

LE MOT DU PRESIDENT

Trois mois se sont écoulés depuis notre dernière publication, et c'est toujours avec autant de plaisir que les salariés vous préparent des articles pour vous faire partager la vie des jardins. Vous allez découvrir au fil des pages leurs activités tout au long de cet hiver, ce qu'ils vous ont préparé pour ce printemps, et surtout l'arrivée de la nouvelle équipe !

Quant à moi, je vous donne rendez-vous le trimestre prochain, et pour ceux qui viendront nous voir, au vide grenier - vide jardin que nous organisons le 27 avril prochain.

Julien BIAGI -Président de l'association



LE 27 AVRIL : VENEZ VIDEZ VOS GRENIERS ET JARDINS !

L'association organise le **dimanche 27 avril un vide grenier - vide jardin**. L'occasion de partager un moment de convivialité tous ensemble.

Pour ceux qui veulent exposer et vendre leurs objets, n'oubliez pas de vous inscrire au 06.18.27.13.19 ou par email à communication.lesjardinslsp@hotmail.fr (2€ le ml)

Et pour tous les autres, venez passer un bon moment à flâner et chiner les objets tant recherchés, acheter vos plants pour vos potagers, ou même profiter des premiers légumes de printemps que les jardiniers auront tout particulièrement récoltés pour cette journée.

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 :



L'essentiel & plus encore

RESEAU COGAGNE

LA VIE DES JARDINS

Cette fin d'hiver aura été plutôt douce, même si les pluies battantes ont quelque peu compromis le cours des activités certains jours. Nous n'avons pas connu de fortes gelées comme cela a pu être le cas l'an dernier et les cultures en ont bien moins souffert.

Cette période hivernale a toutefois été riche pour les salariés : **périodes d'immersion, formations, départs vers de nouveaux horizons pour certains**, alors que d'autres ont rejoints l'équipe. Sid, Johann et Jessica nous ont quittés, immédiatement remplacés par Elisabeth, Karim et Stevie ! Nous remercions tout particulièrement les entreprises qui ont gentiment accueillis nos salariés pour leur faire découvrir un métier, la vie de l'entreprise, et même prodiguer quelques conseils pour la suite ... Micaele a fait une immersion cet hiver dans une entreprise de maraichage, Jean Michel a quant à lui découvert le milieu des centres équestres, en lien avec son projet professionnel et Josiane s'est essayée à la restauration. Il y a eu aussi la suite de la formation que Raphael anime sur les jardins, la Préqualification Ouvrier Polyvalent



Agricole, mais aussi **des formations plus individualisées**. Ainsi, Micaele et David ont passés leur CACES BTP 1 et 4, Yann a passé le CACES BTP 8, Baptiste et Emmanuel suivent une formation BPREA pour s'installer dans l'agriculture, Laurence suit une formation pour gérer une association, Caroline suit également des modules d'accompagnement à la création d'activité. Nous avons également récidivé, la première formation en Jardins Espaces Verts ayant eu beaucoup de succès auprès de nos salariés, nous l'avons remise en place pour Jessica, Martial, Jean Michel et David.

Réalisation des jardiniers en formation

Les Jardins ce sont aussi des familles qui s'agrandissent ! Nous félicitons Jonas et sa compagne pour la naissance de leur fils en février. Un futur jardinier en herbe !

Mais cet hiver, nous avons aussi eu notre lot de déconvenues ! Les tuiles du toit ont bougé suite à une rafale de vent, ce qui a valu un petit tour sur le toit d'un de nos administrateurs ! Nous avons également été victimes de dégradations sur nos serres lors d'un week-end (un amateur de jardinage s'est très certainement confectionné une petite serre avec nos arceaux et un bout de la bâche de notre serre qu'il a pris soin de découper), des vols de légumes dans nos champs ... Ce sont les aléas de la vie rurale.



Formation espaces verts



Dégâts causés sur la bâche de la serre

Cette fin d'hiver a aussi été le moment de **mettre en place les légumes de printemps**. Les salariés ont donc passé beaucoup de temps à préparer des semis de plantes aromatiques, de navets, épinards, blettes, carottes, pois, salades ... Tout ce beau monde pousse lentement mais sûrement sous serre ou sous tunnels nantais pour satisfaire vos papilles dès le début du printemps. Et puis, les jardiniers ont aussi pensé à vous, en préparant des plants de légumes d'été qu'ils vendront lors du vide grenier - vide jardin que nous organisons.

