



2815 Marie-Victorin, St-Antoine-de-Tilly, Qc, G0S 2C0  
antoine@couleedouce.com  
www.couleedouce.com

# Paniers bio - saison 2024

## Cueillette à la ferme

### Quoi

La formule des paniers bio est un partenariat entre une ferme maraîchère et les citoyens qui consomment ses légumes. On s'abonne à la ferme au début de l'année pour recevoir un "panier" de légumes bio à chaque semaine de la belle saison. Une partie ou la totalité de l'abonnement est payée à l'avance, au moment de l'inscription, ce qui aide la ferme à défrayer les coûts de démarrage de la saison (semences, salaires, chauffage des serres etc.). Quant à lui, l'agriculteur s'engage à fournir, à chaque semaine, une variété de légumes bio d'une grande qualité et d'une fraîcheur exceptionnelle, en quantité suffisante, selon les récoltes obtenues à la ferme.

Plutôt que de vous offrir des paniers bio tous pareils, préparés à l'avance, notre ferme vous offre plutôt une formule "libre-service" où vous choisissez vous-même vos légumes en fonction de vos préférences personnelles, selon les options qui vous sont données. Cette formule flexible est très appréciée par nos abonnés. Pour plus de détails, consultez notre site internet.

### Quand

En 2024, comme à l'habitude il y aura deux saisons de paniers bio: la saison du printemps en mai et juin (7 semaines), la saison principale de la fin juin à la fin octobre (18 semaines).

**L'inscription aux paniers de printemps est facultative.** D'ailleurs, les places sont limitées.

**Les paniers de printemps peuvent être qualifiés de paniers "salades", car ils sont essentiellement composés de légumes-feuilles** (épinards, laitues, mesclun, roquette, kale etc.) auxquels s'ajoutent quelques légumes à croissance rapide (radis, bok choi, navets japonais, ainsi que des betteraves, fenouil et oignons verts en juin) ainsi que des fines herbes et des plants bio pour votre jardin (tomates, tomates-cerises, cerises de terre et autres). Il y a aussi toujours des asperges au cours du mois de juin, de même que les premiers concombres et tomates de serre! **Les paniers de printemps sont moins variés que les paniers de la saison régulière et ne conviennent pas nécessairement à tous. Il faut aimer manger de la salade!** Mais en même temps, quelle joie pour ceux et celles qui attendaient impatiemment de vrais légumes frais après un hiver de légumes d'épicerie!

**Il est de votre responsabilité de venir chercher votre panier bio à chaque semaine.** Si vous avez un empêchement, contactez-nous par courriel afin de vérifier avec nous si vous pouvez venir chercher vos légumes le jeudi, le vendredi ou le samedi. Il nous fait plaisir de vous accommoder et de vous préparer votre panier bio un autre jour, mais nous devons le savoir un peu d'avance! Si vous préférez, vous pouvez aussi récupérer un panier double le prochain mercredi!



FERME DE LA  
COULÉE DOUCE

LÉGUMES BIO

2815 Marie-Victorin, St-Antoine-de-Tilly, Qc, G0S 2C0  
antoine@couleedouce.com  
www.couleedouce.com

### Politique de vacances

Vous pouvez rater jusqu'à 4 semaines de paniers bio et récupérer sous forme de paniers doubles au moment de votre choix. Qu'il s'agisse de vacances, d'un empêchement ou d'un oubli, pas de problème! **Pour récupérer un panier double, avertissez-nous par courriel à l'avance dans la mesure du possible.**

## Où

Lieu	Adresse	Journée	Heures	Dates
À la ferme!	Sur la route des bouleaux nord, juste à côté du 2815 Marie-Victorin	Mercredi	14h-18h*	8 mai au 19 juin 26 juin au 23 oct.

\*Bien que l'horaire officiel de la cueillette de vos paniers bio est de 14h à 18h, les légumes sont toujours disponibles jusqu'à 20h, même si votre fermier de famille retourne vaquer à ses occupations après 18h. Essayez quand même d'arriver, dans la mesure du possible, avant 18h car comme il n'y a pas de surveillance après 18h, certains légumes peuvent venir à manquer.

## Comment

**Il faut tout d'abord s'inscrire!** Nous offrons quelques dizaines de places par point de livraison et, règle générale, les inscriptions sont complétées à la fin du printemps. Ce document constitue l'entente entre vous et la ferme. Prenez le temps de le lire et de le comprendre.

