



# DOCUMENTATION SUR LES PANIERS BIO 2025

## INFORMATIONS SUR LA FORMULE DE PANIERS BIO

### Le réseau de fermiers de famille : Qu'est-ce c'est ?

Le projet de paniers bio de notre ferme et de plusieurs autres fermes du Québec est chapeauté par le réseau de Fermiers de famille (RFF). Le RFF est un réseau solidaire de producteurs maraîchers et de consommateurs soucieux de leur alimentation et de l'environnement. Cette forme de réseautage est une façon de créer un lien mutuel entre les citoyens et les fermes biologiques locales. On devient « abonnés » en achetant une part de récolte à l'avance en échange d'un approvisionnement hebdomadaire (ou aux 2 semaines) de produits fraîchement cueillis tout au long de la saison. L'abonnement au panier bio est une agréable façon de s'alimenter sainement tout en contribuant au maintien d'une agriculture à dimension humaine dans notre région.

### Comment ça fonctionne ?

Au Québec et au Nouveau-Brunswick, le réseau des Fermiers de famille regroupe autour de 120 fermes qui distribuent des paniers bio à différents points de livraison, dont fait partie *Les jardins bio du Solstice*. Chaque année, c'est près de 25 000 familles qui font le choix de se nourrir autrement pour favoriser l'économie d'ici, leur santé et celle des générations futures. Depuis 29 ans, le Réseau des fermiers et des fermières de famille fait le pont entre les producteurs locaux certifiés biologiques et les citoyens mangeurs par la formule des paniers bio.

### Les fermes de ce réseau se doivent de respecter quatre principes de base :

#### 1-Engagement mutuel entre le fermier de famille et les abonnés:

La ferme prend l'engagement de produire en priorité les légumes qui composeront les paniers des abonnés pour la durée définie dans le contrat. Les abonnés s'engagent pour toute la durée du contrat à recevoir leur panier bio. Ainsi, le fermier de famille s'engage à prendre tous les moyens raisonnablement requis pour produire en quantité, qualité et diversité, à consacrer la récolte en priorité aux abonnés et à partager avec le groupe l'abondance des récoltes.

Quelques facteurs plus difficiles à contrôler tels que des conditions météorologiques adverses, épidémie d'insectes ou grande pression de maladie peuvent venir affecter les rendements. Comme chaque saison est différente, les abonnés devraient comprendre avant de s'inscrire que si ces événements surviennent, le contenu de leurs paniers pourrait être légèrement affecté. Par exemple, s'il pleut de façon prolongée, les carottes seront plus petites, s'il fait froid et pluvieux de façon prolongée, il se pourrait que le rendement des melons et courges soit affecté. Cependant, ces mêmes conditions favorisent la croissance d'autres légumes, tels les légumes et les crucifères. Vous pourriez donc retrouver un peu moins de melons et courges dans votre panier, mais plus de légumes et de crucifères si ces conditions météo surviennent. Ainsi, la ferme fera tout en son possible pour offrir qualité, diversité et quantité dans les paniers.

*Les risques de GESTION, ne sont pas assumés par les partenaires. « Ces risques sont les aléas de production associés à la planification, aux connaissances et à l'expérience, à la gestion du travail, à l'usage et la gestion des cultures (amendements, irrigation, drainage, désherbage, choix des cultivars, etc...). Dans ces cas, la ferme doit palier à la situation afin de respecter son engagement »<sup>1</sup>.*

---

<sup>1</sup> Ces extraits sont tirés du document *Les engagements mutuels entre Équiterre et les fermes participantes au sein du réseau* disponible sur le site Internet d'Équiterre <http://www.equiterre.org/>

## 2- La certification biologique:

La ferme *Les jardins bio du Solstice* est officiellement certifiée par Ecocert Canada depuis l'automne 2013. Les fumiers, chaux naturelle, engrais verts et composts sont utilisés afin d'améliorer et de maintenir la fertilité et la vie du sol. Le contrôle des insectes nuisibles se font à l'aide de quatre principales techniques soit l'utilisation de filets à insectes et bâches, l'introduction d'insectes prédateurs, l'utilisation occasionnelle de biopesticides et la rotation des cultures. Environ 40 variétés\* de légumes et fruits sont cultivés dans le potager, les tunnels chenille et les serres.

