



AMAP Le Miam Octobre-Décembre 2025

Distributions le mardi de 18h30 à 20h00
à la maison Wangari Maathai de la Ferme Urbaine
49-51 Bd Gabriel Péri - 92240 Malakoff

[Contacts](#) – Infos : www.lemiam.org

Bonjour,

Vous trouverez dans les pages suivantes le bulletin d'adhésion au MIAM et diverses informations importantes pour la période Octobre – Décembre 2025.

Procédure d'inscription à l'AMAP et de souscription aux contrats

1. **Remplissez ce fichier** directement dans votre navigateur web (par exemple [Mozilla Firefox](#))
2. **Remplissez le bulletin d'adhésion** (p.7), la **synthèse de vos contrats** (p.8) puis les **contrats** qui vous intéressent. Vous les trouverez sur le site du Miam sur chacune des pages dédiées aux producteurs.
Attention : vous devez saisir toutes les cellules comme celle-ci :
3. **Signez**. Avec Mozilla Firefox, vous pouvez utiliser l'outil « **dessin** » dans la barre en haut à droite.



4. **Sauvegardez et téléchargez** les fichiers remplis et signés. Pour cela, cliquez sur « **Enregistrer** ».



5. **Envoyez-nous les fichiers** remplis (dans vos téléchargements) :
- le bulletin d'adhésion et la synthèse de vos contrats (ce fichier) à l'adresse : adhesion@lemiam.org - -
vos contrats au / à la référent-e de chaque produit pour lequel vous passez un contrat (cf p.8)
6. **Effectuez le virement suivant** :
 5 € pour l'adhésion au MIAM sur le RIB indiqué sur la page du bulletin d'adhésion (p.7) en rappelant VOTRE NOM dans le libellé
7. **Attendez le retour des différents Référents Produits** (p.3-4-5) avant d'
8. **Effectuer ensuite les paiements aux producteurs**
par virement pour les Légumes (cf. RIB dans le contrat Légumes), le Pain et la Farine (cf. RIB dans le contrat Pain et le contrat Farine), le Poulet (cf. RIB dans le contrat Poulet) et par chèques à remettre au Référent Produit pour les autres produits (cf. l'ordre des chèques sur chaque contrat du producteur).
9. **C'est tout bon !** Rendez-vous mardi 7 octobre pour la 1ère distribution !

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous écrire ! Vous trouverez en pages 3, 4 et 5 à qui adresser votre mail.

Au plaisir de vous compter bientôt parmi nous,

Amapicalement,

Dominique Corfa,
Président du MIAM, pour le bureau



SOMMAIRE

Procédure d'inscription à l'AMAP et de souscription aux contrats.....	1
Contacter les membres du bureau.....	3
Principe des « sauve-panier ».....	6
Bulletin d'adhésion Octobre - Décembre 2025.....	7
Synthèse de vos contrats.....	8

Contacter les membres du bureau

Vous avez une question sur...	Qui contacter ?	Binôme	A quelle adresse ?
l'AMAP en général ? le fonctionnement et l'organisation ?	 Dominique (Président)	 Matthias (Vice-président)	amap@lemiam.org
l'adhésion ?	 Julia (Secrétaire)	 Gaël (Trésorier)	adhesion@lemiam.org
les permanences ?	 Nicolas (Réfèrent Permanence)	 Vous ? (Réfèrent·e Permanence)	permanence@lemiam.org
la communication (la newsletter, le site internet) ?	 Manuela (Réfèrente Communication)	 Emmanuelle (Réfèrente Communication)	communication@lemiam.org
les visites de fermes et autres évènements ?	 Vous ? (Réfèrent·e Evènements)	 Vous ? (Réfèrent·e Evènements)	orga@lemiam.org

