

## Témoignage de salarié

### Une après-midi au service des abeilles ; première expérience en duo

Jeudi 6 juillet, une équipe de salariés a commencé à préparer des hausses de ruches. La saison démarrant dans de bonnes conditions météorologiques, les abeilles se sont montrées particulièrement productives, et la capacité des ruches commençaient à arriver à leur maximum. Nous avons donc choisi de les agrandir, pour ne pas freiner la production de miel, qui s'annonce abondante !

Raphaëlle, Léna, Jacques et moi-même, avons préparé de nouveaux cadres de cire à insérer dans les hausses. Pour cela nous avons fixés des plaques de cires gaufrées dans un cadre en bois traversé par des fils d'inox. Ces fils chauffés à l'aide d'un fer spécial permettent de faire légèrement fondre la cire qui se soude à l'intérieur du cadre. Une vingtaine de cadres ont été préparés pour deux rehausses.

C'est donc avec Michèle, notre encadrante, que nous nous sommes équipés pour aller dans le verger où les ruches sont installées. Deux ruches sur quatre ont été rehaussées, et deux salariés sur quatre ont eu le droit à des piqûres (on avait prévenu, faut pas porter de pantalons fins !) Avant d'installer les hausses, nous nous sommes essayés à un exercice pédagogique délicat qui demande patience et œil de lynx : trouver une reine ! En vain, la reine a beau être d'une taille supérieure et facilement reconnaissable, la trouver parmi des milliers d'ouvrières n'est pas une chose aisée !

Fin de journée, le travail terminé, on m'annonce qu'une ruche bien productive ainsi que la ruche pédagogique mériteraient d'avoir une hausse supplémentaire et que cette intervention prévu pour le lendemain sera ma première intervention ... en duo !

Passionné par les abeilles, amoureux du miel et voulant moi-même m'essayer à l'apiculture depuis quelques temps, c'est avec joie que j'ai appris cette nouvelle. Me voici donc, le lendemain, en compagnie de ma collègue Léna à préparer deux nouvelles hausses et des cadres. Puis nous nous sommes mis en tenues ; pantalons épais, vareuses en toile, gants de caoutchouc, enfumoir et crocher pour attraper les cadres.

En route pour le verger. Nous commençons par la petite ruche pédagogique vitrée, qui était très active et un peu nerveuse. Le comportement le plus important à avoir lorsque l'on est en compagnie des abeilles est de ne pas paniquer pour que tout se passe bien ! La petite ruche refermée, nous avons terminé par la plus grosse, qui comporte à présent trois hausses ! Aucune piqure à déclarer, juste une première expérience en duo et beaucoup de plaisir à faire cette intervention avec Léna !

La récolte aura lieu sûrement au mois d'août, affaire à suivre...

Matthias

# Feuille de Chou n°207

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



Les Maraîchers  
de la Coudraie  
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°30  
Du 24/07 au  
30/07/2017

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

[www.panierbiolacoudraie.org](http://www.panierbiolacoudraie.org)

### Visite du Musée Départemental Breton – Entre Culture et Insertion, il n'y a qu'un pas !



A l'initiative de Marion Thomas, médiatrice culturelle au Musée Départemental Breton, et en partenariat avec les services de la Direction de l'Insertion au Conseil départemental, les structures d'insertion sont invitées à bénéficier d'une visite guidée de l'exposition « Bienvenue en Bretagne »

Ainsi, « Dans le cadre de projet stratégique 2016 /2021, le département du Finistère réaffirme son engagement culturel auprès des finistériens ainsi que l'égal accès à tous...

**Gratuité pour les bénéficiaires du RSA ou les demandeurs d'emploi (sur justificatif) + une visite commentée gratuite par Marion THOMAS, médiatrice culturelle, une fois par mois... »**

Mercredi 19 juillet nous étions 21 à suivre Marion dans une visite guidée très interactive. Une cinquantaine d'affiches exposées, créées par les compagnies de chemins de fer (privées à l'époque) du début du 20<sup>ème</sup> siècle font la promotion du « Visitez la Bretagne »... et la Normandie pour certaines d'entre-elles.

Chacun-e a pu exprimer ses impressions devant ces représentations parfois caricaturales de la Bretagne, mais néanmoins très artistiques. Nous avons ensuite profité d'une déambulation libre dans les autres parties du musée.

Annick



## Le panier de la semaine

Légumes	Variété	Unité	Prix	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Tomate ancienne		Kg	4.50 €	1 kg	4.50 €	1 kg	4.50 €
Courgette		Kg	2.40€	1 kg	2.40 €	1 kg	2.40 €
PDT		Kg	2.40€	0.500 kg	1.20 €	0.500 kg	1.20 €
Thym/origan		Botte	0.50€	1 bo.	0.50 €	1 bo.	0.50 €
Mesclun		Kg	13.00€	0.100 kg	1.30 €	0.100 kg	1.30 €
Comcombre		Pièce	1.00€			2 p.	2.00 €
Oignon rouge	Red Barron	Botte	2.20€			1 bo.	2.20 €
Poivron		Kg	5.50€			0.260 kg	1.40 €
<b>Total</b>					<b>9.90€</b>		<b>15.50€</b>

## Echos des jardiniers

Deux nouveaux salariés au sein de la Coudraie : Violaine et Ludovic. Nous leur souhaitons la bienvenue !

Janat poursuit toujours sa mission d'intérim dans une entreprise de maçonnerie.

Mercredi dernier, les salariés de la Coudraie sont partis au Musée de Cornouaille de Quimper pour la visite d'une exposition d'affiches anciennes sur le thème du tourisme en Bretagne.

## Zoom sur le jardin

**Semis** : en pleine terre de navets et de radis

**Plantation** : choux chinois

## Le légume de la semaine et sa recette



### Tian de légumes provençaux

Pers 5 pers    Préparation : 30mn    Cuisson : 60mn

- Courgettes
- Tomates
- Pommes de terres
- Poivrons
- Aubergines
- Oignons rouges
- Huile d'olive
- Bouquet garni
- Sel poivre
- Ail
- Parmesan ou chèvre ( facultatif )
- Piments en poudre pour les audacieux ( facultatif )

- 1- Pour commencer, les quantités de légumes dépendent de vos envies, de vos préférences et de la taille de votre plat ! Le principe du tian est d'intercaler des tranches fines de légumes posées sur la tranche dans un plat qui va au four.
- 2- Coupez des tranches fines et régulières de chaque légume. L'utilisation d'une mandoline est préférable si elle est réglable. Les tranches ne doivent ni être trop fines ni trop épaisses. Environ 0.4/0.5cm.
- 3- Dans un bol, assaisonner 4 à 6 cuillères à soupe d'huile d'olive, avec sel, poivre, et l'origan haché, et du piment si vous aimez les plats relevés !
- 4- Mettez un peu d'huile assaisonnée au fond du plat, et répartissez des rondelles d'oignons et de poivrons à plat.
- 5- Disposez ensuite les légumes à la verticale, en intercalant des tranches de légumes jusqu'à remplir le plat.
- 6- Disposez quelques gousses d'ail ainsi que le thym et le romarin un peu partout dans le plat.
- 7- Badigeonnez généreusement les légumes avec le reste d'huile d'olive et parsemez de parmesan ou de chèvre pour la gourmandise.
- 8- Enfourez jusqu'à la cuisson voulu, et c'est prêt ! Idéal pour accompagner des grillades

Recette proposée par Mathias