

L'écho des Jardins

n°8 - 1^{er} trimestre 2015



Le mot du président

Toute l'équipe des jardins de Labastide Saint Pierre se joint à moi pour vous souhaiter à tous une très bonne et agréable année 2015, pleine de bonheur. Nouvelle année que l'on souhaite également à tous nos salariés en parcours, pleine de réussite dans leurs projets.

Une fois de plus, je leur laisse la plume afin qu'ils vous fassent partager leur quotidien aux jardins. Même l'hiver, quand l'activité est moindre, il se passe pleins de choses à l'association.

Bonne lecture à tous !

Julien BIAGI - Président de l'association

Les vœux de l'équipe !



Le Président, le Conseil d'Administration, et toute l'équipe
des jardins de Labastide Saint Pierre
vous souhaitent une excellente année 2015

Les Jardins de Labastide Saint Pierre

Association les jardins de las planes - 1460 chemin de Lauzard - 82370 Labastide Saint Pierre

Tél : 06.18.27.13.19 - email : lesjardinslsp@hotmail.fr

Association soutenue par :



La vie des jardins

L'été et l'automne s'en sont allés, et l'hiver s'est tardivement installé à Labastide Saint Pierre, pour le plus grand bonheur de vos papilles puisque ce doux automne nous a permis de vous proposer des légumes d'été pendant très longtemps cette année. Mais cette fois-ci, l'hiver est bien là !



Exit les haricots verts, les aubergines et autres poivrons, les salariés se sont activés à tout enlever et tout nettoyer pour préparer les terres pour les cultures de printemps. Raphael, notre maraicher, vous a concocté un plan de culture pour la saison prochaine avec quelques nouveautés que vous aurez certainement plaisir à découvrir.

Coté salariés, ça bouge également. Quelques départs mais aussi quelques arrivées.

Jean-Michel, Sandrine, Simon, Karim, Zinlabidine, Baptiste et Yann sont partis, arrivés en fin de contrat. Yann poursuit l'aventure maraichage dans une entreprise agricole de Grisolles. Simon a trouvé un petit contrat de travail dans une mairie. Sandrine poursuit son activité chez nos amis de Montauban Services, une structure d'insertion montalbanaise avec qui nous travaillons en partenariat, Baptiste est parti terminer sa formation BPREA pour une installation courant 2015 en tant qu'horticulteur, et Zinlabidine a décroché un contrat dans une usine locale. Beaucoup de parcours terminés aux jardins mais qui se poursuivent par ailleurs. Nous leur souhaitons bonne continuation ...

Mais départ égale arrivée aux jardins. L'équipe a donc accueilli de nouveaux salariés. Ainsi, nous avons ouvert nos portes à Nassur, Jean, Mohamed et Frédéric. Ils sont venus renforcer cette équipe bien réduite il faut le dire ! Et en début d'année, d'autres recrutements sont prévus pour finir de remplacer les derniers partis.



L'équipe d'encadrement s'est aussi étoffée. Nous avons le plaisir de recevoir Aurélie en tant qu'encadrante assistante et Valérie sur le poste de Conseillère en insertion professionnelle. Toutes deux ont donc intégré l'équipe d'encadrants que formaient Raphael et Stéphanie.

Cette nouvelle équipe a fêté comme il se doit le début de cette nouvelle année autour d'un verre de l'amitié afin de sceller cette nouvelle collaboration aux jardins.



L'exclusion bancaire : en parler pour ne pas y être confronté !

L'exclusion bancaire toucherait 5 millions de personnes en France selon une étude datant de 2004 réalisée à l'occasion de la mise en place de la procédure de rétablissement personnel. C'est un chiffre difficilement vérifiable mais il est certain qu'il touche de nombreuses personnes.

L'exclusion bancaire, ce n'est pas seulement une difficulté d'accès à un compte bancaire, mais également des difficultés d'usage des services bancaires. Cela engendre une difficulté à mener une vie sociale normale dans la société qui est la nôtre.

L'exclusion bancaire touche à la fois l'estime de soi et l'image de la banque qu'ont les personnes exclues. Pour conserver leur dignité, les personnes exclues consomment différemment, ce qui entraîne très souvent des difficultés financières importantes (comportements entraînant des surcoûts bancaires, produits de substitution, destruction de l'épargne et renonciation aux assurances de santé).

Mais l'exclusion bancaire est aussi le fait des personnes exclues elles-mêmes parfois. En effet, face à des difficultés, et ne voyant pas d'issue à leur problème, elles n'osent pas solliciter la banque pour trouver des solutions et faire face, laissant ainsi la situation se dégrader.