Le beau temps arrive, signe de printemps, et les jardiniers vont à nouveau s'activer pour préparer la belle saison de printemps et d'été qui arrive à grands pas avec ses multiples variétés de légumes

LE COMPOST : QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le terme "compostage" fait référence à un processus biologique de transformation des déchets organiques en engrais naturel, le "compost".



Le compost est produit par la dégradation des déchets organiques. Des micro-organismes (bactéries, champignons...) puis des insectes, des vers et des acariens se nourrissent des sucres, protéines et autres constituants de la matière organique.

Pourquoi composter ?

- pour réduire de 20 à 30% la quantité de déchets ménagers,
- pour améliorer la fertilité de la terre, grâce à un engrais gratuit et 100% naturel.

Alternez les couches : Plus vous disposerez d'ingrédients variés, plus le compost sera riche et facile à préparer. Alternez une couche fraîche et riche en azote (déchets de cuisine, tonte de gazon, engrais verts, ortie ou consoude...) avec une couche plus pauvre et sèche (feuilles mortes, mauvaises herbes, broussaille et bois de taille broyés...). Mélangez chaque couche avec la précédente.

Arrosez et couvrez : votre bac à compost est plein ? Pour lancer la fermentation, le compost doit être bien humidifié sans être complètement détrempé.

Quels déchets composter ?

- les déchets alimentaires: pelures de fruits et légumes, marc de café, coquilles d'œufs, sachets de thé, croûtes de fromage...
- les déchets du jardin : feuilles mortes, sciures de bois, fleurs fanées...
- les déchets domestiques : cendres, mouchoirs en papier...

A éviter : papier journal, sacs d'aspirateur, verre, plastique, métaux, produits chimiques, mauvaises herbes et plantes malades, produits laitiers, viande, poisson...



FABRIQUER SON COMPOSTEUR « MAISON »

La meilleure solution pour fabriquer son composteur est d'utiliser du bois, le plus résistant possible. Il est souvent recommandé de se tourner vers le cèdre ou le pin et d'éviter le sapin. On peut ensuite enduire le bois d'huile de lin pour éviter le pourrissement.



Les dimensions et le matériel pour votre composteur

- Planches de 8 à 16 cm de largeur et 2 cm d'épaisseur pour les cloisons et le couvercle
- Chevrons de 5x5 cm pour les angles
- Vis en acier inoxydable pour monter l'ensemble

Conseil : pour éviter que le bois ne pourrisse, il est préférable de le traiter à l'aide d'huile de lin.

Le composteur ne doit pas faire plus d'un mètre de hauteur et doit posséder une ouverture par le haut de 50 cm de côté minimum ainsi qu'une ouverture par le bas suffisamment large. Les dimensions sont à adapter en fonction de la taille de votre jardin.

Assemblage du composteur

- Fabriquer trois panneaux en bois à l'aide des planches et les assembler avec les vis en acier afin de monter la structure du composteur qui est désormais un cube avec un côté en moins, côté qui servira de façade.
- La façade amovible se réaliser avec un panneau de bois un peu moins large que les trois autres pour pouvoir la faire coulisser via un système de rails fabriqué avec des tasseaux.
- Une fois le cube refermé avec ses trois côtés et sa façade amovible, il ne reste plus qu'à utiliser un dernier panneau pour créer le couvercle que l'on déposera simplement au-dessus pour fermer le tout.

Où placer son composteur dans le jardin ?



Une fois votre composteur maison fabriqué, il ne reste plus qu'à lui trouver le meilleur coin possible dans votre jardin. L'idéal est de choisir un endroit ombragé, sur un sol le plus horizontal possible et surtout directement en contact avec la terre. Le compost doit par la suite être régulièrement remué afin d'éviter le pourrissement, il ne faut cependant pas le tasser.

Quelques photos de la fabrication du composteur des jardins :



A L'HONNEUR CE TRIMESTRE : LE NAVET

Le navet est un légume à chair blanche de forme bulbeuse appartenant à la famille des crucifères. Il est parfois confondu avec le rutabaga. Il s'agit cependant de deux espèces différentes. Peu calorique, le navet apporte des vitamines et des minéraux, mais surtout des composés soufrés qui pourraient participer à une meilleure prévention des cancers.



Le navet compte assez peu de composants énergétiques. Il comporte plus de 90 % d'eau, peu de **glucides**, tandis que les **lipides** et les **protéines** ne sont présents qu'à l'état de traces.

