

L'écho des Jardins



n°13 - 2^{ème} trimestre 2016

Le mot du président

Le printemps est là, l'hiver s'en est allé. Pour nous, la nouvelle saison commence, et c'est sur les chapeaux de roue qu'elle débute cette année. Le beau temps y est pour beaucoup, la terre est accessible, et nos jardiniers en herbe ont déjà commencé à semer les légumes d'été.

Je vous laisse en leur compagnie afin qu'ils vous relatent les événements de ces 3 derniers mois, comme à leur habitude, et vous présente ce qui vous attends pour les semaines à venir !

Julien BIAGI - Président de l'association

Semaine pour les alternatives aux pesticides : les jardins participent !



Dans le cadre de la semaine pour les alternatives aux pesticides, les jardins de Labastide St Pierre organisent une **projection-débat du film insecticide, mon amour**, au cinéma « Le Paris » de Montauban.

Venez nombreux le **vendredi 15 avril à 20h30** pour voir ou revoir ce film sur l'utilisation des insecticides et sur les conséquences que cela a sur notre environnement et notre santé.

Le débat sera animé par 4 de nos partenaires : **Lucie Chaudeurge**, diététicienne naturopathe, adhérente des jardins, que vous avez déjà pu lire dans nos rubriques auparavant, L'association **Colibris 82**, **Christian Laval**, maraicher bio qui représentera nature et progrès, et **Serge Reclay** qui interviendra au nom de France Nature Environnement 82.

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

Que s'est-il passé ce trimestre aux jardins de Labastide St Pierre ? L'hiver, comme vous le savez, l'activité est plus calme aux jardins. Le temps pour nos salariés de poursuivre leurs activités d'insertion. Ainsi, lors du premier trimestre, nous avons continué les formations en interne et en externe également. Des salariés qui n'avaient pas encore eu la possibilité de le faire, sont partis en formation au CFPPA d'ondes pour une formation à la conduite. Puis, ils ont suivi la formation CACES pour obtenir le certificat leur permettant de conduire le tracteur en toute sécurité. Dao, Pierre, Jonathan et Camille ont pris des cours de remise à niveau de français avec l'INSTEP.



Tous les salariés ont également bénéficié d'un atelier estime de soi - valorisation du parcours, pour les aider à valoriser leurs compétences, leurs expériences, les conseiller pour une présentation à un employeur et surtout, reprendre confiance en eux, ce que nombre d'entre eux ont perdu.

Le CFPPA d'Ondes a aussi animé une formation sur site sur l'entretien du matériel. Une journée très enrichissante qui a permis aux salariés de comprendre le fonctionnement des outils dont ils se servent quotidiennement, mais qui leur a aussi fait prendre conscience de l'importance de les entretenir et les utiliser dans les règles de l'art pour pouvoir les garder en état plus longtemps.

Outre les formations, certains salariés sont partis en stage d'immersion. Ainsi, Ingrid a pu découvrir le métier d'horticulteur en effectuant un stage aux pépinières Ronchini, et Chantal a pu s'essayer au maraichage dans une « vraie » exploitation dans le frontonnais. Nous remercions toutes les entreprises qui acceptent généreusement de recevoir nos salariés en stage chez eux et qui prennent toujours le temps de les former sur leur poste de travail.



Ce trimestre n'a pas échappé aux départs et arrivées de salariés. Ainsi, Jean nous a quitté pour un emploi chez Pionner où il devrait rester toute la saison. Nous avons accueilli Jade qui a intégré l'équipe mi février.

Mais l'hiver, il se passe aussi des choses dans les champs. Même si l'activité est plus réduite, il y a tout de même les terres à préparer, les légumes de printemps à semer, les paillages d'été à installer, l'irrigation aussi à ressortir et réinstaller pour l'été. Et surtout, les semis Et des semis, ils en ont fait les salariés ces dernières semaines. De toutes les sortes : courgettes, aubergines, salades, melons, betteraves De quoi ravir vos papilles dans les prochains mois. Alors à vos recettes, les premiers légumes de printemps qui vont arrivés sont les pois gourmands, qui seront suivis de près par les petits pois et les fèves. Profitez-en, leur saison est très courte et vous n'en mangerez plus des frais avant le printemps prochain.



Les conséquences de l'utilisation des pesticides et insecticides sur notre environnement

La **biodiversité** contribue au bon fonctionnement global des écosystèmes et des processus naturels tels que la qualité de l'air, la régulation climatique, la purification de l'eau, la lutte contre les parasites et les maladies, la pollinisation ...

Depuis la Révolution industrielle, l'homme traite les ressources naturelles comme si elles étaient infinies et nous conduit à un taux actuel d'extinctions des espèces mille fois plus élevé que le niveau jugé naturel.