Vous avez une question sur...	Qui contacter ?	Binôme	A quelle adresse ?
l'abonnement Légumes ?	 Laure (Réfèrent Légumes)	 Nathalie (Référente Légumes)	legumes@lemiam.org
l'abonnement Pain et l'abonnement Farine ?	 Claire (Référente Pain et Farine)	 Anne-Laure (Référente Pain et Farine)	pain@lemiam.org
l'abonnement Œufs ?	 Lucy (Référente Œufs)	 David-Alexandre (Réfèrent Œufs)	oeufs@lemiam.org
l'abonnement Champignons ?	 Odile (Référente Champignons)	 Vous ? (Référent-e Champignons)	champignons@lemiam.org
l'abonnement Fruits ?	 Angèle (Référente Fruits)	 Caroline (Référente Fruits)	fruits@lemiam.org
l'abonnement Chèvre ?	 Emmanuel (Réfèrent Chèvre)	 Manuela (Référente Chèvre)	chevre@lemiam.org

Vous avez une question sur...	Qui contacter ?	Binôme	A quelle adresse ?
l'abonnement Poulet ?	 Julia (Référente Poulet)	 Michèle (Référente Poulet)	poulet@lemiam.org
l'abonnement Légumineuses ?	 Caroline (Référente Légumineuses)	 Vous (Référent-e Légumineuses)	legumineuses@lemiam.org
l'abonnement Fleurs ?	 Angèle (Référente Fleurs)	 Virginie (Référente Fleurs)	fleurs@lemiam.org
la viande bovine ?	 Frédérie (Référente Viande bovine)	 Hugo (Référent Viande bovine)	viande-bovine@lemiam.org
les cosmétiques ?	 Frédérie (Référente Cosmétiques)	 + vous ? (Référent-e Cosmétiques) 40 min / an	cosmetiques@lemiam.org

Pour écrire à tout le bureau :

bureau-miam@lemiam.org

Si vous avez un peu de temps et l'envie de contribuer encore plus au fonctionnement du Miam, n'hésitez à nous signaler votre intérêt ! Des référents et référentes cherchent encore leur binôme ! Car oui, à deux, c'est encore mieux ! 😊

Merci d'avance !



Principe des « sauve-panier »

🔔 En cas d'absence, vous pouvez à faire appel à un-e « sauve-panier ».

Les « sauve-panier », ce sont les personnes inscrites sur une liste de diffusion dédiée. Quand vous ne pouvez pas venir chercher vos produits et que vous n'avez trouvé personne dans votre entourage pour venir les prendre, vous pourrez écrire à cette liste pour que vos produits soient rachetés.

Marche à suivre

1. **Inscrivez-vous**, vous aussi, à la liste des sauve-paniers, pour pouvoir envoyer un message.

Pour cela, il suffit de cliquer sur ce bouton :

[Je m'inscris à la liste des "sauve-panier"](#)

2. **Confirmez** ensuite votre demande dans le mail que vous recevez et attendez la validation de votre inscription.

Par la suite, les étapes 1 et 2 ne seront plus nécessaires. Vous pourrez écrire directement à la liste.

3. **Envoyez votre message** à l'adresse : sauve-panier-amaap-le-miam@framalistes.org

Exemple de mail aux sauve-panier :

Sujet : **NOM DE L'AMAPIEN-NE CEDANT** - Proposition de produits à récupérer **le ...**

Bonjour,

Je vous propose de récupérer mes produits suivants :

- 1 panier de légumes (prix : 15€)
- 1 boîte de 6 œufs (prix : 3,30€)
- pain nature / complet 500g (prix : 2,90€)
- pain 3 farines 500g (prix : 3,20€)
- 1 part de champignons de Paris (prix : 6,50€)
- 1 part de champignons variés (prix : 7,50€)

soit un total de ??? €

le mardi ??? à la maison Wangari Maathai de la ferme urbaine - 49-51 boulevard Gabriel Péri à Malakoff entre 18h30 et 20h15.

Si vous êtes intéressé-e, répondez à ce message en indiquant votre numéro de téléphone et nous nous arrangerons pour que vous me régliez avant la distribution.

Merci d'avance.

A noter : le bouton « Envoyer un mail aux sauve-paniers » **dans la newsletter vous ouvre un mail pré-rempli !**

4. **Un-e sauve-panier vous répond.**

5. **Appelez la/le sauve-panier** pour vous mettre d'accord sur le mode de paiement.

