

Témoignage de Gauthier



En classe Ulisse au lycée Chaptal, je dois effectuer 4 stages dans l'année scolaire. Ayant déjà eu une première expérience en maraichage biologique l'an dernier, j'ai souhaité réaliser à nouveau un stage dans ce domaine. Appréciant le travail au contact de la terre et des animaux j'aimerais orienter mon projet professionnel dans cette voie. Au sein de la Coudraie, une équipe agréable m'a accueillie et accompagnée dans les diverses activités tels que l'entretien du sol, les récoltes et la vente. Ce stage était varié et j'ai tout aimé. D'ailleurs il est possible que je renouvelle un stage à la Coudraie prochainement.

Gauthier

Les Maraichers de la Coudraie, enfin une page « Facebook »

Déjà sur la toile avec un site internet très complet, l'association veut aujourd'hui étendre son réseau. Pour se faire connaître tout d'abord. Mais aussi **pour créer du lien, créer un échange avec nos adhérents, et plus généralement, les habitants de Quimper Co...** bref de **dynamiser notre communauté.**

Vous y trouverez des actualités sur « Les Maraichers de la Coudraie ».

N'hésitez pas à commenter nos publications et à donner vos avis d'une manière générale sur votre expérience en tant qu'adhérent ou simple visiteur...

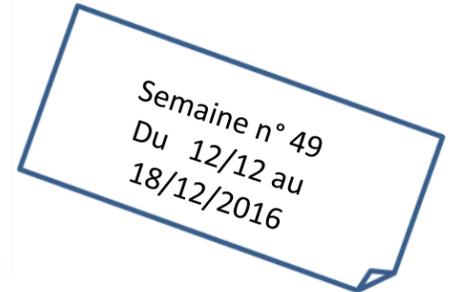


Feuille de Chou n°178

-La petite gazette réalisée par les Jardinières et Jardiniers en parcours insertion-



Les Maraichers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION



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

www.panierbiolacoudraie.org

Les Maraichers de la Coudraie signent une Convention de Coopération avec Pôle Emploi

Comme toutes les structures d'insertion par l'activité économique, notre association vient de finaliser la rédaction d'une **Convention de partenariat avec l'agence Pôle Emploi de Quimper Sud** à Créach Gwen, agence à laquelle nous sommes rattachés.

Cette convention a pour objet de définir les modalités opérationnelles pour l'organisation et la mise en œuvre d'une collaboration en cohérence avec les réalités locales. Ces dispositions participent d'une volonté commune de favoriser l'accès à l'emploi durable pour les publics accueillis dans notre structure. Il s'agit de s'engager sur la sécurisation et l'amélioration de la qualité de leur parcours, c'est-à-dire de veiller à une transition fiable d'un dispositif à l'autre (exemples : entrée en formation en cours ou à l'issue du contrat, entrée dans un autre dispositif), de proposer les actions d'insertion au bon moment et en cohérence avec le projet de la personne.

Pôle Emploi, qui a désigné une conseillère référente pour notre structure, s'engage à nous donner un éclairage sur le marché du travail local et les besoins en main d'œuvre des entreprises du territoire, à nous informer sur l'offre de service mis à la disposition des salariés des structures d'insertion.

De notre côté, nous nous engageons à informer Pôle emploi de nos intentions de recrutements, et l'évolution des parcours des salariés. Valérie Andro, notre « accompagnatrice socioprofessionnelle » est donc la référente des Maraichers de la Coudraie auprès de Pôle Emploi.

Annick Sévère

Le panier de la semaine

Légumes	Variété	Unité	Prix	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Haricots secs	coco	kg	6.00 €	0.350kg	2.10 €	0.350 kg	2.10 €
Carottes	Terre	kg	2.20 €	0.750kg	1.60 €	0.750kg	1.60€
Courge	musquée de provence	kg	2.50 €	1.200kg	3.00 €	1.200kg	3.00€
Mesclun		kg	11.00€	0.120kg	1.30 €	0.130 kg	1.30€
Kiwi		kg	3.80 €	0.400kg	1.50 €	0.400 kg	1.50 €
Salade	Battavia	Pièce	0.85 €			1	0.85€
Radis noir		kg	3.00 €			0.400kg	1.20 €
Echalotes		kg	4.50 €			0.300 kg	1.35 €
Chou	chinois	kg	3.00 €			0.700 kg	2.10 €
Total					9.50 €		15 €

Echos des jardiniers

De par son passé de charpentier de marine, Jean-Marc s'adonne avec plaisir à la construction d'un portail de qualité.

Zoom sur le jardin

Plantations : Salades (battavia, feuilles de chêne rouges)

Travaux : Désherbage des poireaux, apport de compost et paillage de la parcelle d'aromatiques. Entretien des parterres de fleurs et du verger.

Le légume de la semaine et sa recette



Le véritable Friko Coco breton

5 pers Préparation : 30 mn Cuisson : 60 mn

- 1 bonne poignée de haricots blancs
- 3 carottes
- 5 belles pommes de terre
- 5 grosses saucisses de porc
- 3 oignons
- sel, poivre

- 1- Faire tremper les haricots toute la nuit la veille. Les laver.
- 2- Faire roussir les saucisses dans une cocotte dans un fond de beurre. Les réserver.
- 3- Dans le jus au fond de la cocotte, disposer les haricots, les oignons coupés en quartiers, les carottes coupées en deux dans le sens de la longueur, les patates épluchées et coupées en deux.
- 4- Recouvrir avec 2 litres d'eau, saler, poivrer et couvrir.
- 5- Faire bouillir puis baisser le feu.
- 6- Laisser mijoter une heure.
- 7- Rajouter les saucisses et laisser encore cuire 1/2 heure.
- 8- Tout est cuit quand les haricots sont tendres. A ce moment, le jus doit juste recouvrir le Friko. Rajouter de l'eau sinon en cours de cuisson...
- 10- Ajuster l'assaisonnement avant de servir.

Remarques : La même recette peut être faite avec du chou, le Friko Koal ! Après l'avoir dépouillé de ses grosses feuilles dures et coupé en quartier, le faire bouillir 10 min et jeter l'eau. Le reste de la recette est similaire en remplaçant les haricots par le chou, mais la cuisson est plus rapide : 1h en tout.