

Nom : Prénom:

Adresse : Code postal:

Commune : Tel:

E-mail :

Lieu de distribution : Grézieu Ou Messimy

Abonnement saison hiver : Chèques ou Espèces

Adhésion saison hiver: (5€) Chèque ou Espèces

Comment avez-vous entendu parler des Paniers des Vallons?

Un Chèque ou espèces par mois, merci d'inscrire le mois au dos du chèque

	Tailles/ Types de paniers	Nombre	Prix paniers	Frais Fixes (1)	Prix paniers avec FF	Montant /semaine
Légumes	Petit		8,00 €	1,20 €	9,20 €	- €
	Moyen		12,00 €	1,80 €	13,80 €	- €
	Grand		16,00 €	2,40 €	18,40 €	- €
Mixte (petit légumes + mini-fruits)			13,00 €	1,95 €	14,95 €	- €
Fruits	Petit		8,00 €	1,20 €	9,20 €	- €
	Moyen		12,00 €	1,80 €	13,80 €	- €
Yaourts Bio (2) (Livraison Bi-mensuel) Prix pour x6/semaines	Yaourts nature		3,00 €	0,45 €	3,45 €	- €
	Yaourts aromatisés		3,30 €	0,50 €	3,80 €	- €
	Yaourts confiture		3,90 €	0,59 €	4,49 €	- €
	Crèmes dessert		3,90 €	0,59 €	4,49 €	- €
Œufs (3)	Boite de 6 œufs		2,35 €	0,35 €	2,70 €	- €
Pain Bio (Pain de 500g sauf seigle de 700g)	Pain 1/2 Complet		2,75 €	0,41 €	3,16 €	- €
	Pain Complet		2,95 €	0,44 €	3,39 €	- €
	Pain Seigle		3,90 €	0,59 €	4,49 €	- €
	Pain Graines		3,10 €	0,47 €	3,57 €	- €
	Pain Petit Epeautre		5,65 €	0,85 €	6,50 €	- €
	Pain Khorasan (Blé ancien)		5,60 €	0,84 €	6,44 €	- €
	Pain Riz - Sarrasin		5,45 €	0,82 €	6,27 €	- €
	Pain Bröt		4,00 €	0,60 €	4,60 €	- €
	Pain Noix		5,45 €	0,82 €	6,27 €	- €
	Pain Fruits secs		5,45 €	0,82 €	6,27 €	- €
	Brioche (coupe de 400g)		7,06 €	1,06 €	8,12 €	- €
Total hebdomadaire						- €

Distribution le Mercredi soir
18h30-20h **19h45-20h**
GRÉZIEU-LA-VARENNE **MESSIMY**
 Sous la Halle, Rue Emile Evellier Salle d'activité, 1 rue Froide

Les Paniers des Vallons est une association de consommateurs et de producteurs locaux qui met en place **un circuit court équitable et local (-de 50 km)**.

(1) Frais Fixes: Coûts structurels comme le site, la charge salariale, etc... Ils sont de 15%

(2) Les paniers yaourts sont distribués toutes les 2 semaines afin de soutenir les frais de transport de Mickaël.

(3) Prix pouvant varier au 1 er janvier suite au changement de producteur d'œuf.

Mois	nov	dec	jan	fev	mars	avril
	02-nov 09-nov 16-nov 23-nov 30-nov	07-déc 14-déc 21-déc 28-déc	04-janv 11-janv 18-janv 25-janv	01-févr 08-févr 15-févr 22-févr	01-mars 08-mars 15-mars 22-mars 29-mars	05-avr 12-avr 19-avr 26-avr
Nombre de semaines	5	4	4	4	5	4
Montant des chèques	- €	- €	- €	- €	- €	- €



*J'adhère à l'association Paniers des Vallons pour la saison HIVER 2022.
 Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur de l'association.*

Fait à :
 Le :

Signature :

Mode d'emploi de la fiche

Astuce : Le fichier se remplit automatiquement si il est saisi sous Excel

(Mettre la quantité de paniers dans la colonne "nombre", le calcul du montant de vos chèques se fait automatiquement)

1. Indiquez vos coordonnées ainsi que le lieu de distribution.
2. Pour chaque panier, indiquez le nombre voulu, calculez le **montant par semaine** (= Prix paniers avec FF X Nombre). Additionnez les "montant par semaine" pour chaque panier pour obtenir le "total hebdomadaire"
3. Multipliez ce montant par le nombre de semaines par mois. (**merci de ne pas prendre en considération vos futures absences**)
4. Faites un chèque pour chaque montant mensuel, en plus du chèque d'adhésion (5€).

Règles générales

1. Tout nouvel abonné bénéficie d'une période d'essai de 4 semaines. Dans le courant de cette période, la taille et le type de panier peuvent-être changés. Le contrat peut-être rompu. L'adhésion n'est pas remboursée.
2. Un système d'absence est défini: tout abonné peut, à titre exceptionnel, demander une annulation de son panier sur une semaine de son choix, défini au moins 1 semaine à l'avance et ce dans la limite de 5 absences pour la saison.
3. Les chèques seront encaissés à la fin du mois concerné.
4. La régularisation en fonction des absences sera faite en fin de saison.
5. Pour les inscriptions en cours de saison, veuillez calculer le montant mensuel à partir du 1er jour de la distribution choisie.

Les distributions de paniers se font avec l'aide des adhérents.

Nous vous solliciterons pour participer à une permanence selon vos disponibilités.

Exemple de quelques compositions de paniers (saison hiver):

Petit Panier Légumes 8€	Moyen Panier Légumes 12€	Grand Panier Légumes 16€	Panier Mixte 13€	Moyen Panier Fruits 12€	Petit Panier Fruits 8€
1 kg de Choux vert	750 g d'Épinards	1 kg d'Épinards	Compote pommes-pêches de vigne (620 g)	Compote de Poires (620 g)	Compote de Poires (620 g)
1,34 kg de Courges	250 g de Pleurotes	300 g de Pleurotes	750 g de Pommes	Confiture Framboise 212 ml	1 Jus de Poires
200 g de Maches	750 g de Choux Rouge	1,34 kg de Carottes	1,25 kg de Butternut	Nectare de pêche de vigne	1 kg de Pommes
910 g de Poireaux	530 g d'Endives	1.67 kg de Pomme de Terre Rouge	670 g de Carottes	1,15 kg de Pommes	
	200 g de Maches	200 g de Maches	200 g de Pleurotes		
	1 Salade	1 kg de Navets	750 g de Panais		
		500 g d'Oignons jaunes	1 Salade		



Les Paniers des Vallons
CCVL

20 Chemin du Stade
69670 VAUGNERAY

06 29 42 92 42

lespaniersdesvallons@gmail.com