

L'écho des Jardins

n°9 - 2^{ème} trimestre 2015



Le mot du président

Je suis ravi de vous présenter à travers ce nouveau numéro de l'écho des jardins la toute nouvelle équipe de salariés qui a pris ses fonctions en mars dernier. Ce sont 6 nouveaux salariés qui ont rejoint l'équipe encore en place des jardins.

Et avec l'arrivée du printemps, et cette toute nouvelle vague de jardiniers, notre environnement a bien changé. Le tracteur ronronne à nouveau et les semences diverses et variées sont prêtes à être semées. Je laisse les salariés vous raconter toutes leurs aventures et péripéties de ces trois derniers mois.

Bonne lecture à tous !

Julien BIAGI - Président de l'association

Bienvenue Leopold !

En janvier, Raphael, notre ancien chef de culture, nous annonçait son départ pour de nouvelles aventures. Après plusieurs mois de recherches, il a trouvé, avec sa famille, la ferme idéale pour s'installer en tant que maraicher dans le Lot. Il a donc quitté sa fonction de chef de culture fin mars, passant le flambeau à Léopold, arrivé au même moment.

Très rapidement adopté par l'équipe des jardins, Léopold a participé à la mise en route de cette nouvelle saison, se fondant dans les pas de Raphael qui lui avait laissé le plan de culture pour l'année à venir.

Nous lui souhaitons la bienvenue dans l'équipe !



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'hiver est une période plus calme dans une exploitation maraîchère. Mais il n'en est rien aux jardins de Labastide Saint Pierre ! Encore une fois, il s'est passé beaucoup de choses ces 3 derniers mois.

Fin décembre, nous disions au revoir à Baptiste et Christophe, début janvier à David et Nassur ... C'est comme ça aux jardins, on ne fait qu'y passer, pour mieux rebondir ailleurs. Mais qui dit départs dit aussi arrivées ! Nous avons alors sollicité tous nos partenaires pour organiser un recrutement comme il n'y en avait pas eu depuis



longtemps aux jardins. **7 postes à pourvoir** sur le trimestre ! Tout le monde a répondu présent et a profité de cette opportunité pour orienter les personnes qui en ont le plus besoin. Ainsi, en début d'année, c'est Guy qui nous a rejoint dès la réouverture des jardins en janvier, très rapidement suivi par Christel, Abdel, Laurent, Louis, Arnaud et Valentin. Une grande équipe qui a appris à se connaître autour d'un repas d'intégration rondement mené par les anciens, habitués à ce genre d'événement. Malgré la température pas très élevée ce jour-là, Berthe a organisé un barbecue géant comme elle sait bien les faire ! De quoi démarrer dans de bonnes conditions une nouvelle activité professionnelle.

L'hiver, c'est aussi **le temps des formations**. En tant qu'adhérents lecteurs de nos gazettes, vous le savez bien et suivez tous les ans les parcours des salariés. Ainsi, Berthe et Mohamed ont continué leurs cours de remise à niveau, tous les salariés

ont participé à une formation « gestes et postures » pour travailler sans se blesser, Aurélie poursuit sa formation en encadrement, et quelques projets sont prévus pour ce début de printemps. L'entreprise Arbeau de Labastide Saint Pierre nous a aussi fait le plaisir d'accueillir Berthe en période d'immersion en entreprise pour découvrir les métiers de la vigne.

Et puis l'activité des jardins a **repris peu à peu son rythme** avec l'approche du printemps. Dès les premiers beaux jours, le tracteur est ressorti de sa tanière, et Jean, qui est un peu devenu notre Mr Tracteur, a travaillé la terre comme il sait bien le faire avant le repiquage des plants des légumes d'été.



Les légumes de printemps ont continué leur croissance, demandant un peu d'attention de la part des jardiniers, car même en hiver, l'herbe se fait vite une place au milieu des légumes. Prochainement, vous retrouverez dans vos paniers les fèves, les petits pois, les salades, les radis Et les fraises que vous aimez tant !