Ce sont surtout des espèces au sommet de la chaîne alimentaire (mammifères, oiseaux, etc.), qui témoignent des **problèmes posés par les pesticides**. Mais les animaux les plus touchés sont les insectes (notamment butineurs comme les abeilles et papillons) et les animaux à sang froid (comme les reptiles et les amphibiens). Ainsi, des micro-organismes à la baleine bleue, toutes les espèces sont des victimes, actuelles ou à venir, des millions de tonnes de pesticides déversées sur la planète.

Les effets des pesticides sur les êtres vivants sont de différentes natures : mort subite, mort prématurée, atteinte à la fertilité, malformations, baisse des défenses immunitaires...



De nombreuses observations convergentes montrent que **les traitements phytosanitaires ont des effets importants sur les insectes pollinisateurs**, ces derniers subissant des pertes immédiates ou différées qui affectent les adultes ou les larves. L'intoxication par du nectar, du pollen, de l'eau, voire du miellat de pucerons contaminés, peut provoquer la mort des adultes ou des larves d'abeilles. Il existe également des symptômes dits sublétaux (qui ne provoquent pas la mort immédiate mais ont des conséquences à terme sur les populations) : troubles du comportement, mort prématurée, dérèglement du système de transmission des informations. La flore est également concernée, avec en premier lieu les adventices et autres plantes sauvages supérieures se développant à proximité des zones agricoles. Dans certaines zones, on peut suspecter un lien de cause à effet entre l'utilisation des pesticides et la disparition de lichens ou le dépérissement forestier.

Les pesticides ont donc des effets directs sur de nombreux insectes et végétaux non désirés, ainsi que sur la faune et la flore non ciblés. Mais des effets indirects s'observent également :

- **la réduction des disponibilités alimentaires** pour les animaux d'espèce supérieure. L'on observe par exemple en France une diminution de la population d'hirondelles de fenêtre qui s'explique par la destruction illégale des nids mais aussi et surtout, pour ces purs insectivores, par le manque de nourriture suite à l'usage massif des insecticides.

- **la contamination de la chaîne alimentaire**. La consommation répétée de proies intoxiquées conduit à la concentration de certains pesticides non biodégradables dans l'organisme des prédateurs, qui s'intoxiquent à leur tour. Les impacts sur la biodiversité ne se limitent donc pas aux quelques jours qui suivent les traitements phytosanitaires. Ils peuvent s'observer bien après, du fait de la persistance des produits comme de la perturbation des équilibres des écosystèmes.



C'est pourquoi il est important que les consommateurs soutiennent **l'agriculture biologique**, plus respectueuse de l'environnement, et notamment exempte de pesticides lors des cultures.

A l'honneur ce trimestre : les blettes

La blette est un légume-feuille qui pousse à l'état cultivé ou sauvage. Ses feuilles et ses tiges (souvent nommées côtes ou cardes) sont comestibles.



En fonction de la variété, les blettes peuvent être vertes, blanches, jaunes, oranges, rouges ou violacées. Elles sont de la même famille que la betterave, l'épinard, l'arroche, la salicorne, le chénopode, le quinoa...

Il existe plusieurs manières de la conserver. Crues et récemment cueillies, les blettes entières se conservent telles quelles, enveloppées dans un torchon bien resserré. Vous pouvez mouiller l'extrémité du torchon contenant la base des côtes. Ainsi enveloppées elles se conserveront pendant quelques jours dans le frigo. Par contre, les feuilles perdront rapidement leurs côtés luisant et croquant! Dans le cas où les blettes sont trop abimées, vous pouvez les conserver au frigo dans un sachet plastique ou un contenant hermétique après les avoir blanchies entières pendant 2 à 3 minutes à l'eau bouillante salée. Plongez-les ensuite rapidement dans un contenant d'eau froide (voire glacée) afin de stopper la cuisson et de préserver la couleur du légume. Vous pouvez également blanchir les feuilles (1 à 2 minutes) séparément des côtes (2 à 3 minutes).

Côté légumes, les blettes se marient à merveille avec l'ail, les oignons et les poireaux. Il en est de même pour les courges, les tomates, les poivrons, les choux-raves, les topinambours, les pommes de terre, les carottes, les courgettes... N'oubliez pas les champignons!

Elle s'associe aussi très bien aux fruits tels les pommes, les poires, les groseilles et les fruits secs tels les raisins, les noix et les amandes...

Les blettes s'associent à merveille aux pâtes, à la polenta et au riz...

En les associant aux fromages et aux laitages (roquefort, parmesan, brousse, faisselle, ricotta, crème, lait, yaourts...), vous ne vous tromperez pas!

Côté viande et charcuterie, pensez au canard, au porc, saucisses, lardons...



