

## Zoom sur Les ateliers COUP DE POUCE CONNEXION



santé  
famille  
retraite  
services

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 et de la Conserverie), et propose également différentes actions ayant pour objectif de **favoriser l'insertion sociale et professionnelle** des actifs agricoles.

C'est dans le cadre de ces missions d'accompagnement social et socioprofessionnel que nos salariés en insertion peuvent bénéficier de **formations spécifiques**. **COUP DE POUCE CONNEXION** est un programme élaboré par la MSA qui a pour objectif **l'appropriation de l'outil informatique** et **l'utilisation d'Internet au quotidien**, dans le cadre de la vie personnelle et professionnelle et notamment à :

- effectuer des recherches sur des sites et des forums spécialisés liés à la recherche d'emploi mais aussi pour les loisirs,
- réaliser des démarches administratives, effectuer des achats de façon sécurisée, ouvrir et consulter les comptes en ligne, répondre à des offres d'emploi...
- télécharger des documents ou des applications,
- rester en contact et communiquer plus facilement avec son entourage grâce à l'ouverture d'une boîte e-mail et à l'usage des réseaux sociaux.



*L'installation et la mise en marche des postes informatiques sont effectuées par nos salariés avant chaque début d'atelier.*

**9 ateliers pédagogiques**, animés par Sophie CARBONEIL-ROUILLE, formatrice MSA spécialisée dans le numérique, se dérouleront tous les mardis matin de 8h à 12h, pendant 2 mois, et permettront à **8 de nos salariés** d'aborder progressivement tous ces sujets.



Les principaux objectifs de cette formation sont de **réduire la fracture numérique** et de **favoriser l'insertion professionnelle**. L'inégalité d'usage et d'accès aux Technologies de l'Information et de la Communication (appelées TIC), dont principalement l'ordinateur, est une réalité à laquelle sont confrontés bon nombre de nos salariés en insertion. La compétence « informatique » est un **acquis indispensable** pour explorer le net, aller à la recherche des offres d'emploi et y répondre.

Alain, Devaguy, Gaëlle, Hector, Maketo, Nadine, Pierre et Raymonde participent cette année à ces ateliers. La demande étant très forte de la part de nos salariés en insertion, nous avons pu reconduire cette formation, initiée en 2018, que nous espérons réitérer en 2020 afin que d'autres salariés en insertion puissent aussi en bénéficier.

La MSA a également fourni quelques ordinateurs pour permettre à nos salariés de travailler individuellement et en temps réels sur des cas concrets et des exercices pratiques proposés au cours de la formation mais **nous sommes à la recherche de PC** : si vous, ou votre entreprise, **disposez d'anciens ordinateurs mêmes défectueux**, merci de contacter **Eric LE MERCIER**, notre chargé d'Insertion (Responsable Informatique dans une autre vie pro) à [cip@pdm91.fr](mailto:cip@pdm91.fr) ou **01 64 49 55 30**

## Appel à Bénévolat

Nous recherchons des bénévoles pour animer des **ateliers de conversation en français**, les lundis matin ou mardis matin de 10 h à 12 h (sauf pendant les vacances scolaires), pour nos salariés en insertion ayant une problématique linguistique.

Soyez rassuré(e)s, il ne s'agit pas de donner des cours de Français mais bien de **discuter ensemble** sur des thèmes de la vie courante, un peu de grammaire et de conjugaison pour comprendre comment construire une phrase et quel temps utiliser.

Les **prérequis** sont les suivants : bonne connaissance du français, fiabilité, ponctualité et soif d'échanges !

Venez rejoindre notre **équipe de bénévoles** afin de permettre à un petit groupe de salariés de pratiquer la langue française de façon conviviale.

Si vous souhaitez des informations complémentaires, n'hésitez pas à contacter **Joëlle FERRER**, notre chargée d'insertion professionnelle par mail : [j.ferrer@pdm91.fr](mailto:j.ferrer@pdm91.fr) ou **01 64 49 55 30**.

D'avance merci.

## La recette de la semaine

### Notre nouveauté 2019 : La patate douce

Cousine sucrée de la « patate classique », elle se décline aussi bien en entrée, en plat qu'en dessert ! Elle représente une source de vitamine A, de minéraux, d'anti-oxydants et bien que son goût soit sucré, la patate douce est très peu calorique.

### Purée de patate douce et poulet



**Ingrédients pour 4 pers.** : 800 g de patates douces, 160 ml de lait demi-écrémé, 600 g de blancs de poulet, 500 ml de bouillon de poule dégraissé, 3 càs d'huile d'olive, 2 càs de maïzena, sel & poivre

### Préparation de la recette :

Faites cuire les morceaux de patates douces dans de l'eau bouillante, entre 15 à 20 min, après les avoir épluchées et découpées. Égouttez-les et écrasez-les en purée en versant peu à peu le lait. Gardez au chaud.

En parallèle, faites revenir les blancs de poulet coupés en lanières dans une poêle antiadhésive légèrement huilée. Lorsqu'ils sont dorés, retirez-les du feu.

Versez le bouillon et la maïzena dans la poêle puis rajoutez le poulet et laissez épaissir la sauce en remuant régulièrement. Rectifiez l'assaisonnement.

Disposez une généreuse cuillerée de purée dans chaque assiette puis ajoutez le poulet et servez.



## Dans votre panier cette semaine

**Grand panier** : 1 kg de patates douces, 1 kg de tomates, 1 kg de pommes, 700 g de betteraves, 700 g de courgettes, 1 salade Feuille de Chêne

**Petit panier** : 1 kg de patates douces, 700 g de pommes, 700 g de betteraves, 1 salade Feuille de Chêne

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