Le printemps est là, le dynamisme des jardiniers aussi

Paroles d'adhérents

Parfois, les enveloppes contiennent un chèque. Parfois, elles contiennent aussi **un petit message**. Les jardiniers apprécient beaucoup ses petits mots des adhérents qui les remercient pour leur travail, pour les légumes, qui leur souhaitent de bonnes vacances On a d'ailleurs un petit rituel, on les affiche pour que tout le monde puisse les lire.

Nous avons décidé de vous faire part de ces petits messages, mais aussi ceux que nous avons reçus suite à une sollicitation de notre part pour vous laisser la parole. En voici un petit extrait.

« A cause de notre âge avancé, nous nous voyons obligés d'arrêter notre abonnement aux paniers de légumes car nous ne sommes plus en mesure de cuisiner quotidiennement. C'est avec un grand regret que nous avons pris cette décision. Nous sommes adhérents depuis le début des jardins et nous avons été très heureux de participer à ce beau projet. Nous vous souhaitons bonne continuation. »

Marcel G.

« Nouvelle adhérente de cette année, j'ai découvert les jardins de Labastide Saint Pierre grâce à une amie qui m'a fait découvrir la page facebook. Je cherchais justement un système de paniers depuis un moment mais je ne trouvais rien trop grand, trop contraignant ...). attention : souplesse ! un petit de suite adhéré. Toutes les composition de mon panier à venir systématiquement les légumes maison. Pas de gaspillage, des Nous avons adopté notre panier

qui me convenait (trop cher, Mais un petit mot a attiré mon tour sur le site internet et j'ai semaines, je vais consulter la sur le site et j'échange que nous n'apprécions pas à la légumes toujours de qualité. solidaire ! »

Isabelle M.

« J'étais adhérente depuis le panier imposé, ce n'est pas beaucoup de personnes, nous avons la semaine des horaires de travail qui ne nous permettent pas de cuisiner pendant des heures pour préparer le repas du soir. Alors parfois, certains légumes que l'on connaît moins, on avait du mal à les cuisiner. Quand j'ai appelé l'association pour leur faire part de ce souci, ils m'ont de suite rappelé qu'ils avaient justement créé le site internet pour ça. Dorénavant, je ne suis plus abonnée au panier hebdomadaire, mais je fais mon panier sur le site internet en fonction de ce que j'ai envie et le temps de cuisiner. Tous les légumes du moment y sont présentés, ce qui ne m'empêche pas de découvrir de temps en temps des légumes oubliés. Je suis ravie d'avoir pu trouver une solution pour continuer mon adhésion à cette association qui représente bien les valeurs que nous portons dans notre famille. »

Julie A.

« Toutes les semaines j'attends mon panier avec impatience. J'aime la surprise et je ne vais jamais sur le site pour regarder la composition du panier. Au début, j'avais un peu peur de ne pas aimer les légumes proposés, mais les recettes qui les accompagne chaque semaine sont très utiles pour les accommoder, surtout quand on n'a aucune idée de ce qu'est ce légume un peu bizarre au fond du panier ! J'ai découvert quelques légumes grâce aux jardins et je redécouvre le goût des légumes récoltés à maturité. J'ai aussi découvert un nouveau magasin dans mon quartier grâce à son rôle de dépôt. Merci les jardins ! »

Paule V.

A l'honneur ce trimestre : les haricots verts

Le haricot vert est une légumineuse considérée, par ses qualités nutritionnelles, comme un légume frais. A juste titre d'ailleurs puisque son apport énergétique se situe parmi les plus faibles. En effet, le haricot vert fournit seulement 30 kcal/100 g, ce qui le place au niveau de la tomate et de la carotte. Autre atout "minceur" du haricot vert, sa richesse en fibres, stimulantes pour le transit, et très bien tolérées, même par les intestins les plus fragiles.

