

Témoignages de salariés

Bonjour à tous,

Je suis à La Coudraie comme ouvrière maraîchère depuis deux ans, et comme tous mes collègues avant de partir, je me devais de vous faire un petit article sur le travail aux Maraîchers de la Coudraie. Lorsque je suis venue en entretien, je connaissais très peu du métier de maraîchage, mais j'aimais travailler la terre et être dehors. D'ailleurs, je ne savais pas vraiment comment fonctionnait un chantier d'insertion.

J'ai d'abord découvert la pépinière et les semis, puis la plantation et les récoltes, la préparation des paniers, la vente et les livraisons. J'ai aussi récolté le miel, moment impressionnant et passionnant. J'ai participé aux portes ouvertes et aux animations dans les écoles et les maisons de retraites.

Et, j'ai découvert le chantier d'insertion, un lieu où des gens malmenés par la vie travaillent ensemble. Des personnes d'horizons et de cultures différentes nous apprennent « Le vivre ensemble », la tolérance et la solidarité. Malgré nos problèmes divers nous travaillons tous dans un même but : s'en sortir. Et pour cela, nous sommes soutenus dans nos projets par des personnes bienveillantes, sans jugement.

J'ai aussi fait de belles rencontres, des personnes formidables qui vous aident à avancer.

Quelle belle tranche de vie !

Au moment où j'écris ce texte, j'apprends le renouvellement de mon contrat*, pour un an, dont l'objet est de continuer à approfondir les démarches mises en place.

Le printemps est là, les tomates et courgettes vont arriver, ce sera un plaisir de les récolter une année de plus.

Merci à tous.

Armelle

*Note de la rédaction : * Renouvellement de contrat au-delà de 2 ans à titre exceptionnel. Fait l'objet d'une dérogation de Pôle Emploi.*



Feuille de Chou n°243

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



Les Maraîchers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°17
Du 23/04 au
29/04/2018

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

www.panierbiolacoudraie.org

INFORMATIONS IMPORTANTES

Préparation et livraison des paniers de légumes : Modifications

1- Les paniers **du mardi 1^{er} mai 2018, semaine 18** :

- seront décalés au **mercredi 02 mai 2018**

(Mêmes lieux de dépôts, mêmes heures de livraisons)

Pas de vente directe également ce jour.



2- Pas de paniers de la **semaine 19, soit du mardi 08 mai et du vendredi 11 mai 2018**

- Aucune préparation de paniers n'est prévue.
- Vente directe seulement le vendredi 11 mai.

Merci de votre compréhension

Ketty – Animatrice réseau

Le panier de la semaine

Légumes	Variété ou provenance	Unité	Prix	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Carotte nouvelle		Botte	2.40 €	1 b.	2.40 €	1 b.	2.40 €
Radis rose		Botte	1.60 €	1 b.	1.60 €	1 b.	1.60 €
Bette		Botte	2.20 €	1 b.	2.20 €	1 b.	2.20 €
Oignon vert		Botte	2.80 €	1 b.	2.80 €	1 b.	2.80 €
Salade		Pièce	1.20€	1 p.	1.20 €	1 p.	1.20 €
Radis long	De pâques	Botte	1.60 €			1 b.	1.60 €
Mesclun		Kg	13.00€			0.100 kg	1.30 €
Chou pointu	De Douarnenez	Pièce	2.70 €			1 p.	2.70 €
Total					10.20€		15.80€

Echos des jardiniers

Une petite serre consacrée aux animations pédagogiques est en cours de construction.

klervi est de retour de stage en vente.

Des entretiens de recrutements d'ouvriers maraichers ont eu lieu jeudi. 4 personnes ont été retenues. Elles commenceront le mercredi 02 mai.

Zoom sur le jardin

Plantation : oignons, salade, fenouil

Semis : navets, radis, fèves, petits pois

Divers : préparation des sols en plein champs, montage de la serre pédagogique

Le légume de la semaine et sa recette



Salade de quinoa aux carottes, radis et oignons

Personne : 4

Préparation : 10 min

Cuisson : 15 min

- 240 ml de quinoa
- 3 oignons nouveaux
- 3 cuillères à soupe de ciboulette ciselée
- huile de tournesol, vinaigre balsamique blanc
- 1/2 cuillère à café de sel de guérande
- 4 carotte de taille moyenne
- 10 beaux radis
- 6 feuilles de menthe ciselées
- poivre du moulin

- Rincez le quinoa et faites le cuire dans une casserole avec l'eau, à couvert et à feu doux, jusqu'à l'absorption complète.

Laissez refroidir.

- A l'aide d'une mandoline, détaillez en très fines tranches, la carotte épluchée, les radis, les herbes et l'oignon.
- Ajoutez les légumes au quinoa, mélangez et mettez au frigo.
- Assaisonnez au moment de servir.