

A Saint-Pons-la-Calm

Echangez même confinés !

Bonjour à tous,

Le mois de mai approche et il ne sera pas tout à fait, hélas, le « joli mois » de d'habitude, avec son cortège de weekends conviviaux et festifs à rallonge... A Saint-Pons, il nous faudra ainsi renoncer à la 14^{ème} édition de la Fête de la Cerise. Pourtant, pleine d'optimisme, Geneviève, l'organisatrice en chef de cet événement, voulait y croire, quitte à voir plus petit... mais il a bien fallu finir par officialiser l'annulation auprès de nos fidèles exposants. Hauts les cœurs : c'est promis, dès qu'on en a le droit, on sort les tables et les bancs sous la halle et on se retrouve pour une auberge espagnole historique. La bonne nouvelle, c'est qu'il y aura du vin de cerise 2020 à écouler !

A noter que nos producteurs et livreurs ont eux aussi renoncé à leurs jours fériés, et seront au rendez-vous les vendredi 1^{er} et 8 mai. Merci à eux ! Quelques ajouts ou actualisations dans leurs propositions à lire en bas de la lettre.

Bonne semaine à tous !

Et pour supporter le confinement à la maison, Bernard Payer nous conseille de nous souvenir que « Saint-Pons,

c'est Comme A La Maison » 

Marie (Comité des fêtes) et Muriel (Ô Natur'ailes)

La proposition créative de Claire

Claire a rapporté des artichauts de notre petit marché et avant de les déguster, elle les a dessinés. Les légumes de saison s'invitent à la maison et dans vos créations ! A découvrir ci-joint en photo, avec les petits messages de Claire.

Merci la vie ! par Ô Natur'ailes

Cette semaine, Muriel nous propose un petit texte à méditer : « Attendez voir » (en pièce jointe)

Le lien à suivre...proposé par Marie

Des danseurs de l'Opéra-ballet de Paris ont rendu hommage à leur manière à ceux qui se battent en première ligne contre l'épidémie. Sur une musique de Prokofiev, ils dansent dans leur lieu de confinement et Cédric Klapish en a fait un montage. Je voulais partager avec vous ce beau moment de danse et d'émotion...

<https://www.youtube.com/watch?v=OliG14Ggmu0>

Des idées de lien à partager ? N'hésitez pas à faire des propositions par retour de mail !

Le petit marché confiné de St Pons

Pour tous ces produits, il est nécessaire de passer commande, en respectant le délai lorsqu'il est indiqué.

Asperges

Commande tous les jours auprès de Céline Borrely au 06-58-02-26-03.

Commande à récupérer 4 rue de l'ancienne boulangerie, à St-Pons. Règles de confinement obligent, votre commande vous attendra dans la cour, avec une boîte pour le règlement (appoint en espèce ou chèque).

Tarifs asperges vertes fines : 4 €

Fromages de chèvre : attention nouveau numéro de téléphone !

L'exploitation Capri, GAEC de Fons sur Lussan, propose une livraison de fromage de chèvre (petit gabarit) 1,10€ pièce frais ou demi-sec.

Uniquement sur commande, avant mercredi, 20h, par SMS au **07-61-51-03-41**. Indiquez « St Pons », votre nom et votre commande. Préparez la somme exacte en monnaie ou un chèque.

Livraison **vendredi de 11 h à 11h15** sous la petite halle du marché en face la Mairie.

Légumes du Petit Gardois

Damien viendra livrer le vendredi à 11h place de la mairie. Uniquement sur commande avant le jeudi 18h par SMS au 06 58 93 91 54. Indiquez « St Pons », votre nom et votre commande. Préparez la somme exacte en monnaie ou un chèque. Cette semaine :

Grosse 6€/kg
Moyenne 5€/kg
Fine 4€/kg

Artichauts 3€50 le bouquet
Courgette 2€50/kg
Salades 1€ pièce ou 2€50 les 3
Aillet 3€ la botte
Fevettes 4€/kg

Huile d'olive bio (Hollyoaks- Saint-Pons-la-Calm)

Sur commande auprès de Terence au 0684840978. Livraison, place de la mairie, les mardi et vendredi, à 11h. Indiquez « St Pons », votre nom et votre commande. Préparez la somme exacte en espèce ou en chèque.

La bouteille de 50 cl : 12 € ; 30 € les 3 bouteilles

Bouteilles d'un litre en rupture de stock.

