

# La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS  
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE



## Bienvenue à notre nouvelle directrice de la Ferme

### L'édito du président de la Ferme des Potagers

Après trois années à la tête de la Ferme des Potagers, notre directeur, **Paul-Edouard PROUVOST**, a décidé de quitter notre structure vers de nouvelles opportunités professionnelles dans le maraichage bio, local et solidaire.

Je tiens ici à le **remercier chaleureusement** pour son excellent travail parmi nous et son apport vraiment significatif dans la progression des activités et du cœur de métier de la Ferme sous sa direction, et lui souhaiter une pleine réussite à l'aube de ses nouveaux challenges.

C'est avec grand plaisir que je vous annonce l'arrivée en tant que **directrice** de **Hélène LACROIX**.

Hélène est diplômée de l'ESSEC et possède un MBA dans l'Innovation et l'Entrepreneuriat Social.

Elle rejoint la Ferme forte d'une expérience professionnelle de près de 15 ans dans le secteur de **l'Economie Sociale et Solidaire** et de **l'Art et la Culture**, incluant des emplois et missions de conseil au Bangladesh, au Burkina Faso, en France ou encore en Haïti, pays dans lequel et pour lequel elle a aussi travaillé pour des **structures associatives** comme la nôtre durant près de 10 ans.

Hélène a impressionné notre Conseil d'Administration par ses valeurs humanistes, sa motivation et son enga-

gement clairement exprimé à faire encore progresser notre structure avec bienveillance et détermination pour la réussite de notre cœur de métier d'insertion professionnelle par le maraichage biologique, la transformation alimentaire et la diffusion de produits locaux et solidaires.

**Je sais que vous vous joindrez à moi pour souhaiter à Hélène une pleine réussite comme directrice de la Ferme !**

Denis DUCHEMIN, Président de la Ferme



## Parcours d'insertion réussi !

**Romuald**, l'un de nos chauffeur-livreur en insertion, vient de décrocher un **CDI** (Contrat à Durée Indéterminée), à **temps plein**, chez **Start Service**, une entreprise spécialisée dans la livraison du dernier kilomètre. Romuald souhaitait depuis longtemps intégrer cette société et avait déjà postulé auprès de leur service mais son CV avait été écarté du fait qu'il manquait d'expérience dans la livraison.

Il était donc entré à La Ferme des Potagers de Marcoussis en juin dernier pour acquérir cette expérience... et 5 mois plus tard, se rendant à un Forum de l'Emploi organisé par la MEIF Paris-Saclay, Romuald avait laissé son nouveau CV enrichi de ses nouvelles compétences sur le stand de Start Service, avait été contacté dans la foulée et embauché suite à un entretien !

**Bravo Romuald pour ta persévérance qui t'a permis de réaliser ton projet professionnel !**



## Octobre Rose à la Ferme



Cette année encore, **Maureen**, notre assistante sociale a proposé aux salariées de la Ferme **deux réunions d'information collective** (deux groupes de 8 salariées afin de pouvoir échanger plus librement) dans le cadre d'Octobre Rose : une campagne annuelle de communication destinée à sensibiliser les femmes au **dépistage du cancer du sein** et à récolter des **fonds pour la recherche**.

En petits groupes, nos salariées étaient invitées à participer à des jeux, propices aux échanges, afin de **libérer la parole** et de recevoir, de façon ludique et pédagogique, des **informations sur un sujet grave**.

Ces deux sessions se sont terminées par la diffusion d'une **vidéo explicative** pour réaliser efficacement l'**autopalpation** et inciter à **consulter** régulièrement un(e) **spécialiste** : gynécologue ou sage-femme.

## La recette de la semaine

### CURRY DE BUTTERNUT & POIVRONS

Pelez et coupez en lanières **1 oignon**. Lavez, épépinez et coupez en morceaux **2 ou 3 poivrons**. Pelez, coupez et épépinez **400 g de courge** et la couper en petits dés.

Dans un faitout, faites revenir dans **1 càc d'huile d'olive**, les morceaux d'oignons, de poivrons et de courge pendant 5 min.

Ajoutez environ **200 ml d'eau** avec **1 bouillon cube bio de légumes**, versez ensuite **200 ml de lait de coco**, **2 càc de curry**, **100 g de lentilles corail** et laissez mijoter 15 à 20 minutes.

Ajoutez une pincée de sel, des feuilles de coriandre ou de menthe.

Servez avec du riz.

## Composition des paniers

**Grand Panier** : 1 kg de courge, 800 g de poireaux, 500 g d'oignons, 500 g de radis divers, 3 poivrons, 1 botte de de blettes, 1 salade

**Petit Panier** : 800 g de courge, 500 g de navets, 2 poivrons, 1 salade



Horaires ouverture Boutique : mercredi et jeudi de 10 h à 18 h - vendredi de 10 h à 19 h - samedi de 9 h30 à 13 h

Retrait des paniers à la Ferme : vendredi de 12 h à 19 h - samedi de 10 h à 12 h30