**Pour vous inscrire à notre service de paniers bio, vous n'avez qu'à compléter le formulaire sur notre site internet. Vous pouvez payer par carte de crédit, par virement Interac ou par chèques par la poste. Si vous payez par chèques, votre inscription ne sera officiellement confirmée que lorsque nous recevons votre paiement complet.**



2815 Marie-Victorin, St-Antoine-de-Tilly, Qc, G0S 2C0  
antoine@couleedouce.com  
www.couleedouce.com

## **Nous offrons deux formats de paniers :**

**Le petit panier, à 35\$ par semaine**, qui convient à deux adultes ou une petite famille qui mangent des légumes modérément. Un gros mangeur de légume pourra trouver son compte en prenant le petit panier à lui seul en congelant ou en transformant les surplus hebdomadaires. Tout dépend de vos habitudes alimentaires! C'est le format le plus populaire

**Le gros panier, à 50\$ par semaine**, c'est quand on a plusieurs bouches à nourrir! Parfait pour une grosse famille ou l'équivalent de 3-4-5 bons mangeurs de légumes. Certains prennent le gros panier à deux et congèlent les surplus hebdomadaires.

**Nous offrons aussi la possibilité de prendre un petit panier une semaine sur deux**. C'est une option intéressante pour les personnes qui vivent seules et qui craignent qu'un petit panier à chaque semaine serait trop. Ou pour une famille sur la trotte qui ne peut pas venir à la ferme à chaque semaine chercher ses légumes. Comme nos légumes sont généralement récoltés le jour même ou la veille, vous n'aurez pas de problème à les conserver plus d'une semaine! Le calendrier est flexible également! Vous partez en vacances 2-3 semaines? Vous pouvez reprendre les paniers manqués plus tard dans la saison!

**Le format à choisir dépend beaucoup de vos préférences personnelles.** Mangez-vous beaucoup de légumes ou un juste un peu, en accompagnement? Aimez-vous cuisiner en fonction des légumes disponibles dans votre frigo? Mangez-vous sur le pouce ou prenez-vous le temps de préparer les repas? Plusieurs abonnés apprécient l'abondance du gros panier, tandis que d'autres ont de la difficulté à gérer une telle quantité de produits frais et préfèrent, à la limite, compléter leur approvisionnement à l'épicerie. On peut aussi, bien sûr, partager un gros panier avec ses amis ou sa famille!

Les petits comme les gros paniers contiennent de 10 à 15 légumes différents par semaine, qui sont généralement les mêmes dans les petits comme dans les gros. C'est la quantité offerte qui fait la différence. Les gros paniers sont environ 50% plus gros que les petits paniers. Vous aurez donc à chaque semaine une plus grande quantité d'oignons, de tomates, de concombres, de légumes, de haricots et des autres légumes, ainsi qu'un plus grand choix parmi toute notre sélection de la semaine.



**FERME DE LA  
COULÉE DOUCE**  
LÉGUMES BIO

2815 Marie-Victorin, St-Antoine-de-Tilly, Qc, G0S 2C0  
antoine@couleedouce.com  
www.couleedouce.com

## Prix de l'abonnement saison principale

	Petit panier	Petit panier une semaine sur deux	Gros panier
Coût par semaine	35\$	35\$	50\$
Nombre de semaines	x 18	X 9	x 18
<b>Prix Total</b>	<b>630\$</b>	<b>315\$</b>	<b>900\$</b>

## Paniers de printemps

	Petit panier	Gros panier
Coût par semaine	26\$	36\$
Nombre de semaines	x 7	x 7
<b>Prix Total</b>	<b>182\$</b>	<b>252\$</b>

## Modalités de paiement

Nous offrons la possibilité de payer votre abonnement par **carte de crédit via Paypal**. Vous payez alors votre abonnement en un seul versement.

**Vous pouvez aussi nous payer par virement Interac ou par chèques**, en un ou plusieurs versements. Faites votre chèque à : Ferme de la Coulée douce. Si vous préférez payer en argent comptant ou si les modalités de paiement ne vous conviennent pas, contactez-nous, il nous fera plaisir de trouver un arrangement.

## Paieiment par chèque et virement Interac

	Petit panier	Petit panier 1 semaine sur 2	Gros panier
1 versement	<b>630\$</b> en date d'aujourd'hui	<b>315\$</b> En date d'aujourd'hui	<b>900\$</b> en date d'aujourd'hui
2 versements	<b>2 versements de 315\$</b> Un en date d'aujourd'hui et un daté du 15 juillet	<b>2 versements de 157,50\$</b> Un en date d'aujourd'hui et un daté du 15 juillet	<b>2 versements de 450\$</b> Un en date d'aujourd'hui et un daté du 15 juillet
3 versements	<b>3 versements de 210\$</b>  Un en date d'aujourd'hui, un daté du 15 juillet et un daté du 15 août	<b>3 versements de 105\$</b>  Un en date d'aujourd'hui, un daté du 15 juillet et un daté du 15 août	<b>3 versements de 300\$</b>  Un en date d'aujourd'hui, un daté du 15 juillet et un daté du 15 août.

**Si vous prenez l'abonnement au panier de printemps, ajoutez le montant de l'abonnement à votre premier versement.**

### Pour les virements Interac

**Envoyer à : antoine@couleedouce.com**

**Question de sécurité : panier**

**Réponse : bio**

**N'oubliez pas d'indiquer le nom qui figure sur la fiche d'inscription si c'est une autre personne qui fait le virement!**