



Notre A.M.A.P. (Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne) fête ses 16 années d'existence. Depuis 2010, située au sein du quartier Bourg-l'évêque, l'I-AMAP-Y propose des produits bio et locaux aux rennaises et rennais dans une ambiance conviviale. Ce faisant, elle favorise l'installation et la pérennité des exploitations agricoles dans le Pays de Rennes qui promeuvent une agriculture respectueuse de l'environnement, de la santé et des paysans qui la compose.

Cette année, notre AMAP propose les produits de 9 agriculteurs et producteurs locaux basés en Ile-et-Vilaine. Le nombre d'amapiens oscille entre 45 et 65 foyers selon les saisons.

Jean-Philippe (Président)

Boris (Secrétaire)

Emmanuelle (Trésorière)

## LES PRODUCTEURS DE L'AMAP

### **Fabrice THOMAS-RAMADIER, maraîcher**

07 61 10 23 80 / lejardindemarcelleetmelanie@gmail.com

Fabrice propose des paniers de **légumes de saison**. Les produits proviennent de sa ferme en agriculture biologique située à la Chapelle-Thouarault (35), complétés très ponctuellement de légumes provenant d'autres maraîchers locaux en AB.



### **Orwin HEBERT, paysan-crêpier**

06 68 93 45 16 / orwin.hebert@hotmail.fr

Orwin propose des **galettes de sarrasin** et des **crêpes de froment**, produites à Mordelles (35), à partir de farine produite sur sa ferme Agriculture Biologique. Les autres ingrédients proviennent de producteurs locaux. Il propose également des **farines fraîches de froment et de sarrasin** en sachets de 1kg.



### **Coop pains des bois, boulangers**

06 46 06 50 61 / coop.pains@proton.me

Ce groupement de 3 boulangers, basé à Thorigné-Fouillard (35) depuis 2022, propose du **pain au levain**, pétri à la main et cuit au four à bois.



### **Françoise LOUAPRE, éleveuse de volaille**

06 37 31 29 90 / leboutduchemin@orange.fr

Françoise livre des **œufs** issus de sa ferme située à Lailé (35), certifiés AB. Ponctuellement, elle propose des poulets entiers, des rillettes, terrines et autres produits préparés.



### **Sébastien BESSIEUX, éleveur de chèvres**

06 67 29 35 27 / sebbsx@gmail.com

Sébastien propose des **fromages de chèvres**, **Yaourts et Fromages Blancs**, certifiés AB, produits dans sa ferme à Guichen (35).



### **Pierre ESTRADE, éleveur de porcs et boeufs**

06 80 34 35 22 / fermedelacerisaie@hotmail.fr

Pierre propose de manière ponctuelle des colis de **viande de porc et de bœuf** élevé dans sa ferme de Saint-Thurial (35), conditionnés sous vide, certifiés AB.



### **Didier MASSY, apiculteur**

06 10 46 68 64 / didiermassy@aol.com

Didier propose tous les 2 mois environ du **miel et des produits confectionnés à base de miel** (pains d'épices, bonbons, nougats, etc), certifiés AB. Ses ruchers sont situés dans le sud du département autour de la vallée du Semnon.



### **La brasserie du Vieux Singe**

06 74 78 54 89

Cette brasserie locale, artisanale et biologique, basée à Saint-Jacques de la Lande (35), livre une fois par mois notre Amap (4 types de **bières** en bouteilles de 75 cl)



### **Emmanuelle DERAËVE, Les Herbes de l'écureuil**

lesherbesdeleecureuil@protonmail.com

Emmanuelle produit des **plantes pour tisanes**, en agriculture biologique, dans sa ferme de Corps-Nuds (35). Elle livre notre Amap tous les 2 mois environ



## La plateforme AMAPJ

<https://s8.amapj.fr/p/rennes-i-amap-y/>

Véritable cœur du fonctionnement de l'AMAP, cet outil permet de gérer les adhésions, les contrats, les distributions, il est utile à la fois pour les producteurs, les bénévoles et les adhérents.

