

# La Feuille de Chou



## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Que serait la vie d'une association sans ses bénévoles ?

Je ne saurais le dire.

La seule chose que je puisse reconnaître c'est que, chaque jour, des bénévoles interviennent, avec efficacité, à Terre Solidaire.

Les missions sont importantes à nos yeux car l'équipe de permanents n'a, ni le temps, ni les compétences, pour mener à bien ces tâches essentielles.

Prenons l'exemple de cette semaine.

Lundi, 2 administratrices sont venues nous soutenir dans un recrutement et jeudi, une autre fut un soutien pour Martine et Dominique lors de la mise sous enveloppe des contrats 2021.

Que dire de mardi ? Une fourmière organisée de bénévoles. Comment ?

Michel et Alain, les spécialistes des travaux, sont venus œuvrer toute la journée pour installer l'électricité dans la nouvelle salle des paniers.

Pendant ce temps, des coups de main bénévoles pour la préparation, d'une part des paniers, et d'autre part, pour une manifestation jeudi.

En effet, c'est l'ouverture de la Biocoop de Pontcharra qui a monopolisé plusieurs administrateurs. Ils sont allés faire une permanence pour parler de Terre Solidaire.

Une sacrée journée.

## Votre panier

Pour un panier

0.5	kg	carottes
0.6	kg	navets blancs
1	pièce	salade
0.4	kg	oignons
0.13	kg	roquette

Et selon dépôt : 0.75 kg épinards ou 1kg courge ou 1 chou-fleur

Pensez à laver les légumes avant de les consommer.

Fruits : pommes et poires

## Recette de la semaine

### Risotto d'hiver, courge, lentilles, carotte et navet

Ingrédients pour 2 personnes :

100 g riz Arborio, 50 g de lentilles corail, 1 oignon, 200 g courge, 1 navet, 1 carotte, bouillon, poivre, curry et cumin, huile d'olive, 50 g de parmesan râpé.

Éplucher la courge, la carotte et le navet et les couper en petits morceaux (plus ils seront petits, plus ils seront fondants et vite cuits)

Dans une sauteuse, mettre 3 cuillères à soupe d'huile, le riz cru, et l'oignon émincé très finement.

Faire revenir à feu moyen pendant 3 à 4 minutes en remuant régulièrement, puis ajouter les légumes, mélanger et cuire encore 2 minutes.

Recouvrir de bouillon à hauteur et laisser cuire pendant 30 minutes jusqu'à absorption du bouillon. Rincer les lentilles corail et les ajouter 10 min avant la fin de la cuisson. Rajouter du bouillon si nécessaire.

Assaisonner si besoin, ajouter le parmesan, mélanger et servir bien chaud.





## Prévision légumes

Chou  
Salade  
Céleri-rave



Vendredi, fin de semaine, jour de livraison. Et ce sont encore 2 bénévoles qui ont assuré le transport des paniers vers les lieux de dépôt.

Une association vivante se reconnaît aussi par l'activité des bénévoles. Terre Solidaire, du dynamisme à l'état pur.

Véronique, directrice.

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

Une fois n'est pas coutume, je souhaite, cette semaine, vous parler du nombre d'adhérents panier de légumes et plus particulièrement des paniers « salariés ».

Tout d'abord, il est utile de préciser qu'en juillet 2015, le Conseil d'Administration de Terre Solidaire a proposé que les salariés de Terre Solidaire (permanents et jardiniers) puissent bénéficier d'un panier de légumes hebdomadaire à tiers de prix.

L'adhésion est optionnelle. Pour les jardiniers qui le souhaitent, elle est proposée à partir du 2<sup>ème</sup> mois de contrat. L'engagement porte sur toute la durée du contrat à Terre Solidaire, il n'y a pas de report possible, ni d'abandon d'adhésion en cours de contrat, sauf bien-sûr conditions particulières.

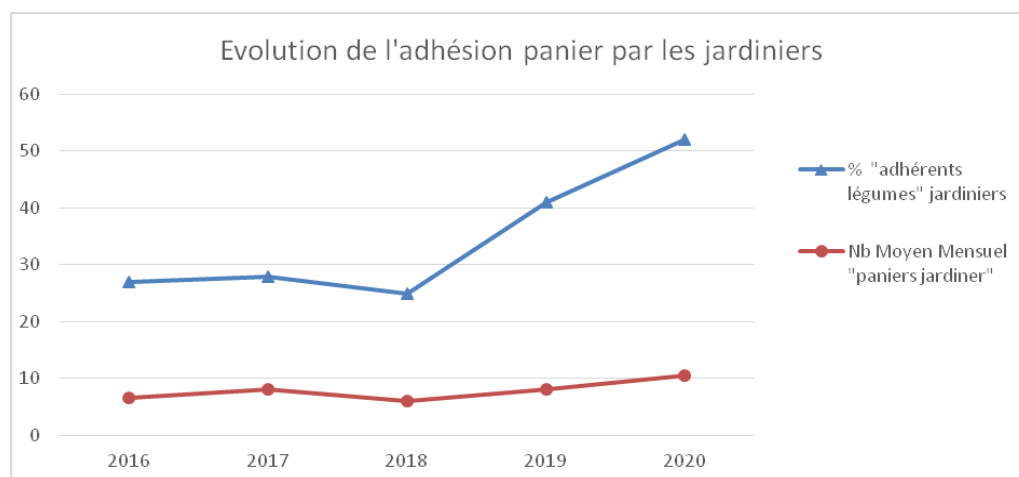
Le règlement est directement déduit sur la fiche de paie en fin de mois.

Ainsi, cela permet aux salariés ayant « les mains dans la terre » d'avoir la possibilité de cuisiner et manger les légumes issus de l'agriculture biologique semés, plantés, entretenus, récoltés, pesés et conditionnés par eux-mêmes.

Ainsi l'expression « de la graine à l'assiette » prend tout son sens. Ce système, mis en place en juillet 2015, rencontre de plus en plus d'adeptes parmi nos salariés en insertion.

Les chiffres parlent d'eux-mêmes. En effet de 2016 à 2018, au total, entre 12 et 13 salariés choisissaient l'option légumes, ce qui représente entre 25 et 30% l'effectif global des salariés restant plus de 1 mois dans la structure. En 2019, ce sont entre 19 (soit 42%) et 23 (soit 52% par rapport à l'effectif global sur l'année) salariés qui sont repartis, chaque vendredi, avec un panier de légumes.

Le graphique ci-dessous représente l'évolution globale depuis 2016. Il est toutefois important de noter que le nombre de grands paniers est, quant à lui, relativement constant depuis 2016.



Cela témoigne d'un intérêt croissant pour cet avantage et d'un choix du CA qui avait tout son intérêt et son sens.

J'en profite donc pour les remercier chaleureusement de cette initiative.

Floriane, chargée d'insertion.



Auvergne - Rhône-Alpes

