



29 janvier 2025 - n° 1093

# La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS  
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE

## Zoom sur des parcours d'insertion

### L'insertion professionnelle : notre coeur de métier !

La Ferme des Potagers de Marcoussis est une structure de l'IAE (Insertion par l'Activité Economique). Notre coeur de métier est, en plus de proposer une **activité professionnelle** (comme le maraichage biologique, la transformation alimentaire, l'administration, la vente en boutique, les livraisons, la préparation de commandes, etc.) à des Femmes et des Hommes sans emploi, rencontrant des difficultés socioprofessionnelles, de les accompagner par un **suivi individuel renforcé** pendant une durée maximale de 2 ans.

L'objectif de ce parcours d'insertion est d'amener nos salarié(e)s en CDDI (Contrat à Durée Déterminée d'Insertion) à effectuer une **sortie dite dynamique** : sortie en emploi durable (CDI, CDD de + de 6 mois...), sortie en emploi de transition (CDD ou intérim de - de 6 mois, création d'entreprise...) ou sortie positive (formation, retraite...).

Architecte de formation, Pauline avait intégré la Ferme en novembre 2022 car elle souhaitait réorienter sa vie professionnelle vers les métiers du maraichage avec pour projet de monter son exploitation. Après une année à nos côtés où elle a pu tester la réalité de son projet, elle a souhaité intégrer un **double cursus de formation théorique et de terrain** avec **Fermes d'Avenir** qui forment les candidats à l'installation afin qu'ils puissent confirmer leurs intérêts dans leurs projets, acquérir les clefs de réussite et préparer leur future installation.



Sa première formation s'est terminée en novembre dernier et la deuxième s'achèvera en février prochain.

Des salariés, au cours de leurs entretiens avec Eric, notre chargé d'Insertion Professionnelle (CIP), souhaitent également s'orienter vers des métiers dits en tension et des secteurs d'activité qui recrutent comme le BTP par exemple. C'est le choix qu'ont fait Abdi Shakur, Amirullah, Sardar Khan et Saed. Ils ont tous les 4 intégrés, en novembre dernier, le **Centre de Formation et de Professionnalisation** de Grigny pour suivre une formation théorique et pratique, de 3 mois, afin de devenir **agent polyvalent de maintenance du bâtiment**.



Abdi Shakur pose de l'enduit.



Sardar Khan pratique la plomberie.



Saed pose des boîtiers électriques.



Amirullah prend la pose le temps de la photo ;)

Afin de sécuriser leurs parcours d'insertion et de leur apporter également une sécurité financière, nous avons choisi de maintenir sous contrat avec notre structure ces 4 salariés. Ainsi ils continuent à percevoir leur rémunération pendant ces 3 mois et ils bénéficieront d'une continuité d'accompagnement après la formation. Ces profils sont recherchés par les agences d'intérim et notamment Humando (le réseau Adecco Insertion) avec qui La Ferme a des passerelles.

## Ouverture mensuelle de la boutique en ligne

**Commandez, c'est livré !**

Chaque début de mois, nous proposons à nos adhérent(e)s qui reçoivent leurs paniers sur un point de dépôt autre que Marcoussis, et qui n'ont donc pas accès à la boutique de la Ferme, de **compléter leur panier hebdomadaire**.

La boutique en ligne est ouverte à partir de ce mercredi 29 janvier et vous avez la possibilité de **commander jusqu'au lundi 3 février**.

**Livraison** de votre commande **mercredi 5 et jeudi 6 février** sur votre point de dépôt habituel en même temps que votre panier mais dans un **sac ou carton nominatif à part**.

Sélection de **fruits et légumes** bio et de saison, **miels**, **pains** et **œufs** bio et bien sûr nos conserves bio artisanales "**La cuisine des Potagers**" : pesto basilic & noisette, soupes, veloutés, ratatouille, compotes, coulis de tomates, jus et sirops de fruits, gaspacho, tartinades de légumes, confitures, etc. Nous vous proposons également des produits "**Epicerie**" de différents producteurs : rillettes et pâtés, Granola, légumineuses, tisanes, crème et lait de coco, houmous et caviar d'aubergine, etc.



Pour consulter les produits proposés et/ou passer commande, rendez-vous sur votre espace Adhérent ( *votre identifiant est votre adresse mail et votre mot de passe est votre nom de famille TOUT en majuscule*) du logiciel CocagneBio et cliquez sur **"Passer une commande"**.

Le montant de votre commande sera prélevé en fin de mois en même temps que le prélèvement des paniers.

Pour toute question, contactez Laure au 01 64 49 52 80 ou [l.gibou@pdm91.fr](mailto:l.gibou@pdm91.fr)



## La recette de la semaine

Tarte poireaux, carotte & chèvre frais



Préparez la pâte : dans un saladier, versez **150 g de flocons d'avoine**, **75 g de farine**, **70 ml d'huile d'olive**, **70 ml d'eau froide**, une pincée de sel et mélangez à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à obtention d'une pâte homogène, puis malaxez et formez une boule. Réservez au frais.

Épluchez **1 oignon** et **3 carottes**. Émincez l'oignon et coupez les carottes en rondelles. Taillez **3 blancs de poireaux** en rondelles (gardez les feuilles pour faire une soupe), rincez-les et égouttez-les.

Dans une grande poêle, faites revenir l'oignon dans un filet d'**huile d'olive** pendant quelques minutes. Ajoutez les rondelles de carottes et les poireaux et poursuivez la cuisson à feu moyen pendant 15 min en remuant régulièrement. Assaisonnez avec sel et poivre.

Pendant ce temps, dans un saladier, fouettez **3 œufs** avec **200 g de chèvre frais** et **20 cl de crème fraîche ou de soja**. Assaisonnez avec un peu de sel, du poivre et une pincée de **muscade**.

Préchauffez le four à 180°C. Farinez votre plan de travail et étalez la pâte sur environ 3 mm d'épaisseur à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Déposez-la dans un plat à tarte de 26 cm de diamètre que vous aurez huilé et fariné au préalable.

Répartissez les légumes puis versez l'appareil au chèvre frais.

Enfournez pendant 35-40 minutes.

Servez chaud accompagné d'une salade de mâche ou de roquette.

## Composition des paniers

**Grand Panier** : 1 kg de pommes de terres\* (toute consommation), 1 kg de carottes\*, 1 chou frisé ou chou-fleur, 600 g de poireaux, 1 botte de roquette, 150 g de mâche, 1 salade

**Petit Panier** : 1 kg de pommes de terres\* (toute consommation), 1 g de carottes\*, 300 g de radis noirs, 1 botte de pourpier

*\*ces légumes proviennent de producteurs Bio et en circuit-court*

**Horaires d'ouverture de la boutique :**

mercredi et jeudi de 10 h à 18 h

vendredi de 10 h à 19 h

samedi de 9h30 à 13h

**Retrait des paniers à la Ferme :**

vendredi de 12h à 19h

samedi 10h à 12h30



## LA FERME DES POTAGERS DE MARCOUSSIS

Chemin du Regard, 91460 MARCOUSSIS - Tél. : 01.64.49.52.80

Directeur de la publication : Denis DUCHEMIN - Rédactrice : Laure GIBOU

Courriel : [l.gibou@pdm91.fr](mailto:l.gibou@pdm91.fr) - site : [www.lespotagersdemarcoussis.org](http://www.lespotagersdemarcoussis.org)

[Facebook](#) - [Insta](#)

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

