

# Paniers de légumes **BIO**



LES  
**JARDINS**  
DE LA **TERRE**



Abonnez-vous maintenant pour la **saison 2015**

Profitez de légumes frais, locaux, biologiques, à prix abordable  
et encouragez une entreprise d'insertion de la région!

## Qui sommes-nous ?

Les *Jardins de la Terre* est un organisme à but non lucratif et une entreprise d'insertion œuvrant dans le secteur horticole. Nos activités visent à former et accompagner des jeunes en difficultés d'insertion face au marché du travail. Comme nous avons à cœur la santé de la terre et de tous les êtres vivants, nous avons choisi de cultiver selon les normes de l'agriculture biologique. Nous cultivons à la ferme une grande variété de légumes. Nous commercialisons nos légumes principalement par le biais du réseau des fermiers de famille sous forme d'abonnement saisonnier.

## Qu'est-ce que le réseau des fermiers de familles ?

équiterre

C'est un réseau mis sur pied par Équiterre en 1995, qui regroupe aujourd'hui plus d'une centaine de fermes certifiées biologiques. Ces fermes offrent légumes, fruits, produits d'élevage et produits complémentaires à des citoyens qui s'engagent à consommer leurs produits pendant une saison, via un abonnement. Le but est d'encourager une agriculture saine, locale et de soutenir les fermiers qui la pratiquent.

## Les points de livraison

**Saint-Paul-d'Abbotsford, à la ferme**  
305 rue principale ouest, JOE 1A0  
les mardis 16h30-18h

**Chambly, Épicerie Métro Plus Collin**  
1233, boulevard Périgny, J2L 1W7  
les mardis 16h30-18h30

**St-Bruno-de-Montarville, Gare AMT**  
1200 rue Lenoir, J3V 4P6  
les mardis 16h30-18h30

**Montréal, Restaurant La Panthère Verte**  
2153 rue Mackay, H3G 2J2  
les jeudis 16h30-18h30

**Montréal, La Médiathèque Gaëtan D'Ostie**  
1214 rue de la Montagne  
les jeudis 16h30-18h30

**Montréal, (employés seulement)**  
740, Notre-Dame Ouest  
620, René-Lévesque Ouest

Pour informations: [www.jardinsdelaterre.org](http://www.jardinsdelaterre.org)  **450 379-5079**

# Paniers de légumes **BIO**

saison 2015 – durée de 21 semaines (juin à novembre)



## En quoi consiste l'abonnement aux paniers bio?

### 1. Vous payez votre abonnement avec la ferme en début de saison!

Le FORMAT et le PRIX : 2 grosseurs de paniers sont offertes:

le *petit panier* pour 1 à 2 personnes (**482\$**) soit 22\$ par semaine plus cotisations

le *panier moyen* pour 3 à 4 personnes (**713\$**) soit 33\$ par semaine plus cotisations

Payable en 1 à 3 versements (voir la fiche d'inscription pour plus de détails ou consulter le [www.jardinsdelaterre.org](http://www.jardinsdelaterre.org))

Le nombre de personnes par format de panier dépend de l'importance des légumes dans votre alimentation.

### 2. Vous recevez des légumes frais chaque semaine sous forme de paniers!

Le **CONTENU** : le panier variera entre 6 à 12 légumes et fines herbes différentes chaque semaine. Nous prenons soin de mettre l'accent sur les légumes les plus populaires, c'est-à-dire que vous aurez souvent carottes, concombres, tomates, laitues, poivrons, haricots, brocoli, zucchini, par exemple.

Le panier d'ÉCHANGES : un panier d'échange est mis à votre disponibilité chaque semaine, ainsi vous avez la possibilité à chaque livraison d'échanger 2 légumes qui vous conviennent moins.

Les **VACANCES** : si vous partez en vacances, idéalement, nous vous demandons d'offrir votre panier à un ami ou une connaissance puisque le jardin continue de pousser pendant les vacances. Si c'est impossible, nous vous permettons de reporter votre panier. Pour cela il suffit de nous aviser 2 semaines à l'avance par courriel ou en personne lors des livraisons. Nous vous offrirons un deuxième panier à une date ultérieure selon les récoltes.

## Exemples de légumes qui vont se retrouver dans votre panier cet été:

Ail	Concombres	Oignons (jaunes, rouges, blancs)	Navets
Aubergines	Courges	Oignons verts (à botte)	Radis
Betteraves	(butternut, spaghetti, etc)	Bébé bœuf choy	Roquette
Bette-à-cardes	Courgettes (zucchini verts, jaunes et pâtissons)	Piments forts (cayenne, jalapeno)	<b>Fruits:</b>
Brocoli	Épinards	Pois mange-tout	Cerise de terre
Carottes	Fenouil	Poivrons (verts, rouges et jaunes)	Melon d'eau
Céleri rave	Haricots	Tomates et tomates cerises	Cantaloup
Chou de Bruxelles	Fines herbes (basilic, coriandre, aneth, persil, menthe)	Pommes de terre	
Chou-fleur	Laitues (frisé, romaine, etc)	Poireaux	
Choux vert et rouge			
Choux nappa			



Tous nos produits sont certifiés biologiques par l'organisme Québec Vrai.



Pour informations: [www.jardinsdelaterre.org](http://www.jardinsdelaterre.org)



450 379-5079