Ce légume est source de **vitamine C** et de **vitamines du groupe B**. Il apporte des **minéraux** : **potassium, calcium, phosphore** mais aussi du **sodium**, en quantité plus importante que la plupart des légumes frais. Il contient également des **oligo-éléments** : **fer, zinc, cuivre, manganèse...**

Sa teneur en **fibres** est modérée. Celles-ci sont essentiellement constituées de **fibres insolubles**. Il existe plusieurs variétés de navets, tels que le navet boule d'or, le navet des vertus marteau ...

Dés de navets au beurre

6 navets moyens 1 gros oignon

25 g de beurre sel, poivre

Eplucher les navets et les couper en petits dés.

Faire fondre le beurre dans une poêle, ajouter l'oignon coupé en lamelles et les dés de navets; saler et poivrer.

Laisser cuire à couvert et à feu doux, en remuant de temps en temps pendant 1 h (voire un petit peu plus), jusqu'à ce que les navets aient une belle couleur dorée.

On peut arrêter la cuisson avant 1 h, si les navets sont cuits et dorés.

Poulet au navet et au miel

6 navets 2 escalopes de poulet

4 échalotes huile d'olive

2 càs de miel 1 càc de gingembre

1 càc de cumin sel

Peler les navets, les couper en demi rondelles pas trop fines (ou quart de rondelles si les navets sont gros) et les faire cuire 10 min à la vapeur.

Émincer les échalotes en fines rondelles et les faire revenir quelques secondes dans l'huile d'olive.

Ajouter le poulet coupé en cubes et faire dorer.

Ajouter du sel, le gingembre et le cumin, mélanger.

Ajouter les navets, mélanger et laisser mijoter sur feu doux 5 min. Ajouter le miel, bien mélanger et laisser de nouveau mijoter à feu doux 5 à 10 min.

Tatin de navets confits au parme

1,2 kg de navets 1 pâte feuilletée

4 tranches de jambon de Parme

50 g de sucre en poudre

1 petit bouquet de cerfeuil

2 càs de vinaigre

60 g de beurre + 20 g pour le moule

30 cl de vin blanc

2 càs de jus d'orange

sel et poivre

Préchauffer le four à thermostat 7 (210°C).

Peler les navets, les faire cuire 5 mn à feu doux à couvert dans de l'eau salée, puis les égoutter.

Faire réduire le vin de moitié (à feu vif). Caraméliser le sucre avec une goutte d'eau dans une sauteuse.

Hors du feu, ajouter le vinaigre et le jus d'orange. Remettre sur le feu, ajouter le vin, 50 g de beurre, du sel et du poivre. Plonger les navets dans ce sirop, couvrir aux trois quarts, puis laisser cuire en les retournant fréquemment jusqu'à ce qu'ils soient tendres et enrobés d'une couche sirupeuse.

Tapisser le fond de moule à tarte de papier sulfurisé beurré. Aligner les navets. Poser la pâte, la piquer avec une aiguille, faire glisser les bords contre le moule. Cuire 25 mn au four.

Faire rissoler le jambon en lanières dans 10 g de beurre.

Laisser tiédir la tarte 5 mn, puis la retourner dans un plat. Parsemer de jambon et de brins de cerfeuil.

LES NOUVELLES DES JARDINS

ASSEMBLEE GENERALE 2014

Comme chaque année, nous organisons notre assemblée générale dans les locaux de l'association, 1460 chemin de lauzard à Labastide Saint Pierre. Cette année, elle se tiendra le 13 mai à 19h30.

A l'ordre du jour :

Rapports moral, d'activité et financier
Election des administrateurs
Vote de la cotisation annuelle
Questions diverses

Nous terminerons sur une note festive avec un verre de l'amitié

Nous vous attendons nombreux !
(cette publication vaut convocation)

UNE GAGNANTE FACEBOOK HEUREUSE

En début d'année, nous avons organisé un concours sur notre page Facebook. Bravo à Vanessa et sa petite famille qui a remporté un grand panier de légumes bio, remis par Caroline, une salariée des jardins. Une belle rencontre avec cette famille très sympathique.

Vous aussi, rejoignez-nous

Et tentez de gagner un lot !