*\*Consultez l'annexe 1 pour visualiser la liste des légumes qui sont cultivés sur la ferme.*

## 3- La production locale:

Le contenu des paniers provient essentiellement *des jardins bio du Solstice*. Il peut arriver à l'occasion d'inclure dans les paniers des produits achetés auprès d'autres fermes biologiques locales de la région afin de combler un manque passager ou pour agrémenter les paniers de cultures biologiques qui ne sont pas produites à la ferme (exemple : petits fruits, champignons, pommes de terre et pommes biologiques). Dans ce cas, vous serez toujours avisés de la présence de ces autres produits et de leur provenance.

## 4- La dimension sociale:

La formule Fermiers de famille favorise le rapprochement entre la ferme et les concitoyens afin de dépasser la simple relation marchande et ainsi de développer chez les abonnés un sentiment d'appartenance à la ferme. Cette relation privilégiée est effectivement encouragée lors de la livraison des paniers aux points de chute où les abonnés rencontrent directement leurs fermiers de famille. De plus, afin de bonifier la création de ce lien avec les abonnés, une infolettre électronique hebdomadaire de la ferme est rédigée (nouvelles, informations, recettes) et mis à la disposition des abonnés. Des activités ponctuelles à la ferme (corvées amicales suivies d'un pique-nique, récolte de l'ail, etc.) sont parfois organisées où les abonnés peuvent participer sur une base volontaire.

### Un panier de légumes bio, c'est quoi ?

À chaque semaine, nous choisissons pour vous une belle diversité de légumes et de fruits fraîchement récoltés et de saison qui composeront votre panier. Ces produits sont cultivés sur notre ferme et de façon biologique, c'est-à-dire sans engrais chimiques, ni pesticides. La ferme est inspectée annuellement et certifiée biologique par l'organisme Ecocert Canada.

### Est-ce économique pour moi ?

Par l'abonnement aux paniers bio, vous profiterez d'une économie minimale de 10% de la valeur de votre panier par rapport au prix d'achat au kiosque à la ferme ou au marché. Les abonnés bénéficient d'une fraîcheur exceptionnelle des produits, directement du producteur et produit localement. Les paniers sont constitués en moyenne de 8 à 12 variétés de légumes à chaque semaine, parfois plus.

### Quels sont les formats et le coût des paniers ?

Un format unique\* et deux options de fréquences de livraison sont offerts pour 2025 :

- Le format unique hebdomadaire (18 livraisons) :  
Convient à environ 3 à 4 personnes au coût de 40 \$/livraison.  
Total de 748\$ (incluant 28 \$ (taxes inc) pour le réseau Fermiers de famille \*). Payable en un ou deux versements.
- Le format unique aux deux semaines (9 livraisons) :  
Convient à environ 3 à 4 personnes au coût de 42 \$/livraison.  
Total de 406 \$ (incluant 28 \$ (taxes inc) pour le réseau Fermiers de famille \*). Payable en un ou deux versements.

*\*Une contribution obligatoire de 28\$ est requise. Cette contribution sera intégralement reversée à l'Empreinte de la CAPÉ afin de financer les services aux fermes membres du RFF et de financer des projets d'éducation et de collaboration en agriculture soutenue par la communauté (paniers bio) auprès des communautés et de la société.*

En cas de désistement ou d'annulation après la première livraison, l'abonné-e est réputé-e avoir bénéficié des services du RFF. En conséquence, la cotisation (28\$ tx inc.) est considérée comme due à part entière et non remboursable. L'abonné-e devra s'en acquitter.

**\*Consultez l'annexe 2 pour visualiser des exemples de contenu des paniers selon les formats.**

Il vous sera possible de vous procurer des œufs de la ferme à chaque semaine en choisissant parmi l'une des nombreuses options de livraison d'œufs via la plateforme d'inscription des fermiers de famille. Des œufs en extra seront également disponibles pour achat sur place. Cette plateforme web est mise à votre disposition afin que vous puissiez gérer facilement vous-même votre inscription, paiements, crédits, vacances via le calendrier de livraison, changement de lieu de livraison, etc.

### Et si je n'aime pas un type de légume dans mon panier ?

Bien que le contenu du panier soit fixé en fonction des légumes et fruits disponibles dans les jardins, vous avez la possibilité d'échanger un item par semaine contre un item de valeur équivalente en utilisant la boîte (panier) d'échange disponible au point de chute. Les fines herbes et piments piquants ne sont pas inclus dans l'échange. À chaque semaine, il y a régulièrement des groupes de choix pour les légumes moins connus ou parfois moins appréciés. Par exemple, choix dans les familles de crucifères, choix dans les melons, choix dans les courges d'hiver, choix dans les légumes racines. De plus, il y a un choix à chaque livraison dans les fines herbes et dans les légumes (épinards, kale, mesclun, laitues, roquette).

