



La Feuille de Chou

L'EDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Comme vous le savez certainement, la vie de l'association est ponctuée d'une implication forte de ses bénévoles/administrateur(ice)s. Chacun(e) s'implique dans les projets, dans lesquels il (elle) se reconnaît, et pour cela, le Conseil d'Administration fonctionne par pôle (pôle production, communication, ressources humaines etc.).

Place pour l'édito de cette semaine, à l'un de nos administrateurs, Guy B., qui vous relate l'avancement du projet permaculture.

Laurent PACHOD - Directeur

Chères adhérentes, chers adhérents,

Dans son dernier édito, Laurent évoquait le démarrage imminent du **tiers-lieu**, le recrutement d'un « animateur », et le lancement probable d'un **espace permaculture** à Carmintran –sujet déjà succinctement abordé dans la « feuille de chou » de l'été- (semaine 30).

La création de cet espace vient, effectivement, de se confirmer grâce à l'accord d'une subvention spécifique du projet « *mieux manger pour tous* », obtenue auprès de l'Etat.

Deux objectifs assignés à cet espace :

- 1) Etre un lieu d'expérimentations autant que de besoin pour des porteurs de projets accueillis à « *la Popote* », et un espace utile au CFPPA pour la pratique de son module *formation à la permaculture* chaque printemps.
- 2) Servir de support pour une formation aux pratiques du jardin familial (module à créer) à destination des familles du territoire.
 - La conception et les contours de cet espace (300m²) ont été validés.

Pour un Panier

1	kg	Pomme de terre
1	kg	Chou lisse
2	pièce	Poivron
1	pièce	Salade

Selon dépôt :

Courgette 750 g - Haricot 550 g
Epinard 850 g

Lavez toujours vos légumes avant de les consommer.

FRUITS : Poire 1 kg – Pomme 1 kg

Frittata aux épinards et poivrons

12 portions

Préparation : 5mm **Cuisson :** 20mm

Préchauffer votre four à 190°.

- 1 cuillère à thé d'huile d'olive.
- ½ tasse (125ml) d'oignon émincé.
- ½ tasse (125ml) de poivron coupé en dés.
- 3 tasses (750ml) d'épinard coupé grossièrement.
- 6 œufs
- ¼ de tasse (65ml) de lait.
- 2/3 de tasse (165ml) de fromage cheddar râpé.
- Sel et poivre



Vaporiser un moule (12 muffins) d'huile et mettre de côté.

Faire chauffer l'huile d'olive dans une casserole à feu moyen. Ajouter les poivrons et les oignons et faire sauter pendant 5 minutes.

Ajouter les épinards et faites cuire jusqu'à ce qu'ils ramollissent. Retirer du feu.

Dans un grand bol, fouetter les œufs, le lait, le fromage, sel et poivre.

Ajouter le mélange d'œufs dans les moules. Remplir à moitié ou 2/3.

Ajouter les légumes. Faites cuire 20 à 25 mn.



La Feuille de Chou

- Sa réalisation concrète va s'étaler de novembre 2023 à mars 2024 ; elle va s'appuyer essentiellement sur du *travail bénévole* et une contribution d'équipes d'apprentis en formation au CFPPA (La Motte-Servolex) et de la Fondation du Bocage (Chambéry). Des renforts pourront vous être demandés *si besoin*.
- Par contre **le suivi permanent** de ce lieu devra être assuré principalement par des bénévoles : **C'est pourquoi nous faisons un appel à bénévoles- 5 à 6 personnes sur 2 à 3h par semaine - pour renforcer l'équipe actuelle.**

Pas de compétences techniques requises, ni forcément de connaissances *académiques*, mais une envie de mettre ses mains dans la terre, un sens de l'observation et une motivation pour apprendre sur le tas.

Pour celles et ceux qui seraient intéressé(e)s, laissez vos coordonnées *-sans engagement à ce stade-* au secrétariat : secretariat@terre-solidaire-savoie.org, et nous conviendrons d'une réunion plus explicative entre le 15 novembre et le 15 décembre pour vous en dire plus. Nous attendons vos retours et vous remercions par avance.

Guy Burleraux - Administrateur

LE COIN DE L'INSERTION :

Floriane vous avait annoncé des embauches à venir. C'est bien le cas, nous venons tout juste d'accueillir cette semaine Amèle. La dynamique d'embauche reste fragile, mais Floriane reste très active auprès des prescripteurs.

Sinon en cette période d'automne, nous concentrons les inscriptions des salariés à différentes formations. Deux formations en Français Langues Etrangères vont démarrer pour les salariés non-francophones. Ces formations sont importantes pour leur permettre de gagner plus rapidement en autonomie dans leur travail. De son côté Mohammad, embauché à Terre Solidaire depuis l'été 2022, va effectuer une formation en espaces verts pour acquérir les premiers gestes professionnels. Enfin, Kevin, qui a maintenant construit son projet professionnel pour la suite, continue avec assiduité sa formation en mécanique cycles. Il a dans ce cadre trouvé un stage, le deuxième dans ce domaine, ce qui va lui permettre d'élargir ses connaissances et compétences.

Corinne - Chargée d'insertion