Miel et produits à base de miel (Les ruches Amielh deTresques)

Livraison le **vendredi 11h**, place de la mairie. Uniquement sur commande avant **le mercredi 20h** par SMS au 06 21 81 18 08. Indiquez « St Pons », votre nom et votre commande. Préparez la somme exacte en monnaie ou un chèque. Cette semaine :

Miels, pot de 250g

Lavande 5.25€ Châtaignier 4.75€ Forêt 4.75€

Nougats : entre 7 et 9 euros (en fonction du poids)

Pollen : cure d'un mois, 12 euros

Pains d'épices

Nature 7.5€ Figues Poivre ... 9.0€

Boucherie, charcuterie, rôtisserie et traiteur

Le vendredi matin, place de la mairie. Achats sur place. Le traiteur proposera des parts de plats préparés de type paëlla ou couscous.

Pain et gâteaux sans gluten

Cet artisan (entreprise 100 Glu) de Cavillargues fabrique uniquement des produits sans gluten et biologiques. Sa gamme de produits (avec des ajouts cette semaine) proposés à la livraison est à découvrir en pièce jointe.

Commande **avant vendredi , 20h**, au 06 29 77 16 15.

Livraison le **dimanche, 10h30-11h**, place de la mairie. Préparez la somme exacte en monnaie ou un chèque.

Poissonnerie Clément

Livraisons, **le mardi, de 11h30 à 12h30**, place de la mairie. Commande par sms au 06 74 87 86 76, avant le dimanche, 20h. Produits et tarifs en pièce jointe.

Pizzas

Rien ne change: les camions pizza sont fidèles au poste, devant la mairie, les mardi et vendredi soir.

Et pour arroser le tout, sachez que **notre cave coopérative** reste ouverte aux horaires habituels : du lundi au jeudi, 10h-12h ; 15h-17h et vendredi matin, 10h-12h

LA POISSONNERIE CLEMENT

**Vous propose la vente de filets de poissons
frais dans votre village**

ARTICLES

Prix

• Moules de Bouchot	.. 8,00€ le kg
• Moules d'Espagne selon arrivage	.. 5,00€ le kg
• Crevettes cuites	.. 3,40€ les 100g
• Dos de Lieu noir	.. 4,00€ le dos
• Filet de Rascasse	.. 5,50€ le filet
• Dos de Cabillaud	.. 6,00€ le dos
• Filet de loup	.. 7,00€ le filet
• Huîtres fine de claire	.. 40€ la bourriche
• Huîtres fine de claire spéciale	.. 50€ la bourriche 3kg
	Environ 200g le filet

Origine Atlantique Nord Est

**Uniquement sur réservation au
06.74.87.86.76 ou sur Messenger**

Toutes les règlementation sanitaires seront appliquées et nous demandons aux personnes de régler uniquement CB sans contact, chèques, ou en espèce en faisant l'appoint pour une raison d'hygiène nous ne rendrons pas la monnaie.

