

ASSOCIATION POUR LE MAINTIEN DE L'AGRICULTURE PAYSANNE  
**CONTRAT Tisanes «Atikè» - AMAP 2023-2024**

Partenariat avec Lucia Boucher, Paysanne Herboriste à St Goazec, Finistère

1 croas Janus - 29520 St Goazec

Tél. : 06 86 53 29 21

[atike.finistere@gmail.com](mailto:atike.finistere@gmail.com)

[www.atike.fr](http://www.atike.fr)

#### **Abonnement Saison 2023-2024**

Ce contrat instaure un partenariat avec Lucia Boucher, Paysanne Herboriste à St Goazec, dans le Finistère.

En souscrivant à ce contrat, vous préachetez une part de production d'une saison qui s'étend de février à novembre.

Les plantations de plantes aromatiques et médicinales sont localisées à Saint Goazec au 1 croas Janus.

En début de saison (fin février-mars), je prépare le terrain, désherbage, taille, paillage, préparation des planches de culture, etc. C'est aussi le début de mes premières récoltes sauvages avec les jeunes pousses de ronces et les jeunes feuilles d'ortie.

Mi-mars, je commence mes premiers semis, sous la serre, de plantes annuelles comme la mauve, le bleuet, le calendula et un peu de plantes pérennes. La pépinière se densifie jusqu'à fin avril où j'effectue les premières plantations.

Entre-temps, je continue mes cueillettes sauvages d'aubépine, de frêne, et toujours d'ortie.

En mai, si le temps me le permet, je fais mes premières récoltes de menthe et mélisse plantée depuis un an maintenant. Et je continue mes plantations.

L'été est la période où la grande majorité des récoltes et des transformations s'effectuent, de juin à septembre il faut récolter presque tous les jours. Je commence mes premières distillations et mes macérations huileuses en juillet.

De mis septembre à fin novembre, je prends le temps de préparer le champ et les plantes à l'hiver à travers différents travaux : désherbage, amendement, paillage, taille, protection hivernale etc.

En consommant ces produits vous contribuez à soutenir le maintien d'Atikè.

Ce contrat est organisé par l'association " Les jardins de Boicy Fleurs " (Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne), à ce titre régi par les statuts de l'association et le règlement intérieur.

#### **La production :**

La production artisanale de tisane, d'hydrolat, de macérât huileux, est réalisée à partir de plantes cultivées et cueillies dans le Finistère. Les récoltes de plantes fraîches se font à la main, les journées sans pluie.

Une majeure partie part au séchoir conçu sur mesure et l'autre est distillé pour obtenir les hydrolats.

Les plantes séchées sont utilisées pour les tisanes, et une partie des plantes à l'état semi-sec est utilisée pour réaliser des macérât huileux.

Le séchage se fait dans l'obscurité, à basse température, ce qui permet de mieux conserver les couleurs et le goût de chaque plante et surtout préserver leurs propriétés.

Je n'utilise aucun intrant chimique, je laisse un équilibre se créer entre les insectes nuisibles à mes cultures et leurs auxiliaires. Je plante aussi des zones de fleurs hors production pour attirer un nombre d'insectes pollinisateurs. J'ai ainsi, pu installer trois ruches.

Ma certification en bio est en cours.

Afin de préserver les produits d'éventuelles altérations par des produits de dégradation du plastique, la tisane est conditionnée dans un sachet kraft, l'hydrolat et le macérât huileux dans un pot de verre.



#### **Le volume des abonnements :**

Les abonnements commencent avec un minimum de 3 produits.

# Présentation des produits

## ➤ Tisanes composées - 30 grammes - 6,5 € ttc

### La centenaire

Frêne Cassissier Reine des prés Verveine odorante

### L'hivernale

Hysope Bourrache Thym Saugue Ortie

### La douce

Verveine odorante Coquelicot Mauve Sureau noir Menthe verte

### La matinale

Menthe poivrée Mélisse Hibiscus Calendula Bleuet

### Bonne nuit

Aubépine Mélisse Lavande Camomille matricaire

### La digestive

Origan Coriandre Romarin Fenouil Ortie

### Les cycles heureux

Achillée Saugue Framboisier Calendula Ronce commune

### L'ultraviolette

Agastache Hysope Thym Bleuet Mauve

### La rosée

Citronnelle Achillée Guimauve Sarriette Bleuet

### La bienvenue

Mélisse Mauve Rose Callune

### La voie lactée

Fenouil Ortie Citronnelle

## ➤ Tisanes simples - 25 à 40 grammes - 5 € ttc

|           |             |          |           |        |
|-----------|-------------|----------|-----------|--------|
| Achillée  | Citronnelle | Hibiscus | Origan    | Sureau |
| Agastache | Coriandre   | Laurier  | Ortie     | Thym   |
| Aubépine  | Estragon    | Mauve    | Romarin   |        |
| Bleuet    | Framboisier | Menthe   | Saugue    |        |
| Bourrache | Guimauve    | poivrée  | Sarriette |        |

## ➤ Eaux florales - 100 millilitres

### Rose galica - 9 € ttc

Parfum fleuri agréable pour les préparations culinaires et cosmétiques.  
Tonifiant, régénérant et apaisant, recommandé pour les peaux sensibles et matures.

