PRÊT-À-PORTER FÉMININ**

39, av. de la République - MONTLUÇON - 04 70 05 86 21  
[www.shirleyboutique03.com](http://www.shirleyboutique03.com)

## LA PHRASE DU JOUR

« Nos prix sont moins chers que dans un magasin bio local, et à peu près aussi chers que dans les grandes surfaces. »

Sylvain Falvay, de l'Amap Les Courgettes

## Montluçon → Vivre sa ville

**CONSOMMATION** ■ Les associations proposent plusieurs tailles de panier de légumes et divers produits

## Deux Amap pour manger bio et local

Il existe deux associations pour le maintien d'une agriculture paysanne (Amap) sur le secteur de Montluçon. Nous avons comparé pour vous les deux paniers de légumes.

## Romain Beal

La semaine dernière, l'Amap Les Courgettes organisait une journée portes ouvertes à la brasserie Blondel, où ont été distribués les paniers.

## L'AMAP LES COURGETTES

L'occasion pour les adhérents (ou non) de rencontrer les huit producteurs avec lesquels travaille l'association. Tisane, escargots, miel, pain, œufs, fromages, légumes, viandes, tout est bio. « L'idée, c'est d'avoir la plus grande diversité de produits, mais en respectant une certaine saisonnalité », explique Sylvain Falvay, le trésorier.

Avec 50 adhérents et 8 ans d'existence au compteur, l'Amap vise aujourd'hui le seuil critique de 80 adhérents, pour pouvoir faire travailler à temps plein son maraîcher Les Jardins d'Ève, sis à Chambonchard, et pierre angulaire de l'association. Les contrats, passés librement avec chaque producteur (sans intermédiaires), courent sur 44 semaines.

« On veut essayer de donner plus de liberté aux adhérents, car les gens ont souvent peur de l'engagement dans les Amap. On veut que le circuit court devienne un court-circuit, »



**SAISONNALITÉ.** Les légumes sont de saison à l'Amap Les Courgettes : poireaux, endives, et bettes. PHOTO C. CHAMPAGNAT

mais c'est encore difficile surtout pour les produits secs. Mais nos prix sont moins chers que dans un magasin bio local, et à peu près aussi chers que dans les grandes surfaces. Et l'Amap, ça vaut tous les labels.

Livraison tous les mercredis pour les légumes à la brasserie Blondel, avec trois tailles de panier disponibles.

Les adhérents remplissent eux-mêmes leurs sacs avec l'aide d'une balance. La confiance règne. Avec, évidemment, la possi-

bilité de boire une bière au comptoir de la brasserie. Petit plus, un site Internet avec chaque semaine des recettes en fonction des légumes distribués.

**8 euros :** 500 grammes de carotte, 700 grammes de poireaux, 500 grammes de betterre, 1 oignon et 200 grammes de pourpier.

**11 euros :** 650 grammes de carotte, 850 grammes de poireaux, 700 grammes de betterre, 1 oignon et 200 grammes de pourpier, 1 botte de plantain

**16,50 euros :** 850 grammes de

carotte, 850 grammes de poireaux, 700 grammes de betterre, 1 oignon et 350 grammes de pourpier, 1 botte de plantain et 650 grammes d'endives.

## L'AMAP LES OUCHES

Historiquement, c'est la première Amap créée sur le bassin, en 2008. Elle compte aujourd'hui 70 adhérents, et concerne 6 producteurs. Là aussi, on trouve légume, pain, fromage, et viande.

« Notre principal souci, c'est

qu'on n'a pas de salle pour notre activité, la mairie nous l'a toujours refusée, explique Erwan Charry, membre du bureau. Donc un adhérent nous prête son local pour l'instant. »

Les engagements avec les producteurs courent sur 50 semaines, mais une certaine souplesse existe. Erwan parle de « consommateurs ».

« On veut que le circuit court devienne un court-circuit »

« Deux paniers peuvent être annulés, et deux autres peuvent être déplacés. Mais les gens arrivent en général à se débrouiller, il n'y a jamais de problème. Et ça permet aux producteurs locaux de gérer leur trésorerie avec une année d'avance. »

Deux tailles de paniers de légumes sont disponibles, dans le respect des saisons. Distribution le mercredi entre 17 heures et 19 heures au 11 rue de Valmy.

**10 euros :** 1 kilo de pomme de terre, 1 kilo de carotte, 500 épinards, 1 botte de poireaux.

**15 euros.** La même chose, mais en plus grande quantité.

« Pour plus de diversité, il vaut mieux attendre le mois d'août, précise Erwan. En hiver, la valeur du panier tourne plus autour de 8 euros, alors qu'en août, on se rapproche des 14 euros. Les prix sont lissés sur l'année. » ■

## La Ruche qui dit oui, une alternative

La Ruche qui dit oui compte près de 1.000 membres, et livre une trentaine de commandes par semaine, le jeudi de 17 heures à 19 heures, au bar des Marais.

À La Ruche qui dit oui, pas d'engagement. Toutes les commandes se font sur Internet. Mais à la différence des deux Amap, tout n'est pas bio, et ce n'est pas vraiment la vente directe. Car le responsable de la ruche locale touche 8 % des ventes, et l'entreprise commerciale Equanum 8 % également. « Certains viennent toutes les semaines, d'autres tous les 15 jours », précise Christophe Boulan, le responsable local. ■



**PRODUCTEURS.** Une vingtaine de producteurs locaux, dont trois maraîchers, travaillent avec la Ruche. Certains livrent également les deux Amap.

**OUVERTURE EXCEPTIONNELLE LUNDI 28 MARS**  
de 10h à 12h et de 14h à 18h

**15 € EN BON D'ACHAT**  
par tranche de 100 € d'achat

A valoir sur votre prochain achat (hors bon d'achat) du 28 mars au 1 avril. Bon d'achat à valoir sur commande jusqu'à 100 €.

\* Maxi 10 bons d'achat par passage en caisse

**Mr. Bricolage**  
On peut compter sur lui.

Z.A. de Châteaugay - DOMERAT/MONTLUÇON - 04 70 28 04 04