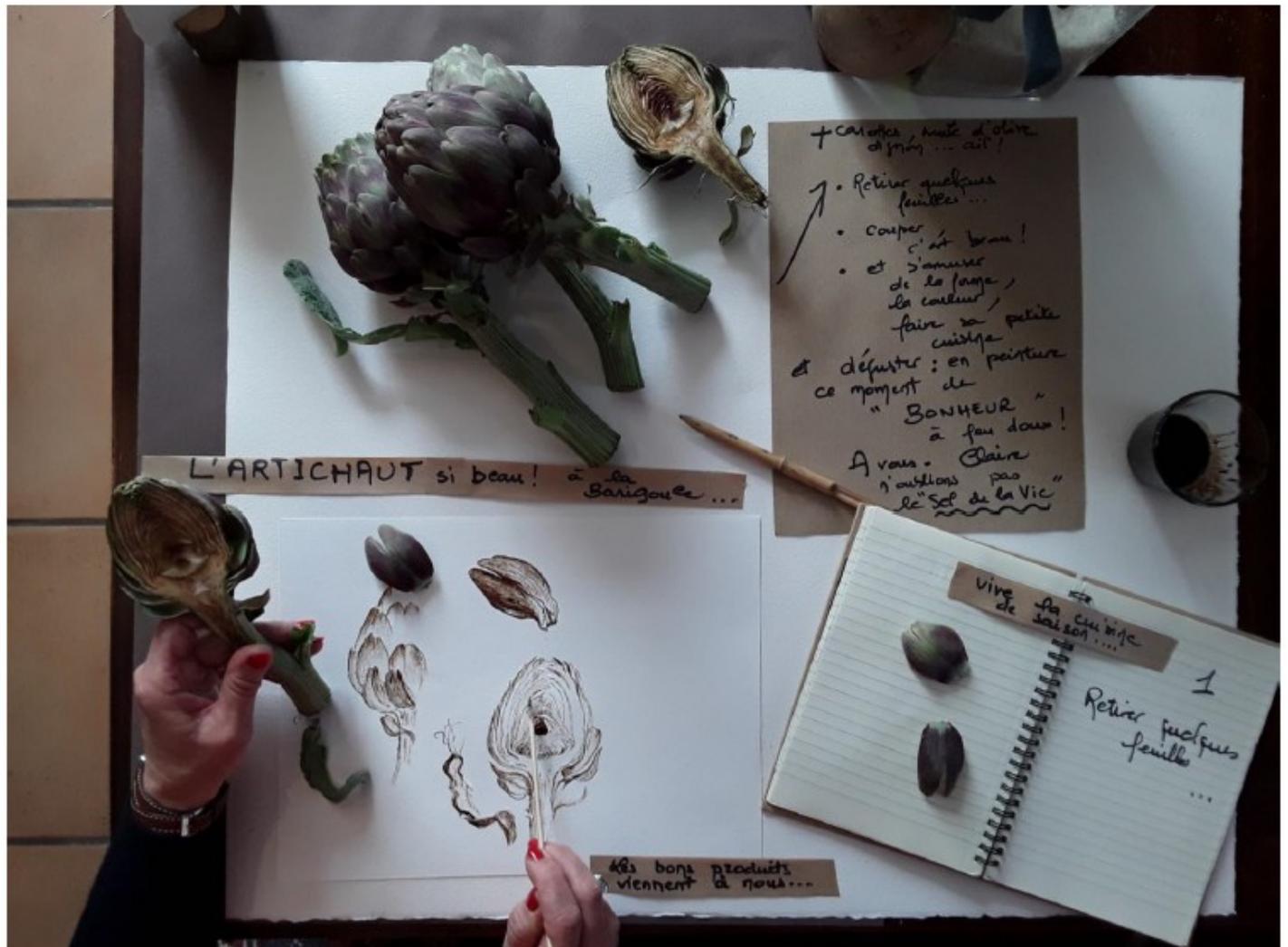
MERCI DE VOTRE COMPRÉHENSION

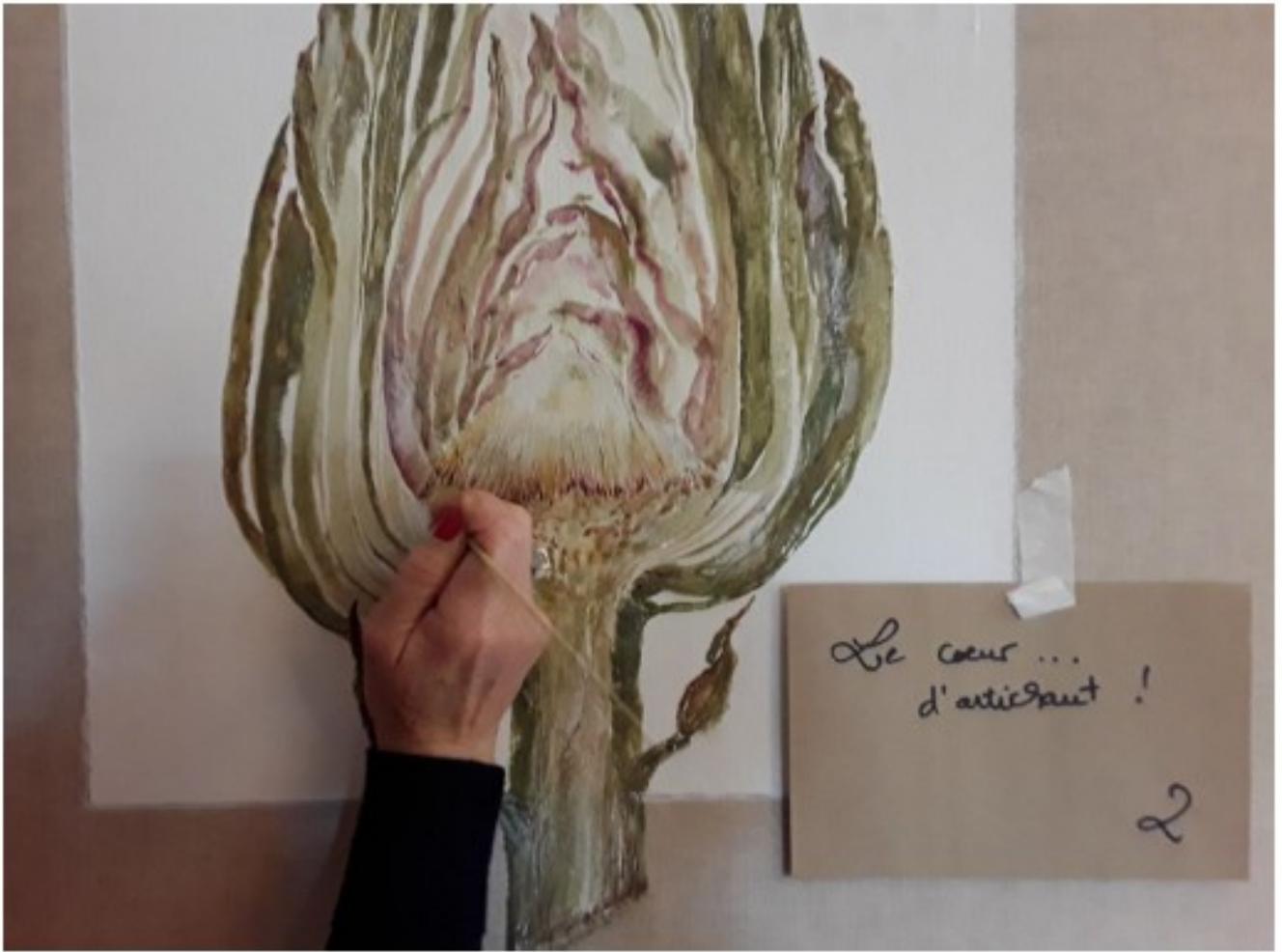
Matières premières	poids	Prix en €
Farine de sarrasin	300 gr	1,35
Farine de maïs	300 gr	1,20
Farine de riz complète	300 gr	1,17
Fécule de pomme de terre	300 gr	1,35
Fécule de tapioca	300 gr	1,47
Farine de lin déshuilée	300 gr	2,25
Sucre XHP cristallisé, non raffiné	300 gr	1,10
Sucre de coco	300 gr	2,40
Pépites de chocolat sans lécithine 60%	300 gr	3,50
Noisettes concassées	250 gr	4,90
Poudre à lever (sans phosphates)	100 gr	1,90
Levure de boulanger fraîche	100 gr	1,60
Gomme de guar	100 gr	3,00
Poudre de blanc d'oeuf(100g=30 blancs œufs)	100 gr	13,00

Les pains certifiés bio et sans gluten (mis sous vide DLUO 5 jours)

Pain riz sarrasin	400 gr	4,00
Pain graines de chia	400 gr	4,20
Pain lin sarrasin	400 gr	4,00
Pain des oiseaux (graines de lin, tournesol et sésame)	400 gr	4,00