### Géranium - 7 € ttc

Parfum fleuri agréable pour les préparations culinaires et cosmétiques.  
Tonifiant, apaisant et équilibrant, recommandé pour les peaux sensibles et acnéiques.

### Bleuet - 7 € ttc

Arôme à utiliser dans les plats sucrés et salés. Décongestionnant des yeux irrités et fatigués.

## ➤ Macérâts huileux - 50 millilitres - 8 € ttc

### Calendula

Soulage les irritations cutanées,  
les engelures, les crevasses, et l'eczéma.

### Romarin

Antipelliculaire, renforce et stimule la pousse des cheveux.  
Idéal pour les peaux mixtes et grasses, régule le sébum.

**AMAP - Les jardins de Boicy Fleurs - CONTRAT A SIGNER ET RETOURNER  
à la coordination de l'AMAP, ACCOMPAGNE DES CHEQUES.**

Je, soussigné(e)

Nom, Prénom : .....

Adresse complète : .....

Tél. : ..... Mail : .....

**Je commande AU MINIMUM 3 produits au choix.**

**Je choisis mon lieu de livraison**  Fontenay-Le-Fleury ou  Bois d'Arcy

| Nom                      | unité  | Prix/unité | Quantité souhaité pour le 28 février | Prix Total |
|--------------------------|--------|------------|--------------------------------------|------------|
| <b>Tisanes composées</b> |        |            |                                      |            |
| 1 La centenaire          | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 2 L'hivernale            | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 3 La douce               | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 4 La matinale            | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 5 La bonne nuit          | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 6 La digestive           | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 7 Les cycles heureux     | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 8 L'ultraviolette        | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 9 La rosée               | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 10 La bienvenue          | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| 11 La voie lactée        | 30g    | 6,5        |                                      |            |
| <b>Tisanes simples</b>   |        |            |                                      |            |
| 1 Achillée               | 30g    | 5          |                                      |            |
| 2 Agastache              | 25g    | 5          |                                      |            |
| 3 Aubépine               | 25g    | 5          |                                      |            |
| 4 Bleuet                 | 25g    | 5          |                                      |            |
| 5 bourrache              | 30g    | 5          |                                      |            |
| 6 Citronnelle            | 30g    | 5          |                                      |            |
| 7 Coriandre              | 40g    | 5          |                                      |            |
| 8 Estragon               | 30g    | 5          |                                      |            |
| 9 Framboisier            | 25g    | 5          |                                      |            |
| 10 Guimauve              | 30g    | 5          |                                      |            |
| 11 Hibiscus              | 40g    | 5          |                                      |            |
| 12 Laurier               | 20g    | 5          |                                      |            |
| 13 Mauve                 | 25g    | 5          |                                      |            |
| 14 Menthe poivrée        | 30g    | 5          |                                      |            |
| 15 Origan                | 30g    | 5          |                                      |            |
| 16 Ortie                 | 30g    | 5          |                                      |            |
| 17 Romarin               | 40g    | 5          |                                      |            |
| 18 Sauge                 | 30g    | 5          |                                      |            |
| 19 Sarriette             | 25g    | 5          |                                      |            |
| 20 sureau                | 25g    | 5          |                                      |            |
| 21 Thym                  | 40g    | 5          |                                      |            |
| <b>Eaux florales</b>     |        |            |                                      |            |
| 1 Rose galica            | 100 mL | 9          |                                      |            |
| 2 Géranium rosat         | 100 mL | 7          |                                      |            |
| 3 Bleuet                 | 100 mL | 7          |                                      |            |
| <b>Macérats huileux</b>  |        |            |                                      |            |
| 1 Calendula              | 50 ml  | 8          |                                      |            |
| 2 Romarin                | 50 ml  | 8          |                                      |            |
| <b>TOTAL</b>             |        |            |                                      |            |

Les produits seront réservés spécialement pour les amapiens qui ont passé commande et livrés aux dates et lieux convenus avec la coordination de l'AMAP. En cas d'absence à la date de distribution les produits seront remis à la coordination.

**Modalités de paiement :**

Le règlement sera remis lors de la signature du contrat à la première remise de produits aux amapiens

**Le contrat et chèque doivent être déposé et signé au plus tard le mercredi 07 février 2024.**

Les chèques sont à libeller à l'ordre de :

**Atikè**

Et à remettre à la coordination AMAP, qui assurera la transmission.

Fait à : .....

Le : .....

**Signature de l'adhérent :**

**Signature de Atikè :**