### Quand et comment se fait la livraison des paniers ?

En 2025, il aura un seul point de livraison pour les paniers où les légumes seront livrés en formule mini-marché. Il sera situé possiblement dans le stationnement derrière l'hôtel de ville de Mont-Laurier (changements possibles, vous serez avertis si c'est le cas) les mercredis de 16h à 18h.

L'abonné est responsable de la cueillette de son panier au point de livraison ou à la ferme (dans le cas d'un oubli ou d'un empêchement). Ceci implique que vous devez être à l'heure pour prendre possession de votre panier. La formule mini-marché où les légumes sont exposés de façon séparée est adoptée pour les abonnés aux paniers.

Si vous avez un empêchement, vous devez nous avvertir dès que possible par courriel, téléphone ou texto. Il vous sera alors possible de passer prendre votre panier à la ferme avant 18h00 le vendredi suivant. Le panier devra être récupéré dans les 48 heures suivant la date et heure prévue de livraison sans quoi, il sera perdu sans remboursement.

### Vous partez en vacances ?

Trois solutions simples s'offrent à vous :

- Faire profiter du contenu de votre panier à un parent, ami ou voisin.
- Afin de remplacer les légumes qui vous avez payé, mais dont vous ne pouvez venir vous procurer pendant vos vacances, vous pouvez passer directement à la ferme ou au marché vous procurer les légumes qui sont disponibles (surplus) pour une valeur équivalente à un ou deux paniers selon la durée de vos vacances. Une ardoise de suivi des crédits sera tenue à cet effet sur la nouvelle plateforme de gestion des abonnements qu'il vous sera possible de consulter.
- Tout simplement choisir le nombre de semaines de livraison en moins lors de votre abonnement dans le cas où vous ne désirez pas prendre des surplus de légumes. Vous devez indiquer vos dates de vacances dans votre calendrier de l'abonné ou encore communiquer avec la responsable de la ferme (Valérie) dès que possible. Un maximum de 2 semaines de vacances pour les paniers hebdomadaires et de 1 semaine de vacances pour les paniers aux deux semaines est accordé durant la saison.

### Contenants de livraison et emballage ?

Dans un esprit écologique, les emballages seront diminués au minimum requis. Pour la formule mini-marché, les légumes seront livrés au point de chute dans des bacs de plastique et vous pourrez alors choisir dans chacun des bacs le nombre de légumes auquel vous avez droit (inscrit sur les écriteaux à chaque station) afin de constituer votre panier. Vous êtes donc invité à utiliser vos propres sacs, boîtes et/ou contenants.

### Inscription et paiement ?

Vous devez remplir le formulaire d'inscription en ligne via la plateforme web fermiers de famille de Équiterre ou en nous contactant par téléphone afin que l'on puisse compléter pour vous votre abonnement en ligne en cas de difficulté.

Le paiement se fait en un ou deux versements (arrangements possibles en cas de nécessité) :

- Un premier versement avant le 1er avril 2025.
- L'autre moitié pour le 15 août 2025.

Vous pourrez effectuer votre ou vos paiements directement sur la plateforme web par carte de crédit ou encore, par transfert Interac ou via transfert bancaire.

Vous pouvez également faire parvenir votre ou vos paiements par chèque\* par la poste à l'adresse suivante : 2504, chemin des Falardeau, Mont-Laurier, Qc, J9L 0P8.

\*Les chèques doivent être libellés à l'ordre de : **Les jardins bio du Solstice**

**N'HÉSITEZ PAS À COMMUNIQUER AVEC NOUS POUR TOUTE QUESTION OU COMMENTAIRE**

**AU PLAISIR DE VOUS OFFRIR DES LÉGUMES FRAIS ET BIOLOGIQUE D'ICI !**

### **Les jardins bio du Solstice**

Propriétaire : Valérie Campeau

Adresse de la ferme :

2504, chemin des Falardeau

Mont-Laurier, Qc, J9L 0P8

[admin@lesjardinsbiodusolstice.com](mailto:admin@lesjardinsbiodusolstice.com)

[www.lesjardinsbiodusolstice.com](http://www.lesjardinsbiodusolstice.com)

**Téléphone cellulaire et texto: 819-440-5592**