Très bien pourvu en vitamines, le haricot vert parvient à couvrir une bonne partie des besoins quotidiens recommandés, notamment en vitamine C, tonique, et en provitamine A, antioxydante.



Choisissez-le **fin et ferme**, d'une belle couleur uniforme. Plié, il casse nettement et laisse échapper une goutte d'eau lorsqu'il est bien frais.

Conservez-le deux ou trois jours dans le bac à légumes du réfrigérateur. Il est aussi très facile de le congeler puisqu'il n'est même pas nécessaire, dans ce cas, de le blanchir au préalable. Avant de l'utiliser, il faut l'ébouter et éventuellement l'effiler : cassez-les deux extrémités du haricot et tirez les fils... tout simplement.

Consommez-le cuit à la vapeur ou dans de l'eau bouillante salée, **4 à 5 minutes** au maximum afin qu'il soit "al dente". On ne peut se passer de cette cuisson à cause de la trop grande quantité d'amidon qu'il renferme.

Il se déguste froid en salade, avec des poivrons, des anchois, des olives... Chaud, il constitue un accompagnement savoureux et léger pour les viandes et les poissons. Tout simplement relevés d'ail et de persil, il se prête aussi à des préparations en gratins, en omelette ou à la sauce tomate.

Les plus gros haricots trouvent leur place dans des soupes et des potées paysannes, coupés en morceaux, avec des pommes de terre et du lard.

Notre astuce : pour que vos haricots arborent une belle couleur verte, il suffit de les plonger dans un bol d'eau glacée avant de les égoutter à nouveau. De cette façon, la chlorophylle qu'ils renferment est fixée et donne bonne mine à vos légumes.

Salade de haricots verts tièdes et de champignons

400 g de haricots verts extra fins	persil haché, ail haché
400 g de champignons (cèpes, pleurotes ou de Paris)	
1 c. à café de moutarde en grains	2 c. à soupe d'huile d'olive
1/2 c. à soupe de vinaigre	1 c. à soupe de margarine

Lavez soigneusement les champignons et coupez-les finement. Faites les revenir dans une poêle avec un peu d'ail et de persil pendant quelques min. Réservez-les et laissez-les refroidir.

Versez un fond d'eau dans une cocotte et portez-la à ébullition. Disposez les haricots verts dans le panier de la cocotte, couvrez et laissez chauffer à peine 8 min de façon à ce que les haricots verts restent croquants.

Dans un saladier, mélangez la moutarde avec le vinaigre, puis ajoutez l'huile d'olive et 1 cuillère à soupe d'eau chaude pour émulsionner.

Ajoutez les haricots verts et les champignons, mélangez bien puis saupoudrez de persil haché.



LES NOUVELLES DES JARDINS

Un terrain pour les jardins

Comme nous vous l'avons déjà dit, les jardins sont situés sur une zone logistique en extension. Nous recherchons donc un terrain d'accueil pour pouvoir déménager la structure et laisser la place à des entreprises pour qui la zone logistique a vocation d'être.

Mais dur dur de trouver un terrain agricole car nous avons quelques contraintes : **5 hectares minimum**, un secteur d'implantation proche de Montauban ou de Labastide Saint Pierre, le terrain doit être irrigable et doit pouvoir accueillir des locaux techniques et d'accueil des salariés.

Depuis 2 ans maintenant, nous cherchons LE terrain idéal, et malgré l'étude de plusieurs propositions, nous sommes toujours à la recherche de notre terrain d'accueil.

Si vous connaissez un terrain qui pourrait correspondre, n'hésitez pas à nous faire part de l'information à lesjardinslsp@hotmail.fr ou par téléphone au 06.18.27.13.19

Les jardins sur une web tv

Nous avons eu le plaisir d'accueillir l'équipe de mativi Toulouse mi janvier qui nous a suivi toute une journée pour faire un reportage sur notre activité.

Tous les salariés présents ont participé et ont pu s'exprimer sur leur parcours et leur expérience aux jardins.

