

21 août 2024 - n° 1075

La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE



santé
famille
retraite
services

Santé et Sécurité à la Ferme

DIAGNOSTIC ET CONSEILS DE PREVENTION

La Mutualité Sociale Agricole (MSA) est la sécurité sociale des exploitants agricoles. Elle est une organisation mutualiste chargée de collecter, de gérer et de verser les prestations sociales de ses adhérents. Elle couvre également les risques liés à l'activité agricole et propose un service de médecine du travail.

En tant que chantier d'insertion professionnelle par le maraichage biologique, la Ferme des Potagers de Marcoussis est affiliée à la MSA.



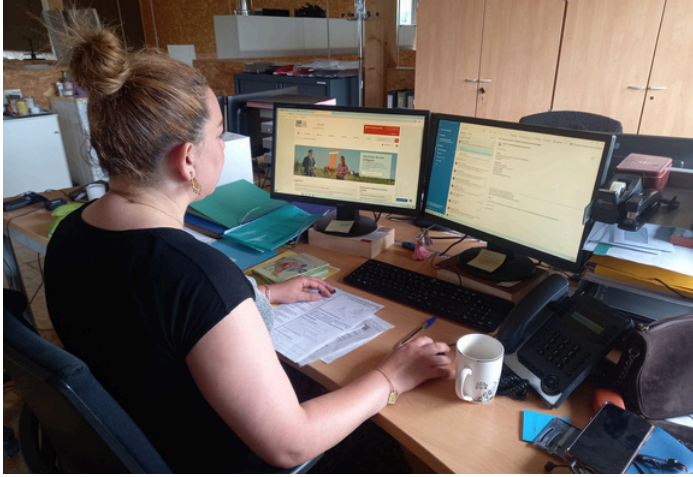
La MSA a défini un Plan Santé-Sécurité au Travail en agriculture et accompagne les employeurs et les employés dans la prévention des risques professionnels grâce, notamment, à la création d'un réseau de référents Santé et Sécurité au Travail (SST).



Ces référents SST ont pour mission d'aider l'employeur à : animer la prévention des risques professionnels, évaluer les risques et les transcrire dans le DUERP (Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels), planifier la prévention et mettre en place une organisation et des moyens adaptés, mettre en

place des actions d'information et de formation.

C'est dans ce cadre que nous avons accueilli au sein de la Ferme, à raison de plusieurs journées sur juin, juillet et août, **Manel ZAYET**, conseillère en prévention des risques et référente SST de la MSA.



En préambule, observation des postes de travail (ouvriers maraichers, préparateurs de commande, agents d'entretien ou administratifs, etc.) afin de repérer les **éventuelles expositions aux risques**. Les différentes manutentions, les postures de travail inconfortables, les gestes répétitifs sont des particularités des métiers de l'agriculture (que l'on retrouve dans beaucoup d'autres secteurs d'activité) qui exposent les salariés à de nombreux risques de **Troubles Musculosquelettiques** (TMS).

Il suffit souvent de quelques aménagements, du rappel des règles de bon usage du matériel

et/ou des postures à adopter pour limiter l'exposition à ces risques.



Formations théoriques et **ateliers pratiques** se sont ensuite succédés pour rappeler à nos équipes les **bonnes pratiques** qui leur permettront de travailler tout en ménageant leurs corps et maîtrisant leurs efforts.



Atelier Echauffements et étirements musculaires



Atelier Gestes et Postures

Merci Manel pour votre expertise et vos bons conseils !

LA RECETTE DE LA SEMAINE

SOUPE FROIDE DE CONCOMBRE & POMME

Lavez **2 concombres** et **2 pommes** : coupez les extrémités des concombres, évidez les pommes et coupez-les en petits morceaux.

Mettez les morceaux de concombre, de pomme, **150 g de yaourt grec** (ou fromage blanc), **1 gousse d'ail**, **2 càs d'huile d'olive**, **3 à 4 brins de persil**, **3 à 4 brins de menthe** et le jus de **2 citrons verts** dans un mixeur : mixez jusqu'à l'obtention d'une soupe lisse. Salez, poivrez.

Si la soupe semble trop épaisse, ajoutez un peu d'eau pour la diluer. Cette soupe peut être servie à température ambiante ou si vous préférez une soupe fraîche, conservez-la au réfrigérateur au moins 2 heures avant de la servir (vous pouvez même la faire la veille).

COMPOSITION DES PANIERS

Grand Panier : 1 kg de courgettes, 2 aubergines, 2 concombres, 2 poivrons, 400 g de pommes, 1 kg de tomates anciennes, 500 g de tomates cerise, 1 botte de persil

Petit Panier : 1 kg de courgettes, 1 melon, 1 kg de tomates anciennes, 1 concombre, 400 g de tomates cerises

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



Cofinancé par l'Union européenne