En tant qu'adhérent, la plateforme vous permet :

- d'adhérer aux contrats réguliers ou en « commande ponctuelle »
- de connaître quels seront les produits que vous devez récupérer chaque mercredi
- de vous inscrire en tant que bénévole pour une prochaine distribution

N'hésitez pas à nous questionner pour toute difficulté ou problème d'accès.

## Comment faire en cas d'absence ?

Si vous n'êtes pas disponible exceptionnellement, et ne pouvez envoyer un proche chercher votre panier un mercredi, le système des malles métalliques à cadenas vous permet aussi de venir chercher votre panier plus tard.

**A condition de prévenir préalablement** Jean-Philippe (06.12.37.02.42) ou Fabrice (07.61.10.23.80) par texto avant 19h le mercredi, les bénévoles de l'AMAP mettront vos produits dans la malle métallique dans un sac. Pour éviter tout pourrissement de légumes oubliés, nous ne mettons dans les malles que les paniers des personnes qui nous ont contactés préalablement.

Afin de permettre cette possibilité, il est demandé aux amapiens de fournir un sac cabas vide lors de leur adhésion à l'association.

## Les permanences de distribution

Il est demandé à chaque amapien de venir donner un coup de main 1 à 2 fois par an pour le bon déroulement des distributions. Les pré-inscriptions se font sur la plateforme AMAPJ. Lors de votre permanence, il faut arriver vers 17h50 pour installer le matériel, préparer les paniers pendant l'heure de distribution, puis ranger les tables vers 19h-19h15.

## Les amapéros

Chaque 1<sup>er</sup> mercredi du mois, pour favoriser la convivialité et la bonne ambiance, un amapéro est organisé pendant le temps de la distribution. Chacun est libre d'amener de quoi manger ou boire et partager un moment convivial !

**Au verso, retrouvez le planning  
détaillé des distributions du  
prochain semestre**



type de contrat	Légumes		Pains		Crêpes/Galettes		Farines		Fromages de chèvres		Yahourts / fromage blanc		Œufs		Bières		Miel		Tisanes		Crèmes de marrons, noix, rouleaux de fruits	
	Abonnement (avec 2 jokers)	Fabrice THOMAS-RAMADIER	Choix pour chaque date	Coop pains des bois	Choix pour Chaque date	Orwin HEBERT	Choix pour Chaque date	Orwin HEBERT	Abonnement	Sebastien BESSIEUX	Abonnement	Sebastien BESSIEUX	Abonnement	Françoise LOUPRE	Choix pour chaque date	Brasserie du vieux-singe	Ventes ponctuelles	Didier MASSY	Ventes ponctuelles	Emmanuelle DERAEVE	Ventes ponctuelles	Alice POISSON
Producteur																						
11/03/26					1		1		1		1		1				1					
18/03/26	1												1									
25/03/26	1		1																			
01/04/26	1		1																			
08/04/26	1		1																			
15/04/26	1		1																			
22/04/26	1		1																			
29/04/26	1		1																			
06/05/26	1		1																			
13/05/26	1		1																			
20/05/26	1		1																			
27/05/26	1		1																			
03/06/26	1		1																			
10/06/26	1		1																			
17/06/26	1		1																			
24/06/26	1		1																			
01/07/26	1		1																			
08/07/26	1		1																			
15/07/26	1		1																			
22/07/26	1		1																			
29/07/26	1		1																			
05/08/26	1		1																			
12/08/26	1		1																			
19/08/26	1		1																			
26/08/26	1		1																			
02/09/26	nouveau maraîcher		1																			
09/09/26	nouveau maraîcher		1																			
distributions	24		20		10		6		13		13		13		5		4		2		1	

vacances scolaires  
vacances scolaires

vacances scolaires  
vacances scolaires  
vacances scolaires  
vacances scolaires  
vacances scolaires  
vacances scolaires  
vacances scolaires

Livraison  
Pas de livraison