Je vous invite à aller visionner ce petit reportage à l'adresse internet suivante :

<http://www.mativi-toulouse.fr/les-films/terre-d-emploi-.html,9,19,0,0,2616,2>

Des jardins connectés

Les jardins de Labastide Saint Pierre restent connectés pour vous faire partager régulièrement des informations, des anecdotes, et même les jardiniers s'y mettent puisque quelques-uns aiment partager et commenter les publications des jardins sur notre page facebook. Une façon d'interagir avec les adhérents.

Alors n'hésitez plus, « aimez » notre page facebook, les jardins de Labastide Saint Pierre et suivez notre actualité.

Mais si vous préférez twitter, alors rejoignez-nous à @lesjardinslsp

Et toujours notre site internet www.monpanierbio.org sur lequel vous retrouvez toutes les informations sur notre association, et pour vous, adhérents, un espace dédié pour connaître la composition de votre panier, la modifier, nous contacter ...

Assemblée générale

Comme tous les ans, notre assemblée générale se tiendra dans les locaux de l'association, au 1460 chemin de lauzard à Labastide Saint Pierre.

Cette année, nous vous donnons rendez-vous le 8 juin 2015 à 20h00.

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)

Jours fériés - changement du jour de livraison des paniers

Cette année encore, les jours fériés de mai nous amènent à modifier quelque peu les jours de livraison des paniers. Les paniers du 1^{er} mai seront livrés le **30 avril**, ceux du 8 mai seront livrés le **7 mai** et ceux du 14 mai seront livrés le **15 mai**.

Merci de prendre note de ces changements de jour de livraison.



Ressources humaines, ressources solidaires !

Nous avons souhaité vous parler de Magalie, rencontrée il y a près d'un an aux jardins.

Magalie, c'est avant tout une jeune femme dynamique, qui décide de prendre ses vacances d'été dans le sud-ouest de la France, loin de sa vie parisienne quotidienne. Elle amène avec elle sa famille et fait découvrir à son fils la campagne. A Paris, ce n'est pas tous les jours que l'on voit les animaux de la ferme en allant à l'école, ou même qu'on découvre comment poussent les légumes que l'on mange à la cantine.

Au détour d'une ballade, elle se retrouve devant le panneau de l'association. **Les jardins de cocagne**, elle connaît, alors elle décide de s'arrêter et de venir nous rencontrer. Après une petite visite guidée des jardins, sous les yeux ébahis de son fils ravi de voir autant de couleurs et de goûter les tomates cerises qu'il vient de cueillir sur leur pied, Magalie se dit que c'est bien dommage d'habiter aussi loin et de ne pas pouvoir adhérer aux paniers de légumes et ainsi participer à notre action.

Le travail, elle connaît, elle en a fait son métier. Elle est directrice des ressources humaines depuis plusieurs années et vient de créer son cabinet de conseil en RH pour aider les petites structures à gérer leur personnel au quotidien. Alors c'est tout simplement qu'elle nous a proposé de nous offrir les conseils RH dont nous aurions besoin à l'avenir, une façon pour elle de participer à notre action. Une très belle rencontre avec une jeune femme formidable pour qui les mots « ressources humaines » prennent tout leur sens aux jardins.

Depuis, nous avons eu de nombreux échanges avec Magalie, qui a **tenu sa promesse** et qui nous conseille dès que de besoin, en toute solidarité. Ses conseils toujours avisés nous sont très précieux et nous la remercions pour son soutien et son aide.

A la lumière de son engagement auprès des jardins, nous avons eu envie de lui donner à notre tour un petit coup de pouce, en faisant connaître sa jeune entreprise à nos adhérents. Si vous avez besoin de ses services, n'hésitez pas à la contacter :

MMV-RH 6 rue du Docteur Schweitzer 91420 MORANGIS

contact@mmv-rh.fr

06 58 46 66 91

mmv-rh.fr



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