Attention : le paiement doit s'effectuer entre vous. Ne nous laissez pas d'argent lors de la distribution.

Nous ne pouvons pas assurer ces échanges en plus des autres tâches.

Merci de votre compréhension.

🔔 Pensez aussi à **faire grossir la liste des sauve-paniers** en faisant essayer l'AMAP à vos connaissances ! Pour cela, dirigez-les vers le bouton "[Essayer](#)" sur le site du Miam : www.lemiam.org !



AMAP Le Miam Bulletin d'adhésion Octobre – Décembre 2025

Distributions le mardi de 18h30 à 20h15
à la maison Wangari Maathai de la Ferme Urbaine
49-51 Bd Gabriel Péri - 92240 Malakoff
Bulletin à retourner à : adhesion@lemiam.org

Je soussigné-e

Nom _____ Prénom _____
Adresse _____
Code postal _____ Ville _____ Tél. _____
Courriel _____

Coordonnées 2^e contact éventuel

Nom _____ Prénom _____
Courriel _____ Tél. _____

souhaite adhérer d'octobre à décembre 2025 au MIAM, l'AMAP de Malakoff, en tant qu'Amapien·ne, et je m'engage à respecter les principes et engagements définis dans [la charte des AMAP](#), notamment :

- Pré-financer la production en prenant des abonnements annuels ou saisonniers
- Participer à au moins 5 distributions sur l'année :
→ Merci d'indiquer dès maintenant 2 dates de permanence à permanence@lemiam.org
- Participer à la vie de l'association (Assemblée Générale, visites à la ferme...).
- Payer l'adhésion sur cette période de 15 € à l'association (par virement au RIB ci-dessous).

Identifiant national de compte bancaire - RIB

Banque	Guichet	N° compte	Clé	Devise
10278	06127	00020298501	49	EUR

Domiciliation
CCM MALAKOFF

Identifiant international de compte bancaire

IBAN (International Bank Account Number)
FR76 1027 8061 2700 0202 9850 149

BIC (Bank Identifier Code)
CMCIFR2A

Domiciliation
CCM MALAKOFF
133 BOULEVARD GABRIEL PERI
92240 MALAKOFF
01 45 36 19 60

Titulaire du compte (Account Owner)
AMAP DE MALAKOFF MANGER INSPIRE A
MALAKOFF (MIAM)

Fait à _____ Le _____

Signature, précédée de la mention « Je m'engage à effectuer au moins 2 distributions dans le trimestre »

Signature

Bulletin à retourner à : adhesion@lemiam.org



AMAP Le Miam Bulletin d'adhésion Octobre – Décembre 2025

Distributions le mardi de 18h30 à 20h15
à la maison Wangari Maathai de la Ferme Urbaine
49-51 Bd Gabriel Péri - 92240 Malakoff

Synthèse de vos contrats

Nom

Prénom

Cocher pour chaque produit :

LÉGUMES	Panier Hebdo (2-3 Pers.)	Panier Quinzaine (1-2 pers.)	Pas de légumes
PAIN	Je prends du pain		Pas de pain
FARINE	Je prends de la farine		Pas de farine
ŒUFS	Je prends part(s) d'œufs	Je parraine poule(s)	Ni œufs ni parrainage
CHAMPIGNONS	Paris : part(s)	Variés : part(s)	Pas de champignons
POULET	Je prends du poulet		Pas de poulet
FLEURS	Je prends des fleurs		Pas de fleurs

Important :

Si je prends	je trouve le contrat	et je renvoie mon contrat à l'adresse
- des légumes	sur la page du producteur, ici	legumes@lemiam.org
- du pain et/ou de la farine	sur la page du producteur, ici	pain@lemiam.org
- des œufs	sur la page du producteur, ici	oeufs@lemiam.org
- des champignons	sur la page du producteur, ici	champignons@lemiam.org
- du poulet	sur la page du producteur, ici	poulet@lemiam.org
- des fleurs	sur la page du producteur, ici	fleurs@lemiam.org

Bulletin à retourner à : adhesion@lemiam.org