La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Chantier d'insertion par le maraichage biologique

26 février 2019 - **n° 846**

Zoom sur les modules
Accès aux droits / Accès aux soins

La MSA (Mutuelle Sociale Agricole), organisme mutualiste, assure la couverture sociale de l'ensemble de la population agricole et des ayants droits (et de fait, des salariés des Potagers de Marcoussis), et propose également différentes actions ayant pour objectif de favoriser l'insertion sociale et professionnelle des actifs agricoles et prévenir les problèmes de santé.

Dans le cadre de son plan d'action sanitaire et social 2016/2020, la MSA Ile-de-France s'engage dans l'accompagnement socioprofessionnel des personnes en situation de précarité notamment par la mobilisation du réseau MSA pour une prise en charge globale et adaptée, l'accès aux droits sociaux et fondamentaux et plus particulièrement la réintégration des personnes en rupture de soin dans le système.

En préambule, une réunion d'information a été organisée afin de présenter cette action à tous les salariés en insertion de la structure. A son issue, Joëlle et Eric, nos chargés d'insertion professionnelle, ont recensé les salariés souhaitant participer à cette action en donnant la priorité à ceux venant d'intégrer le chantier d'insertion.

Cette action de sensibilisation, qui vise à contribuer à la prise en charge précoce des facteurs de risques et des pathologies éventuelles (ex. : veiller à son alimentation pour éviter diabète, obésité…), passe par l'acquisition d'une connaissance renforcée des prestations de l'assurance maladie (prise en charge, démarches, formulaires…) et l'intérêt de la prévention en matière de santé et ce, à travers 6 séances de 2 heures par semaine, pour 8 de nos salariés, découpées comme suit :

Séance 1 : présentation de la MSA
Séance 2 : les prestations familiales
Séance 3 : la couverture Santé
Séance 4 : l'arrêt de travail
Séance 5 : thème libre
Séance 6 : débriefing des différentes séances

Au terme de ces séances, nos 8 salariés bénéficieront, début avril, d'un bilan médical.

Parallèlement à cet accompagnement, une infirmière de la MSA vient à la Ferme des Potagers une fois par mois pour rencontrer individuellement et à leur demande nos salariés. Ses visites portent notamment sur la prévention des addictions, la vaccination et tout autre problématique abordée à la demande.

Fin mars, l'ensemble de nos salariés pourra participer à un examen de prévention bucco-dentaire réalisé par un chirurgien-dentiste conseil de la MSA. Les problèmes dentaires non soignés peuvent engendrer des complications infectieuses : articulaires, cardio-vasculaires, rénales, respiratoires… La santé est un bien précieux sur laquelle il faut veiller !

Association Les Potagers de Marcoussis - Chemin du Regard 91460 MARCOUSSIS - Directeur de la Publication : Thierry Cuisin - Rédactrice : Laure Gibou
Tél. : 01.64.49.52.80 - Courriel : l.gibou@pdm91.fr / Site web : www.lespotagersdemarcoussis.org

Bon plan

La prochaine livraison de **viande BIO** (boeuf, veau, porc, agneau et volailles) d'Aurélien COLAS, du **GAEC des Prairies Angevines**, aura lieu à la Ferme des Potagers le **vendredi 22 mars de 15 h à 17 h30** : si vous ne pouvez pas être présents sur ces horaires pour retirer votre colis, vous pouvez quand même commander car **nous garderons votre colis et vous le récupérerez sur nos horaires d'ouverture du week-end (vendredi 15 h/19 h et samedi 10 h/12 h30),** précisez-le à Aurélien en réservant.

En plus des colis de viande et la volaille prête à cuire, Aurélien propose également **poulet** et **canard à la découpe** et emballés sous vide : filet, cuisse, manchons, ailerons, cou ou encore le poulet entier découpé sous film.

Le détail des colis est joint à cette Feuille de Chou, pour toute question complémentaire sur ses produits et/ou pour lui passer votre commande avant le mardi 12 mars, contactez-le par mail :

gaec.prairies-angevines@hotmail.fr

ou par téléphone au **06 81 94 83 23**

N'oubliez pas de lui indiquer le lieu de livraison « Marcoussis » et votre numéro de téléphone portable pour qu'Aurélien puisse vous joindre en cas d'imprévu.

Les recettes de la semaine

Fondue de pain de sucre aux petits lardons

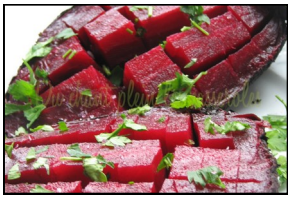
Ingrédients pour 4 pers. : 1 chicorée pain de sucre, 4 échalotes, 4 càs de crème fraiche, 100 g de petits lardons, sel & poivre

Préparation : coupez en fines lamelles la chicorée, rincez et essorez.

Dans une sauteuse, faites revenir les lardons et les échalotes émincées. Cuisez à feu doux pendant 5 minutes.

Ajoutez les lamelles de chicorée, couvrez et laissez cuire le tout 15 minutes en remuant assez souvent. Salez, poivrez et ajoutez la crème.

Servez bien chaud.



Betteraves cuites au four

Ingrédients pour 4 pers. : 1 kg de betteraves crues, entières avec la peau, Fleur de sel, Persil ciselé (facultatif)

Préparation : Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6). Lavez soigneusement les betteraves sans les éplucher et séchez-les dans du papier absorbant. Enveloppez-les dans du papier aluminium en fermant bien tout autour.

Disposez les betteraves dans un plat allant au four ou directement dans le lèche-frite.

Faites cuire 1h à 1h30 environ selon la taille des betteraves, jusqu'à ce qu'elles soient tendres à coeur et que la peau soit complètement fripée (vérifiez en ouvrant légèrement la papillote et en plongeant un couteau à coeur).

Laissez refroidir avant de les ouvrir en deux et de les présenter comme des moitiés de mangues (voir photo). Parsemez de fleur de sel et de persil ciselé. Dégustez en entrée, froid.

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 1 soupe de la Conserverie, 1 kg de pommes de terre (chair ferme)*, 1 kg de carottes*, 1 kg de betterave*, 800 g de poireaux, 1 chicorée pain de sucre

Petit panier : 1 soupe de la Conserverie, 500 g de pommes de terre (chair ferme)*, 500 g de carottes*, 1 chicorée pain de sucre

Origine : Agriculture France / Catégorie II / Ecocert FR-BIO-01

**Ces légumes proviennent de l'exploitation d'un maraicher en agriculture biologique*

Boutique ouverte : mercredi 10 h-12 h30 et 15 h-18 h - jeudi 15 h-18h - vendredi 15 h-19h - samedi 10 h-12h30

l'Europe s'engage en Ile-de-France avec le FSE

Ce projet est cofinancé par le Fonds social européen dans le cadre du programme opérationnel national « Emploi et Inclusion » 2014-2020

UNION EUROPÉENNE