Gratin de blettes

1 Kg de blettes lavées

huile d'olive

1 oignon jaune finement émincé

200 ml de béchamel

1 œuf

30g de comté râpé

2 cuillères à soupe de son d'avoine ou chapelure

sel-poivre

Séparer les feuilles des tiges des blettes. Couper les tiges en tranches et hacher les feuilles en gardant les tiges et les feuilles à part.

Faire chauffer un peu d'huile dans un poêle sur feu moyen. Ajouter l'oignon et laisser cuire 2 minutes en remuant fréquemment, jusqu'à ce qu'il soit transparent. Ajouter les tiges des blettes et faire cuire 5 minutes en remuant de temps en temps. Ajouter les feuilles et faire cuire 2 minutes de plus, jusqu'à ce qu'elles tombent.

Egoutter les légumes. Saupoudrer de sel et de poivre.

Préchauffer le four à 200° et passer un peu d'huile sur le fond et les bords d'un plat à gratin de taille moyenne.

Fouetter la béchamel et l'œuf dans un saladier. Ajouter les blettes, mélanger, verser dans le plat à gratin et répartir la préparation. Saupoudrer de fromage et de son d'avoine (ou chapelure) et faire cuire au four 15 minutes environ, jusqu'à ce que le dessus soit pris et doré. Passer quelques minutes sous le grill si nécessaire pour faire brunir un peu plus. Laisser reposer 5 minutes avant de servir.

LES NOUVELLES DES JARDINS

Paiements en ligne

Vous avez été nombreux ces derniers temps à nous demander s'il était possible de payer vos paniers de légumes bio en ligne sur notre site internet.

A ce jour, cette option n'est pas possible, mais nous travaillons d'arrache-pied pour vous la proposer rapidement. Nous vous informerons dès que le paiement en ligne sera effectif.

Nouveau point de dépôt

Flor'ever, notre point de dépôt quartier des Chaumes à Montauban est dorénavant fermé le mardi. Et même si Mme Bothy, gérante de cette boutique de fleur a cherché une solution pour continuer à être point de dépôt, cela n'a pas été possible. Nous la remercions vivement pour ce service rendu toutes ces années.

Nous avons donc le plaisir de vous informer que c'est son voisin, le tabac presse l'oasis, qui sera dorénavant notre point de dépôt dans ce quartier.

Portes ouvertes aux jardins

Dans le cadre du joli mois de Mai de l'Europe en Midi-Pyrénées, nous organisons des visites guidées de nos jardins le vendredi 6 mai de 9h à 12h. L'occasion pour petits et grands de venir nous rencontrer et s'adonner si l'envie est là, à un petit semis d'aromatiques que vous pourrez ramener chez vous !



Joyeux anniversaire !

Le 15 mai prochain, les jardins de Labastide St Pierre fêteront leurs 5 ans. A cette occasion, nous allons organiser un petit concours sur notre page facebook. A gagner, un mois de panier de légumes bio.

Alors surveillez notre page facebook à l'adresse suivante : <https://www.facebook.com/lesjardinslsp/>

Livraison des jours fériés

Cette année, seul le jeudi de l'ascension est un jour de livraison férié. Les adhérents livrés le jeudi, seront donc livrés le vendredi matin, soit le 6 mai.

Assemblée Générale des jardins

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 31/05/2016 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)

Cécile, une formatrice sur mesure



Nos salariés en insertion ont souvent connu l'échec scolaire dans leur enfance. Alors quand on leur parle formation aux jardins, ils font souvent une tête déconfite !

Cette année, nous avons voulu travailler sur l'estime de soi et la valorisation du parcours professionnel, dans le but d'améliorer leurs chances de réinsertion à la sortie des jardins et de les préparer au mieux à leurs démarches de recherche d'emploi.

Cécile Jacquemin, formatrice et investie aux jardins en tant que bénévole, nous a fait l'honneur de mettre en place une formation sur mesure pour nos salariés. Elle a animée sur 4 jours une formation qu'elle a entièrement créée, et adaptée aux capacités de nos salariés. Alternativement en groupe entier ou petits groupes, elle a fait travailler nos salariés sur des thèmes qui les ont amenés à retrouver confiance en eux, et surtout, à faire ressortir dans leurs parcours, tous les atouts à mettre en avant lors de leurs recherches d'emploi.

C'est « regonflés à bloc » que nos salariés ont terminé les 4 interventions. Ceux qui pensaient ne pas avoir de compétences particulières ont découvert peu à peu leurs atouts pour un employeur. Une expérience qui a plu à l'unanimité les salariés et qui sera donc reconduite dans l'avenir avec les nouveaux arrivants.

Retrouvez le prochain numéro de l'écho des jardins en juillet 2016.