Les personnes en parcours d'insertion sont souvent en situation d'exclusion bancaire ou en passe de le devenir. Lorsqu'elles ont des difficultés ou des projets (découverts bancaires, achat d'un véhicule ...) elles se tournent vers les services sociaux pour obtenir une aide financière, pas toujours suffisante pour régler le problème de fond, mais elles ne se tournent jamais vers leur banque pour obtenir un soutien ou une aide.



Nous avons décidé de casser cette image de la banque et c'est avec un grand plaisir que nous avons accueillis Mr Olivier Gibert un vendredi après-midi, directeur d'agence du crédit agricole de Montauban Lalande.

Outre le fait que le crédit agricole est un partenaire de premier choix des jardins (rappelez-vous dans une précédente publication, nous vous avons

parlé du soutien financier apporté par cette agence locale), Monsieur Gibert est toujours à l'écoute de l'association.

C'est tout naturellement que lors d'une discussion avec la direction des jardins, il a proposé de venir faire une intervention, ou plutôt une rencontre quand on voit la convivialité qui régnait ce jour-là, pour parler de la banque avec les salariés de l'association. Lever les tabous, recréer du lien, du dialogue avec la banque, tels étaient ses objectifs.

Les salariés ont pu exprimer leurs craintes, leurs idées reçues, leurs difficultés au quotidien dans leurs relations avec leur banque. L'image de la banque telle qu'ils l'avaient avant cette intervention a été balayée et remplacée par une toute autre image plus positive.

Forts d'une information claire et adaptée à leurs attentes et questions, ils ont terminé cette après-midi autour d'un petit pot de l'amitié, et plus sereins, sachant que l'agence de Mr Gibert leur laisse la porte ouverte pour parler de tout projet ou toute difficulté. Le costard-cravate du banquier ne leur fera désormais plus peur !



A l'honneur ce trimestre : le rutabaga

Le rutabaga est un légume racine appartenant à la famille des Brassicales, comme le navet, le radis et le chou. Sa racine ressemble beaucoup à celle du navet mais s'en distingue par un collet généralement plus arrondi, qui peut être rose, rouge-violacé ou vert, alors que certaines variétés de navet présentent des racines entièrement blanches.



Au Canada, il était un des légumes de base avec les pommes de terre et les carottes, avant l'avènement des importations hivernales des pays plus chaud. Il est élevé au rang d'aliment de base durant la seconde guerre mondiale (comme le topinambour), parmi les rares aliments disponibles. Il n'en garde pas bonne réputation chez les personnes âgées, probablement en raison de la lassitude de la consommation quotidienne.

De nos jours cultivés essentiellement en agriculture biologique et biodynamique on le sème ou plante de mars à juin et on le récolte de septembre à février. Il se conserve environ deux mois en chambre froide à 1°C, en silo dans le sable ou de la tourbe, si la température n'excède pas 10°C.

Le rutabaga a des propriétés diurétiques qui permettent de lutter contre l'hypertension artérielle et l'insuffisance cardiaque.

Avant d'être consommé, le rutabaga doit être épluché, sa peau étant très épaisse.

Le rutabaga se consomme cuit ou cru.

Pour une consommation crue du rutabaga, préférez les spécimens jeunes, petits et très frais. Crus vous pouvez les déguster en crudités ou en salade une fois râpés et mélangés à d'autres légumes...

Cuit, le rutabaga se consomme tel quel avec de la mayonnaise, du beurre salé ou à l'huile d'olive. On le consomme aussi en purée, poêlés, en pot-au-feu, en potées, au wok, en frites, en croustilles (chips), en galettes, en potage, en soupe...

Idée cuisine : les chips de rutabaga

Épluchez et lavez le rutabaga, coupez-le en tranches très fines et faites le frire dans l'huile très chaude. Parsemez de sel et servir aussitôt.

Roti de porc aux rutabagas et pruneaux

Un rôti de porc pour 4 à 6 personnes	1 kg de rutabaga	1 verre de vin blanc sec
20 à 25 cl de bouillon de légumes	10 pruneaux d' Agen	1 bouquet garni
2 oignons	Quelques lardons	sel-poivre

Faire dorer le rôti dans un peu d'huile dans un faitout. Réservez.

Emincez les oignons, épluchez les rutabagas et les couper en gros cubes.

Faire revenir les oignons dans le faitout avec l'huile de cuisson du rôti.

Une fois un peu colorés, déglacez avec le vin blanc, laissez cuire 2 à 3 minutes.

Mettre le rôti sur les oignons, ajoutez les rutabagas, les lardons, le bouquet garni et les pruneaux.

Couvrir à hauteur de bouillon de légumes.

Laissez cuire à couvert 30 à 40 minutes, il ne faut pas que le rôti soit trop cuit, mais il faut que les rutabagas soient fondants !!

