

Vendredi 31 juillet 2020

Semaine 31

# La Feuille de Chou



## Edito

Chères adhérentes, chers adhérents,

Comme vous le savez sans aucun doute, nous n'en avons pas fini avec la crise sanitaire.

Pour respecter les consignes gouvernementales, le CSE (le Comité Social et Economique), dont Martine et Floriane sont les représentantes, a décidé que le port du masque est obligatoire sur le marché pour les salariés et les bénévoles. Il est fortement conseillé pour les clients du marché.

Vendredi dernier, Michel et Dominique ont assuré la permanence du marché. Dominique, fidèle à lui-même, a préparé son marché avec humour. Il a réfléchi pour proposer à tous de rire de la situation. Tant qu'à la subir, autant en prendre un parti positif.

Il est arrivé avec un tee-shirt adapté à la situation.

En photo, vous pourrez admirer Michel et Dominique : une situation, deux versions.

Merci à vous deux pour ce bon moment.

## Votre panier

Pour un panier

0.25	kg	ail
0.5	kg	carottes
1.0	kg	courgettes
2.0	kg	tomates

Et, selon dépôt : 0.5 kg de haricots verts ou 0.600 kg d'aubergines.

*Pensez à laver vos légumes à l'eau du robinet, avant de les consommer.*

## La Recette de la semaine

### Riz aux carottes, courgettes et tomate

Ingrédients pour 4 personnes :

450 g de riz thaï, 300 g de carottes, 2 courgettes, 1 tomate, 1 oignon, 150 g de petits pois surgelés (facultatif), persil, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.

Pelez et hachez l'oignon.

Pelez les carottes et détaillez-les en très petits dés.

Rincez les courgettes et la tomate, épépinez-les et détaillez-les comme les carottes.

Faites chauffer l'huile dans une cocotte. Faites revenir l'oignon puis ajoutez les légumes. Salez, poivrez.

Faites cuire 20 min à feu doux.

Pendant la cuisson des légumes, faites cuire le riz selon le mode d'emploi indiqué sur le paquet.

Égouttez le riz et mélangez-le aux légumes.

Faites revenir encore quelques minutes à feu doux. Parsemez de persil ciselé et servez sans attendre.

Vous pouvez ajouter des lardons revenus à la poêle ou des dés de jambon blanc.



Pour terminer, je m'associe à Dominique, notre secrétaire-comptable. Elle veille, avec dextérité, sur les bénévoles-livraisons afin que toutes les tournées du vendredi se déroulent au mieux.

Terre Solidaire est à la recherche d'un bénévole qui pourrait assurer les livraisons des paniers dans les dépôts.

Dit comme cela, ça peut faire peur...



### Prévisions légumes

Oignons blancs  
Aubergines  
Carottes nouvelles



Or, remettons les choses dans leur contexte :

- Conduite d'un fourgon avec le permis B
  - Une livraison dure 2h30 maximum
  - La livraison s'effectue avec un salarié de Terre Solidaire
  - Une livraison par mois.
- ⇒ Soit un bénévolat de moins de 3 h par mois.  
⇒ Et, en plus, une réunion repas par an pour faire le point sur l'année, et, surtout, pour manger ensemble la galette.

Si vous êtes intéressés, vous pouvez appeler Dominique au 04 79 84 41 23, ou lui laisser un message sur [secretariat@terre-solidaire-savoie.org](mailto:secretariat@terre-solidaire-savoie.org)

Véronique, directrice.



### Michel, l'homme aux mains d'or

Michel et Alain ont réhaussé l'étagère du dépôt de Pontcharra, La Vie Claire, afin que tous les paniers puissent y trouver place.

Le dépôt Fraîcheur et Terroir bénéficie également d'une étagère supplémentaire qui peut accueillir désormais une partie des paniers restant au sol habituellement.

Merci Alain et Michel.

### Le 4<sup>ème</sup> jeu de l'été de Félix :

Au diable l'avarice ! Pour occuper vos vacances découvrez les 15 arbres cachés dans le texte « une journée tranquille »...

C'est décidé, ce matin Vanessa peint. Elle regarde autour d'elle cherchant un sujet, détaillant les formes qui l'entourent. Son fils Olivier sur son vélo accélère, freine, dérape...

Ensuite, certainement, pétanque. Il lance son cochonnet, puis sa boule au loin. Il finira en organisant une bataille avec ses petits soldats.

Sa fille vient s'installer si près d'elle qu'elle sent la chaleur de son corps. Amatrice d'art elle aussi. Mais il est loin le temps où elle ne dessinait que des lapins ! Aujourd'hui Marie-Claude mêle aisément les couleurs dans un style bien à elle.

Le chat Séquoia, toujours aussi vif, saute sur la table pour semer un joyeux désordre.

Avec ses éternelles chaussures plates, Anne-Marie, sa sœur, pousse le portail avec un nouveau cadeau. Elle a apporté un énorme panier rempli de cerises hier. Vanessa caresse machinalement la chaîne en argent offerte la veille par son mari, sans raison particulière. Se montrer encore imprévisible, c'est ce qui fait son charme.

Le soleil baignant son visage, entourée des êtres qu'elle aime, Vanessa est heureuse comme tout.

### Le coin de la chargée d'insertion :

Lorsque vous lirez cette feuille de chou, chères adhérentes, chers adhérents, je serai déjà en vacances depuis une semaine, à profiter activement des trésors architecturaux français, agrémentés de baignades et de moments sportifs. Merci à Dominique et Véronique qui, toujours de bon cœur, prennent le relais sur les « urgences de l'insertion », la gestion des absences, des arrêts maladies, des paies, ... et des imprévus qui, soit dit en passant, sont le lot quotidien à Terre Solidaire.

Je suis partie sereinement également grâce à mes collègues encadrants qui, comme à l'accoutumée, se sont adaptés aux contraintes de l'insertion.

En effet, et ce malgré l'activité intense du mois de juillet, entre récolte, désherbage, tuteurage de poivrons et tomates, semis et plantation des légumes automnaux, ils ont toujours trouvé le temps nécessaire pour effectuer les entretiens d'évaluation pour le renouvellement des contrats.

Personne ne se retrouvera donc sans contrat à Terre Solidaire pendant mon absence. Merci à vous, mes chers collègues, et de là où je suis, je vous souhaite bon courage pour cette période d'été.

Et à vous, chères adhérentes, chers adhérents, un bel été et de belles vacances pour ceux qui ont la chance d'en avoir.

Floriane, chargée d'insertion.



Auvergne - Rhône-Alpes

