



## AMAP Le Miam Avril-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

**Contacts – Infos : [www.lemiam.org](http://www.lemiam.org)**

Bonjour,

Vous trouverez dans les pages suivantes le bulletin d'adhésion au MIAM et diverses informations importantes pour la période Avril – 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](mailto: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 :**
  - 10 € 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 1er avril 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,

Michaël Loison,  
Président du MIAM, pour le bureau



## SOMMAIRE

<b>Procédure d'inscription à l'AMAP et de souscription aux contrats.....</b>	<b>1</b>
<b>Contacter les membres du bureau.....</b>	<b>3</b>
<b>Principe des « sauve-panier ».....</b>	<b>7</b>
<b>Bulletin d'adhésion Avril – Décembre 2025.....</b>	<b>8</b>
<b>Synthèse de vos contrats.....</b>	<b>9</b>

## 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 ?	 Michaël L. (Président)	 Mikaël B. (Réfèrent nouveaux membres)	<a href="mailto:amap@lemiam.org">amap@lemiam.org</a>	
l'adhésion ?	 Héloïse (Secrétaire)	 Julia (Secrétaire)	 Gaël (Trésorier)	<a href="mailto:adhesion@lemiam.org">adhesion@lemiam.org</a>
les permanences ?	 Matthias (Réfèrent Permanences)	 Dominique (Réfèrent Permanences)	<a href="mailto:permanence@lemiam.org">permanence@lemiam.org</a>	
la communication (la newsletter, le site internet) ?	 Aurélie (Référente Communication)	 Manuela (Référente Communication)	<a href="mailto:communication@lemiam.org">communication@lemiam.org</a>	

Vous avez une question sur...	Qui contacter ?	Binôme	A quelle adresse ?
l'abonnement Légumes ?	 Laure (Réfèrent Légumes)	 Michaël (Réfèrent Légumes)	<a href="mailto:legumes@lemiam.org">legumes@lemiam.org</a>
l'abonnement Pain et l'abonnement Farine ?	 Claire (Réfèrent Pain et Farine)	 Anne-Laure (Réfèrent Pain et Farine)	<a href="mailto:pain@lemiam.org">pain@lemiam.org</a>
l'abonnement Œufs ?	 Lucy (Réfèrent Œufs)	 David-Alexandre (Réfèrent Œufs)	<a href="mailto:oeufs@lemiam.org">oeufs@lemiam.org</a>
l'abonnement Champignons ?	 Odile (Réfèrent Champignons)	 Dominique (Réfèrent Champignons)	<a href="mailto:champignons@lemiam.org">champignons@lemiam.org</a>
l'abonnement Fruits ?	 Angèle (Réfèrent Fruits)	 vous ? (Réfèrent-e Fruits) 2x 2h par an	<a href="mailto:fruits@lemiam.org">fruits@lemiam.org</a>
l'abonnement Chèvre ?	 Emmanuel (Réfèrent Chèvre)	 Manuela (Réfèrent Chèvre)	<a href="mailto:chevre@lemiam.org">chevre@lemiam.org</a>

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

Pour écrire à tout le bureau :

[bureau@lemiam.org](mailto:bureau@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-amap-le-miam@framalistes.org](mailto:sauve-panier-amap-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 part de légumes (prix : 15€)
- 1 part d'œufs (prix : 3,25€)
- 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](http://www.lemiam.org) !



# AMAP Le Miam Bulletin d'adhésion Avril – 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](mailto:adhesion@lemiam.org)

### Je soussigné·e

Nom Prénom  
Adresse  
Code postal Ville Tél.  
Courriel

### Coordonnées 2<sup>e</sup> contact éventuel

Nom Prénom  
Courriel Tél.

souhaite adhérer d'avril 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 4 distributions sur l'année :  
→ Merci d'indiquer dès maintenant 2 dates de permanence à [permanence@lemiam.org](mailto:permanence@lemiam.org)
- Participer à la vie de l'association (Assemblée Générale, visites à la ferme...).
- Payer l'adhésion sur cette période de 10 € 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 4 distributions dans l'année »**

Signature

Bulletin à retourner à : [adhesion@lemiam.org](mailto:adhesion@lemiam.org)



# AMAP Le Miam Bulletin d'adhésion Avril – 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 :

<b>LÉGUMES</b>	Grand Panier	Petit Panier	Pas de légumes
<b>PAIN</b>	Je prends du pain		Pas de pain
<b>FARINE</b>	Je prends de la farine		Pas de farine
<b>ŒUFS</b>	Je prends part(s) d'œufs	Je parraine poule(s)	Ni œufs ni parrainage
<b>CHEVRE – Les Biquettes de Romnel</b>	Je prends du fromage blanc / des yaourts au lait de chèvre		Pas de produits chèvre
<b>CHEVRE – La Chèvrerie d'Haussez</b>	Je prends du fromage frais / du riz au lait / de la faisselle au lait de chèvre		Pas de produits chèvre
<b>CHAMPIGNONS</b>	Paris : part(s)	Variés : part(s)	Pas de champignons
<b>POULET</b>	Je prends du poulet		Pas de poulet
<b>FLEURS</b>	Je prends des fleurs		Pas de fleurs

### CONTRATS

(Pensez à ouvrir le lien des contrats via Clic droit > Ouvrir dans un nouvel onglet !  
Sinon, une fois à la page du lien, revenez en arrière !)

Si je prends	je trouve le contrat	et je renvoie mon contrat à l'adresse
- des légumes	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:legumes@lemiam.org">legumes@lemiam.org</a>
- du pain et/ou de la farine	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:pain@lemiam.org">pain@lemiam.org</a>
- des œufs	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:oeufs@lemiam.org">oeufs@lemiam.org</a>
- du lait de chèvre : fromage blanc et yaourt	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:chevre@lemiam.org">chevre@lemiam.org</a>
- du lait de chèvre : fromage frais, riz au lait et faisselle	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:chevre@lemiam.org">chevre@lemiam.org</a>
- des champignons	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:champignons@lemiam.org">champignons@lemiam.org</a>
- du poulet	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:poulet@lemiam.org">poulet@lemiam.org</a>
- des fleurs	<a href="#">sur la page du producteur, ici</a>	<a href="mailto:fleurs@lemiam.org">fleurs@lemiam.org</a>

**Bulletin à retourner à : [adhesion@lemiam.org](mailto:adhesion@lemiam.org)**