LES NOUVELLES DES JARDINS

Participations aux foires et salons

Comme chaque année au dernier trimestre, de nombreux salons et foires se tiennent auxquels les jardins de cocagne participent. Une fois de plus, les jardins de Labastide Saint Pierre ont répondu présents.



Nous avons commencé par la foire bio de Montauban en septembre. Ensuite, L'ADEPES a tenu comme chaque année son forum de l'économie sociale et solidaire en novembre. Les jardins étaient également représentés sur la foire du grand Toulouse. Dernièrement, nous avons participé au SISQA, le

salon de la Qualité Alimentaire à Toulouse. Alors rendez-vous l'année prochaine sur ces mêmes salons pour nous y retrouver comme chaque année !

Résultats de l'enquête adhérents ...

Dans le précédent numéro, nous vous avons proposé de répondre à une enquête de satisfaction en ligne. Vous avez été très peu nombreux à y participer. C'est très dommage car ces enquêtes de satisfaction que nous faisons nous servent à adapter le contenu de vos paniers.

Il est vrai que nous avons fait le choix d'une enquête très précise et donc longue. Nous vous la proposons donc à nouveau, dans un format plus court.

N'hésitez pas à y répondre pour nous donner votre avis sur <http://goo.gl/forms/rGqDhaFchD>



Cocagne investissement

Le réseau cocagne lance son épargne solidaire : Cocagne investissement. Grâce aux gains engrangés par cette épargne solidaire, le réseau cocagne pourra soutenir des projets

portés par des jardins de cocagne.

Pour plus d'information, rendez-vous sur le site du réseau cocagne www.reseaucocagne.asso.fr

Nouvelle équipe d'encadrement

L'équipe des jardins de Labastide Saint Pierre est désormais plus nombreuse. Raphael et Stéphanie vont se sentir moins seuls puisqu'ils ont accueillis Aurélie



et Valérie au dernier trimestre 2014.

Aurélie secondera Raphael dans l'encadrement des équipes sur le terrain. Elle a déjà intégré une formation

d'encadrement technique qu'elle suivra jusqu'à la fin de l'année.

Valérie a pris ses fonctions de conseillère en insertion professionnelle auprès des salariés en parcours, mission qui était jusqu'alors portée par Stéphanie, qui pourra dorénavant se consacrer uniquement à sa fonction de direction.

Bienvenue à cette nouvelle équipe !

Appel à cotisation

Il est temps, en ce début d'année, de **renouveler vos adhésions annuelles** à l'association. Cette année encore, elle sera de 20€ pour toute l'année 2015.

Les personnes qui ont opté pour le prélèvement automatique des paniers se verront alors prélevé début février de la somme supplémentaire de 20€ pour le paiement de la cotisation.

Pour tous les autres, merci de bien vouloir renouveler votre adhésion en ajoutant cette somme avec le paiement de vos paniers de légumes du mois de février.

Nous vous rappelons que vous pouvez bénéficier d'une **attestation fiscale** de don si vous adhérez sans prendre de paniers de légumes ou pour toute somme versée au-delà des 20€ de cotisation obligatoire. Il suffit alors d'en faire la demander par téléphone ou par email à direction.lesjardinslsp@hotmail.fr

Un flyer tout neuf !

Nous avons lancé sur notre page facebook et dans le précédent numéro un concours pour créer un nouveau flyer à l'association. C'est chose faite puisque Delphine P. nous a proposé un nouveau flyer qui correspond bien à l'image de notre association.

Merci à elle pour son travail. Les jardins de Labastide Saint Pierre sont heureux de lui offrir un panier de légumes bio de saison pour la remercier.

Biocoop Minimes : du bio près de chez vous



Depuis quelques temps déjà, Biocoop Minimes propose dans son magasin des légumes produits par les jardins de Labastide Saint Pierre. A côté de nos légumes, vous trouverez également les légumes d'autres producteurs locaux, mais aussi des produits d'épicerie, des fromages et produits laitiers, des produits cosmétiques et d'hygiène

Géraud et toute son équipe vous accueillent dans leur splendide boutique du lundi au samedi de 9h30 à 20h (sauf le lundi matin), au 4 avenue Frédéric Estebe à Toulouse. Une équipe sympathique et accueillante qui saura ravir vos papilles dans cette boutique de 230m² en plein cœur de Toulouse.



Biocoop Minimes est également un tout nouveau partenaire car depuis cette fin d'année 2014, ils deviennent point-relais pour vos paniers de légumes bio. Alors faites comme certains adhérents qui ont déjà choisi ce point relais, rejoignez-nous près de chez vous tous les vendredis et profitez de cet endroit très bien achalandé pour compléter votre panier par des produits bio !



Retrouvez le prochain numéro de l'écho des jardins en avril 2015