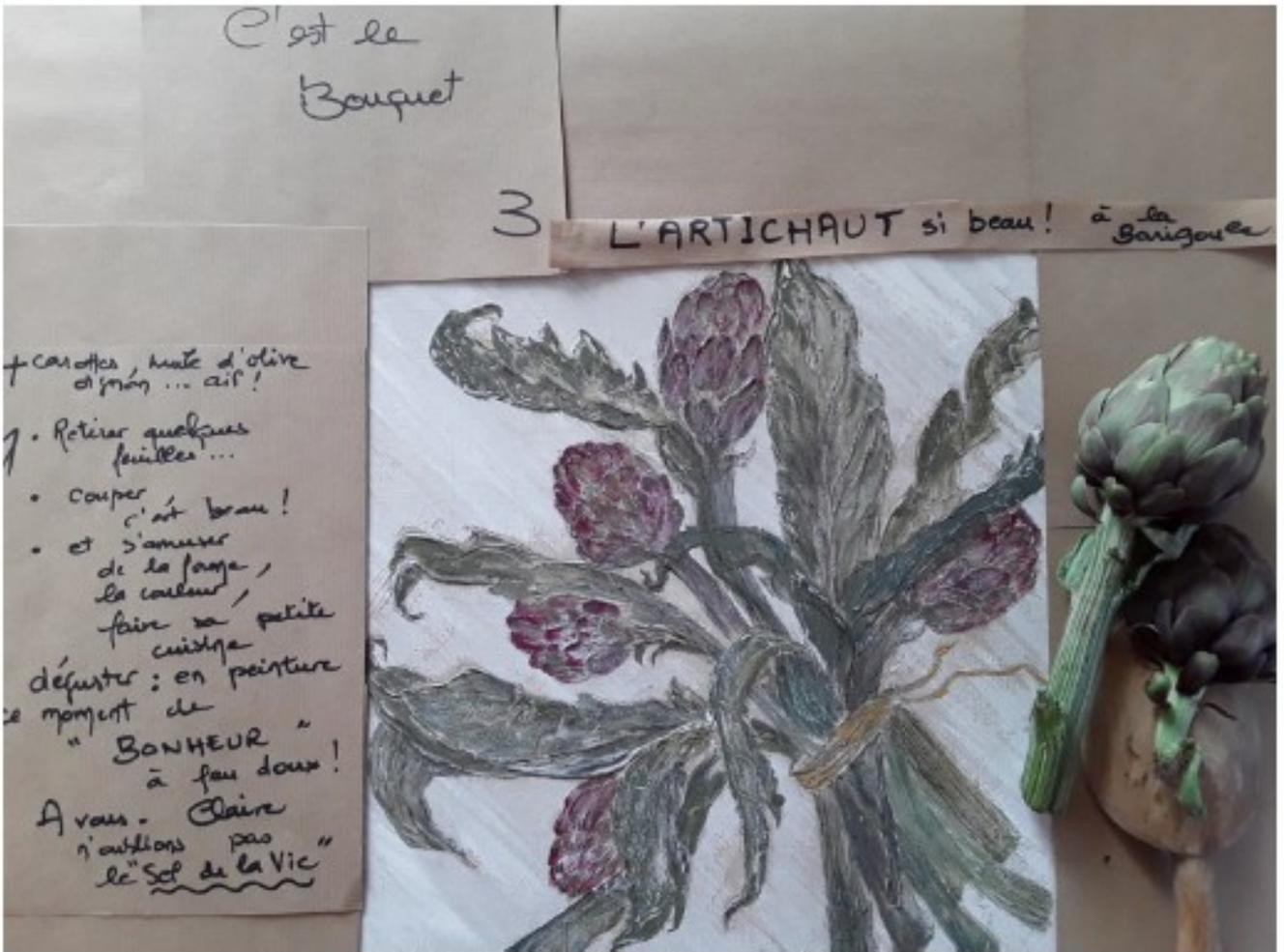
La proposition créative de Claire: artiste en herbe et en artichaut!





Le cœur ...
d'artichaut !

2



C'est le
Bouquet

3 L'ARTICHAUT si beau! à la Garigoue

+ Carottes, huile d'olive
et vin ... ail !

7. Retirer quelques
feuilles ...

- couper
c'est beau !
- et s'amuser
de la forme,
la couleur,
faire sa petite
cuisine

déjeuner : en peinture
le moment de
" BONHEUR "
à feu doux !

A vous - Claire
n'oublions pas
le " Sol de la Vie "



ATTENDEZ VOIR

Comme c'est beau, attendre ! Quel mot plein, complet, parfait – un mot qui dit à la fois l'attention et la tension, mais sans la souffrance inhérente à la patience ; un mot tendre qui s'adresse à nous de ses deux *t* dressés comme on tend les bras – à nous, à toi et au temps qui passe.

Tout de suite vous vous récriez, je vous entends d'ici : « Tendre ? Pas toujours ! Attendre un enfant, le Messie, le week-end ou même un homme, passe... encore. Mais là mort, la fin du monde ou le train de 6 h 54, attendez voir, ce n'est pas la même chose ! » Admettons... Mais on aurait tort de sculpter ce verbe en allégorie peureuse figée sur un quai de gare : contrairement à sa sottise définition : « demeurer jusqu'à l'arrivée de quelque chose ou de quelqu'un », rien de statique en lui, que de l'élastique : l'attente n'est-elle pas la seule chose au monde qui raccourcit en s'allongeant ?

Camille Laurens,
Le grain des mots,
P.O.L, 2003.