

Témoignage d'Anne Laure de l'Oféria, employeur d'Aung

Aung plus qu'un co-équipier, un pilier. Je me souviens d'un petit rayon de soleil qui rentre dans le restaurant pour nous proposer ses services à la plonge et /ou ailleurs.

C'est alors un long mais très beau combat qui commence. En effet, Aung et « nous » (l'équipe) avons du mal à nous comprendre mais à force de persévérance et de patience, de beaucoup de travail, notre équipe prend forme.

Cela fait maintenant plus d'un an, que Mme Cosquer notre ancienne patronne, lui a fait confiance et malgré un passage difficile, nous avons du mal à la voir partir.

En 1 an, Aung a évolué énormément et attaque dorénavant de nombreuses tâches en cuisine. : taille de légumes ; diverses mises en place (préparation de lasagnes et pizzas, sauce, ..) ; étaler des fonds de pizzas ; confectionner les pizzas ; enfourner les pizzas.

C'est une personne de valeur, de confiance, passionnée et volontaire... un pilier important du restaurant.

Anne Laure
Gérante de L'Oféria

Mot de Valérie, Conseillère insertion à la Coudraie

Aung a fait un très beau parcours, récompensé par l'investissement et toutes les démarches réalisées durant son contrat à la Coudraie. Chacun a son niveau (Aung, salariés permanents, salariés en parcours, bénévoles, adhérents, entreprises, financeurs) a permis à Aung de concrétiser son projet. Un bel exemple !

Merci à son employeur, l'Oféria, pour avoir donné sa chance à Aung et soutenu son projet !

Une belle réussite, une satisfaction partagée par tous.

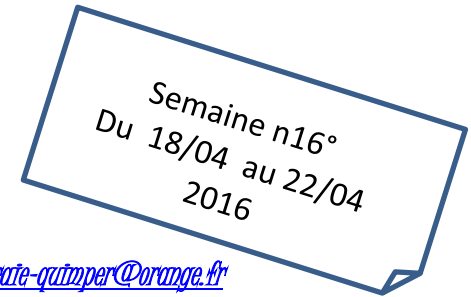
Valérie Andro

Feuille de Chou N°144

-La petite gazette réalisée par les Jardiniers et Jardinères en parcours !-



*Les Maraîchers
de la Coudraie*
CHANTIER D'INSERTION



271 route de Guengat - 29000 QUIMPER - Tel : 02 98 95 09 67 maraichersdelacoudraie-quimper@orange.fr

www.panierbiolacoudraie.org

Témoignage d'Aung

(salarié à la Coudraie de septembre 2014 à février 2015)

D'origine étrangère (Birmanie), je suis arrivé en France en 2010. Mon contrat de travail à la Coudraie fut mon 1^{er} emploi en France. Je suis arrivé à la Coudraie le 1^{er} septembre 2014. J'ai été très content d'y travailler. Tout le monde était gentil. J'ai beaucoup été aidé : aide pour l'achat de mon scooter qui me permet de me déplacer, participation aux cours de français, réalisation de 2 semaines de stage en cuisine collective. Au bout de 5 mois ½, j'ai trouvé un emploi dans le domaine où je voulais travailler : commis de cuisine. Le restaurant l'Oféria à Quimper recherchait un plongeur-commis de cuisine, alors j'ai postulé.



Au début, ce nouveau travail était difficile car je n'avais pas de formation, de diplôme ni d'expérience en France. Je ne connaissais pas vraiment toutes les techniques ni les termes utilisés (Pas si facile la langue française !). Au bout de 6 mois, j'ai progressé et maintenant je fais beaucoup de choses, j'ai beaucoup plus de connaissances. Je fais toutes les préparations pour les 32 pizzas à la carte, je fais les entrées, salades ainsi que les desserts. Je commence à apprendre à confectionner les pizzas mais j'ai encore besoin de temps pour être à l'aise pour la cuisson.

Mon contrat de travail est un CDI qui a débuté par 24h par semaine et est passé à 30 h par semaine. La Coudraie m'a beaucoup aidé. Si c'est possible, j'aimerais faire une formation plus tard pour avoir un diplôme mais en accord avec mon employeur.

Merci à toutes les personnes qui travaillent et m'ont soutenu à la Coudraie pour leur aide.

Aung



UNION EUROPÉENNE



RESEAU COCAGNE



CERTIFIÉ PAR CERTIS FR-BIO-13
AGRICULTURE FRANÇAISE



AB
AGRICULTURE
BIOLOGIQUE



l'Europe
s'engage
en Bretagne
avec le FSE

Composition du panier

Légumes	Variété	Unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Chou-Fleur		pièce	2.50€	1	2.50€	1kg	2.50€
Carotte		kg	2.30€	1kg	2.30€	1kg	2.30€
Blette		bottes	1.20€	1	1.20€	1kg	1.20€
Panais		kg	2.50€	0.500kg	1.25€	0.500g	1.25€
Mesclun		kg	11€	0.100kg	1.10€	0.100gr	1.10€
Echalote		kg	4.50€	0.260kg	1.15 €	0.250g	1.15€
Epinard		kg	4.50€	400g		0.400g	1.80€
Betterave cuite		kg	5.00€	500g		0.500g	2.50€
Navet		botte	1.20€	1kg		1	1.20€
TOTAL					9.50€		15€

Le légume de la semaine... et sa recette



Purée de carottes et choux fleur aux épices

Temps de préparations 20 min

Temps de cuisson 40min

Ingrédients pour 4 personnes

500 g de carottes

500g de choux fleur

1 cuillère à soupe d'olive

1 cuillère à café de cumin

1 cuillère à café de gingembre

4 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation de la recette :

Faire cuire les légumes à la vapeur environ 40 min

Les réduire en purée à l'aide d'un mixeur

Faire revenir la purée dans un wok avec de l'huile d'olive, ajouter la crème et les épices

Servir et déguster !

Echo des Jardinier



- L'équipe de la Coudraie a eu le plaisir de recevoir Théo un jeune stagiaire scolarisé à Kerbernez en section Horticulture ;

- Philippe a fait un stage d'employé de libre-service dans une supérette.

Zoom sur le jardin

Plantations pois mange-tout, oignons, tomate

Semis : basilic, persil

Entretien : bâchage d'une nouvelle serre