La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Chantier d'insertion par le maraichage biologique — 01 octobre 2019 - **n° 872**

Zoom sur l'ESAT La Vie en Herbes

Nous vous proposons de découvrir cette semaine l'un de nos plus proches partenaires, par sa proximité (situé Chemin des Bieds à moins de 2 kms du Chemin du Regard) mais aussi et surtout par les valeurs de solidarité et le respect de l'environnement qui nous unissent : l'ESAT la Vie en Herbes dont vous connaissez déjà sans doute les produits, en vente à la boutique de la Ferme des Potagers et dans les enseignes bio spécialisées.

C'est en 1990 que la Fondation des Amis de l'Atelier a créé La Vie en Herbes, un ESAT, Établissement et Service d'Aide par le Travail, qui a pour objectif l'insertion sociale et professionnelle des travailleurs en situation de handicap mental (déficience et/ou trouble psychique). La Vie en Herbes n'est donc pas une entreprise comme les autres. Les 80 salariés bénéficient d'un accompagnement spécifique et individualisé tout en apprenant à travailler ensemble, encadrés par 20 professionnels accompagnant de l'équipe, à :

- la production d'infusions et de tisanes bio en vrac ou en pyramides (en amidon de maïs biodégradable), aromates bio pour la cuisine (semis, boutures, cueillette à la main, tri des plantes, séchage, etc.),

- leur conditionnement (mise en sachet, organisation des commandes, etc.),

- l'aménagement et l'entretien d'espace verts (environ une quarantaine de chantiers extérieurs par mois).

Une autre mission de l'ESAT La Vie en Herbes est d'amener ou de ramener les travailleurs qui le souhaitent vers le milieu ordinaire de travail. Les professionnels éducatifs et techniques n'imposent pas un cadre, mais accompagnent et guident chacun de ces travailleurs dans la construction de son propre projet professionnel, en fonction de ses compétences et de ses envies. A cet effet, et pour les travailleurs volontaires, un parcours spécifique encadré par une psychologue, une chargée d'accompagnement social et un ou une future chargé(e) de parcours professionnel, peut être mis en place pour celles et ceux qui voudraient découvrir ou redécouvrir en douceur le monde de l'entreprise, sans vendre du rêve, après des expériences en milieu ordinaire parfois douloureuses voire traumatisantes.

Dès1990, alors que le bio était encore balbutiant, La Vie en Herbes prend ses quartiers à Marcoussis, au milieu de dix hectares de terres bio, où leurs travailleurs en situation de handicap produisent eux-mêmes une partie des plantes. Dès le départ, ils ont mis un point d'honneur à cultiver la terre sans engrais ni pesticides chimiques de synthèse, tout en faisant la part belle au travail manuel… tout comme le font les Potagers de Marcoussis depuis leur installation en 1999.

Les plantes qui ne sont pas cultivées sur place proviennent de producteurs bio choisis avec soin, chez lesquels ils s'approvisionnent en toute confiance.

Dernier point commun qui nous rassemble, 100 % des bénéfices issus de la vente de leurs produits sont dédiés au soutien de leurs travailleurs et réinvestis dans la structure.

Pour en savoir plus : www.lavieenherbes.fr

(Crédit Photos : La Vie en Herbes)

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

Retour en images sur l'animation du samedi 28 septembre

« Manger bio et local, c'est bon le climat » a remporté un beau succès de fréquentation : plus d'une dizaine de personnes sont venus visiter la Conserverie, d'autres ont découvert notre boutique à la Ferme et dégusté nos produits locaux (visiteurs de communes proches et parfois plus éloignées).

Le légume de la semaine

Le piment de Cayenne

Précautions d'utilisation : lorsque l'on assaisonne avec du piment, une seule règle s'applique : doser avec précaution. Lors de la manipulation de piments crus, il est préférable de porter des gants jetables. Ne pas mettre les mains au contact des yeux ou des muqueuses car cela peut provoquer une douloureuse irritation. Il convient de bien se laver les mains, même avec les piments secs. Après manipulation, se frotter brièvement les mains avec de l'huile, car la capsaïcine (composant actif du piment) est liposoluble, puis nettoyer simplement l'huile à l'eau et au savon.

Quelques conseils pour cuisiner le piment : Plus le temps de cuisson est long et plus le piment cuit longtemps dans le plat, plus il est fort. Si l'on souhaite ajouter une légère note piquante à un chili con carne ou un chili végétarien, à un plat de viande, de légumes ou de poisson, à une soupe, à une sauce ou une tartinade, à une farce, à une confiture mais aussi à du maïs ou des haricots, l'assaisonnement doit avoir lieu en fin de cuisson.

Conservation : les piments frais se conservent au réfrigérateur, sèchent facilement près d'une source de chaleur ou peuvent être placés au congélateur.

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 1/2 pastèque, 1 melon, 1 kg de pommes, 1 kg de tomates, 500 g d'aubergines, 2 piments de Cayenne

Petit panier : 1/2 pastèque, 700 g de pommes, 700 g de tomates, 2 piments de cayenne

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

Boutique ouverte : mercredi et jeudi 10 h-12 h30 et 14 h-18 h - vendredi 10 h-12 h30 et 14 h-19h - samedi 10 h-12h30

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