<https://www.facebook.com/lesjardinslsp>



QUELQUES REGLES

.....DE BONNE CONDUITE

Les points de dépôts des jardins sont des commerçants qui ont été démarchés par nos soins, et qui nous rendent gratuitement service. Ils acceptent que nous déposions chaque semaine vos paniers de légumes dans leur boutique afin que vous puissiez les récupérer près de chez vous.

Ce service gentiment rendu, ils ne se sont en aucun cas engagés à quoi que ce soit d'autre. Juste faire point de dépôt sur la journée de la livraison (mardi ou vendredi en fonction du lieu). Il ne faut pas oublier que ce service gracieusement rendu n'est pas sans conséquence sur leur activité. Nous les interrompons dans leur travail lorsque nous livrons les paniers, ils doivent les stocker dans un coin de leur boutique toute la journée et vous les remettre au gré de vos passages.

A la demande de certains adhérents, certains points de dépôts vont au-delà de leur engagement, en acceptant par exemple de nous remettre vos règlements par chèque, ils nous appellent en cas d'oublis de certains pour que l'on vous prévienne rapidement ...

Mais depuis quelques temps, certains se plaignent de plus en plus des paniers qui restent dans leur boutique plusieurs jours. Outre le fait que les légumes se dégradent et que vous ne retrouvez donc pas un panier de toute fraîcheur (ce qui est fort dommage !), c'est un désagrément pour le point de dépôt qui doit s'accommoder de ces paniers qui traînent dans leur boutique et qui ne sont pas du plus bel effet.

Nous vous rappelons donc la règle de base qui est la suivante : **tout panier livré doit être récupéré dans la journée, au maximum le lendemain de sa livraison.** Tout panier non réclamé à ce moment-là est systématiquement récupéré par le point de dépôt qui en dispose à sa convenance, mais il restera dû par l'adhérent.

FOCUS SUR NOTRE PARTENAIRE FORMATION : FORMASUP'82

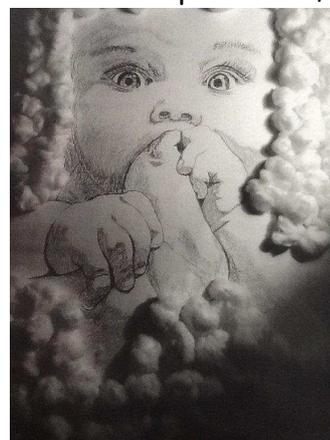
L'équipe de Formasup'82 au complet



Les journées portes ouvertes à Formasup'82 sont l'occasion de rencontrer les formateurs et anciens élèves. Lors des prochaines Journées Portes Ouvertes, un panel de chef d'entreprise du département viendra parler de la relation emploi/formation et des exigences des employeurs en termes d'employabilité. Car un des objectifs de la formation est qu'il faut s'épanouir professionnellement et maintenir son employabilité dans un monde professionnel de plus en plus exigeant.

C'est pour cette raison que les jardins de Labastide Saint Pierre sont partenaires depuis les premières heures, avec Formasup'82. Une école depuis 1936 qui est devenue en 1973 un centre de formation professionnelle post-bas. Les formations sont individualisées ou collectives, qualifiantes ou diplômantes, et peuvent s'adapter au rythme de chacun. Parfait pour nos salariés !

Leurs domaines de formation sont principalement les technologies numériques, le graphisme, la vidéo, la bureautique, la gestion (commerciale, ressources humaines, comptabilité, paye ...) et du commerce. Certains salariés des jardins ont pu suivre des formations en bureautique, webdesign et graphisme et comptabilité. Autant de formations qui ont été gentiment adaptées aux besoins de chacun par Isabelle Crave, Responsable Pédagogique de Formasup'82.



Des locaux neufs et modernes



Dans leurs nouveaux locaux, Situés en zone nord de Montauban, l'accueil est toujours chaleureux et personnalisé. Annabelle sait comment faire tomber le stress des stagiaires qui retrouvent les bancs de l'école pendant quelques temps.

Exposition des élèves infographistes
« prendre son pied »

Formasup accueille 600 stagiaires par an, ce qui représente 110 000 heures de formation en face à face animées par 24 intervenants tous aussi pédagogues les uns que les autres. Les 4 laboratoires d'informatique équipés de matériel neuf et les 600m² de salles de cours sont prêts à accueillir à nouveau nos salariés en quête de nouvelles compétences !

Retrouvez toutes les informations de notre incontournable partenaire sur son site internet www.formasup.org

Retrouvez le prochain numéro de l'écho des jardins en juillet 2014