

## Témoignage de salarié – retour de stage

Bonjour,

J'ai effectué un stage de 2 semaines le mois dernier au Jardin de Kerrun à Saint-Evarzec. La ferme est tenue par Damien Poudier. Celui-ci avait réalisé un stage et des remplacements d'encadrant maraîcher aux Maraîchers de la Coudraie et a effectué. Depuis 2017, il cultive sur 2 hectares des légumes biologiques.

Damien vend des paniers sur place 1 fois par semaine (ou 2 fois actuellement avec la période estivale). Il travaille seul dans sa ferme, il est de temps à autre épaulé pour quelques travaux (tracteur, débroussaillage notamment) par sa famille ou par des amis.

Je n'étais pas dépaysé, nous avons aménagé des planches, j'ai fait du désherbage de carottes, de betteraves, mais aussi des plantations de concombres, de melons, de pastèques, de courges et de céleris branches et bien évidemment des récoltes. Je me suis adapté un à rythme plus intense et à des tâches plus rébarbatives et cela ne m'a pas déstabilisé.

Damien est une personne accueillante et passionnée par son travail. C'était l'occasion d'échanger sur le métier, le souci de l'environnement, la planification des cultures et les contraintes que cela exige en temps et en énergie notamment les jours de récoltes et de vente. Ce stage fut enrichissant, il confirme certaines choses ou met en lumière des aspects que j'avais sous-estimés et m'aide à cerner plus concrètement ce métier. J'ai quelques réticences et j'ai d'autres pistes à explorer dans des domaines différents (tertiaire). Cela me plaît et je serai tout de même tenté de rééditer une expérience en maraîchage sur une période plus longue et sur un rythme plus soutenu.

Erwan

# Feuille de Chou n°249

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



Les Maraîchers  
de la Coudraie  
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°24  
Du 11/06 au  
17/06/2018

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)

### Témoignage de salarié – retour de stage

J'ai effectué mon stage d'une semaine à l'entreprise Kerné Paysage où j'ai été très bien accueilli par le personnel.

Le premier jour on s'est déplacé sur le secteur de Bénodet.

Nous avons désherbé et disposé un paillage entre les massifs dans le jardin d'un client. L'après-midi nous avons coupé une haie dans le jardin d'un particulier, une fois la haie coupée, nous avons placé les branches dans une broyeuse.

Le 2<sup>ème</sup> jour nous nous sommes rendus sur la commune de Trégunc pour installer une clôture dans une grande propriété de deux hectares.

Nous avons commencé par prendre les mesures du site sur un plan, pour ensuite positionner un cordeau pour délimiter l'endroit où sera la clôture. Nous avons planté les poteaux à l'aide d'un enfonceur à 2.50m d'intervalle.

Nous avons poursuivi les travaux d'aménagement avec la pose d'un grillage sur les poteaux, cette tâche consistait à fixer des agrafes pour consolider la clôture. Pour planter et finir de poser le grillage, ça nous a pris le reste de la semaine.

Je suis très satisfait de mon stage, j'ai apprécié le travail d'équipe, la coordination dans la tâche à effectuer, cela exige de la réflexion, de la rigueur et de la minutie. C'était une très bonne expérience, j'étais avec une très bonne équipe et une bonne ambiance.

Prochaine étape : décrocher le permis de conduire.

J.



## Le panier de la semaine

Légumes	Variété	Unité	Prix	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Carotte		Botte	2.40 €	1 b.	2.40 €	1 b.	2.40 €
Salade		Pièce	1.20 €	1 p.	1.20 €	1 p.	1.20 €
Persil		Botte	1.00 €	1 b.	1.00 €	1 b.	1.00 €
Oignon	blanc	Botte	2.60 €	1 b.	2.60 €	1 b.	2.60 €
Haricot vert		Kg	8.00 €	0.290 kg	2.30 €	0.290 kg	2.30 €
Basilic		Botte	0.80 €			1 b.	0.80 €
Fenouil		Kg	4.20 €			0.550 kg	2.30 €
Chou Rave		pièce	1.20 €			2	2.40 €
<b>Total</b>					<b>9.50 €</b>		<b>15.00€</b>

## Echos des jardiniers

Deux semaines après nous avoir observé au travail, la consultante spécialisée dans la prévention des risques d'accident du travail de la MSA a animé une séance sur la gestuelle et les postures au travail. Nous avons échangé et elle a fait restitution de ses observations.

## Zoom sur le jardin

**Semis** : fèves,

**Plantations** : Maïs doux, courgettes, persil, oignons

**Travaux** : Désherbage, Mise en place d'une citerne pour la récupération d'eau de pluie, préparation des planches, débroussaillage

## Le légume de la semaine et sa recette



### Mini-tatins de légumes

Personne : 4

Préparation : 45 min

Cuisson : 20 min

- 250 gr de pâte Brisée
- 1 oignon
- 1 petit chou rave
- 2 feuilles d'un bulbe de fenouil
- 250 à 350gr de carottes
- 2 c. a soupe de miel
- 1 brin de basilic
- 1 grosse botte de ciboulette
- huile d'olive
- Sel poivre
- 2 c. a soupe de beurre demi-sel

- 1- Épluchez l'oignon. Rincez les deux feuilles du bulbe de fenouil, les carottes et le chou rave. Râpez tous ces légumes. Il vous faut environ 1 kg de légumes râpés pour faire 48 petits tatins.
- 2- Dans une poêle, sur feu modéré, faites dorer les légumes râpés dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez de l'huile d'olive en cours de cuisson, si nécessaire. Une fois les légumes cuits mais toujours croquants, éteignez le feu, ajoutez la ciboulette ciselée puis mélangez.
- 3- Faites fondre le beurre et le miel.
- 4- Dans chaque empreinte (petits moules à tartelettes), déposez quelques feuilles de basilic, répartissez le mélange beurre au miel puis le mélange de légumes.
- 5- Sur le plan de travail, étalez la pâte Brisée. A l'aide d'un emporte-pièce, détaillez 48 petits cercles de pâte que vous déposerez sur chaque empreinte contenant les légumes.
- 6- Déposez une feuille de papier sulfurisé sur les tartelettes puis une seconde plaque de cuisson perforée (ou non). Ce montage permettra d'éviter le débordement des empreintes et le gonflement de la pâte Brisée au cours de la cuisson. Réfrigérez le montage.