

# Gagnez de la MANNE\* !



La MANNE est le moyen d'échange que nous avons créé pour mesurer les engagements de chacun à proportion du temps engagé sur le projet d'archipel nourricier.

La MANNE permettra d'accéder aux produits de la microferme, à des cours de cuisine et à d'autres services.

\* La MANNE : Monnaie d'une Autre Nature pour de Nouveaux Echanges.

En savoir plus sur la manne : [www.menadel.fr](http://www.menadel.fr)

## Les partenaires



Nous contacter :

Audrey Chaillan  
[achaillan@angesgardins.fr](mailto:achaillan@angesgardins.fr)  
 06.58.49.21.70

Pour plus d'informations sur le programme :  
[www.microfermecocagne.fr](http://www.microfermecocagne.fr)  
 Micro ferme Cocagne de Gohelle



## Microferme Cocagne de Gohelle

### Programme hiver 2019

➤ 6 rendez-vous  
 bien-vivre alimentaire  
 et biodiversité

|            |         |
|------------|---------|
| 19 janvier | 9 mars  |
| 13 février | 20 mars |
| 2 mars     | 23 mars |

Nouvelles dates et nouveau lieu prochainement...  
 pour vous tenir informé rendez-vous sur  
[www.menadel.fr](http://www.menadel.fr)

## Une microferme !

La microferme Cocagne, portée par les Anges Gardins, cultive des terres urbaines en agriculture biologique. Nous produisons des légumes et fruits ultras frais ou fragiles, en relation avec les agriculteurs bio locaux fournissant des légumes de plein champs.

Notre ferme remplit d'autres missions essentielles en faveur du bien vivre alimentaire : chantiers d'apprentissage du jardinage et cuisine.

La microferme Cocagne, c'est aussi la création d'activités nouvelles et de parcours d'insertion par l'activité économique.

Un archipel  
nourricier à  
construire avec  
vous !



La microferme a rêvé d'un « Archipel nourricier en coeur de Gohelle », constitué de petits espaces de culture et d'une « riviera comestible » au service d'un même projet : produire localement, tout en favorisant la biodiversité et le développement d'activités patrimoniales ou récréatives.

Proposer ou trouver un terrain à cultiver ? Rejoindre le projet ? Contactez-nous ! Le rêve devient déjà réalité !

## Nos 6 rendez-vous :

Participez à nos chantiers ! Apprenez ! Tout en gagnant\* ou dépensant\* de la MANNE  
Vous n'avez pas de MANNE ? Pas de panique, vous pouvez adhérer à l'association et ainsi bénéficier de 20 MANNE

★ **Samedi 19 janvier** de 14h30 à 17h30  
**Atelier « cuisine enchantée »**

Saveurs mêlées d'Afrique  
en partenariat avec l'association ACI  
(Association culinaire interculturelle)

★ **Mercredi 13 février** de 14h à 16h30  
**Atelier « cuisine enchantée »**  
Mystères dans l'assiette !

★ **Samedi 2 mars** de 14h30 à 17h30  
**Atelier « cuisine enchantée »**  
Cuissons douces des viandes et des légumes !  
Vous apprendrez comment cuire les aliments en  
préservant un maximum de leurs bienfaits !

★ **Samedi 9 mars** de 14h30 à 17h30 :  
**Chantier coopératif : On crée un archipel !**  
**On plante une haie vive !**

Envie de jardiner en gagnant de la MANNE ?  
Venez participer à ce chantier coopératif qui  
permettra de poursuivre le développement de  
l'archipel nourricier.

★ **Mercredi 20 mars** de 14h à 16h30  
**Atelier « cuisine enchantée »**

On cuisine en famille !  
Venez passer un moment convivial en famille  
autour de la cuisine.

★ **Samedi 23 mars** de 14h30 à 17h30  
**Chantier coopératif : On crée un archipel !**  
Envie de jardiner en gagnant de la MANNE ?  
Venez participer à ce chantier coopératif qui  
permettra de poursuivre le développement de  
l'archipel nourricier.

Pour vous inscrire aux ateliers de **cuisine enchantée**, vous pouvez envoyer un  
mail à [bienvivrealimentaire@angesgardins.fr](mailto:bienvivrealimentaire@angesgardins.fr) ou par téléphone au **07 69 12 19 99**.  
La participation à cet atelier est de **10 MANNE**.



Pour vous inscrire aux **chantiers coopératifs**, vous pouvez envoyer un  
mail à [achaillan@angesgardins.fr](mailto:achaillan@angesgardins.fr) ou par téléphone au **06 58 49 21 70**.  
En fonction du temps passé, vous gagnerez de la MANNE.

Ces animations sont ouvertes aux grands comme aux petits.  
Lors de votre inscription nous vous confirmerons le lieu de rendez-vous (Loos en Gohelle, Liévin ou Lens).