









Les Jardins de Lucie



Réseau Coccagne

-  69 chemin du Tram
69360 COMMUNAY
-  04 72 24 68 30
-  adherents@jardinsdelucie.net
-  jardinsdelucie.reseaucocagne.asso.fr
-  Les Jardins de Lucie
-  lesjardinsdelucie ← Suivez-nous !

ECHO DES SALADES n°237

MARS 2023

EDITO

Un an déjà !!!

Il y a quelques mois, je vous partageais mes premiers pas aux Jardins. Je tâtonnais, découvrais, balbutiais quelques mots du langage maraîcher, je goutais les mille et un saveurs de nos bocalux, je confirmais mes connaissances du public en besoins de soutiens dans leurs parcours d'insertion. Il serait utopique de penser que tous les sujets sont maîtrisés, mais je commence à bien les appréhender. Entouré d'une équipe soudée, d'un conseil d'administration impliqué, me voilà rassuré et paré pour relever les défis d'aujourd'hui et de demain. Et ils sont nombreux : un équilibre budgétaire toujours plus fragile, des besoins en investissement pour moderniser notre outil de travail, donner et redonner du sens à l'accompagnement socioprofessionnel à l'heure où les enjeux et difficultés sociales s'accroissent pour nos salariés et pour toutes les personnes en situation de précarité.

Chacun de ces sujets, nous les appréhendons collectivement, soutenus par vous, adhérents. Quelques heures de bénévolats, un mot de soutien, beaucoup de bienveillance... et surtout une consommation de produits frais, locaux et bio !

Quand vous mangez sain, c'est toute l'association que vous faites vivre !
Alors continuez à parler de nous autour de vous ! A vos proches, vos amis, votre famille, vos voisins... nos légumes, nos bocalux, nos petits plats cuisinés n'attendent qu'à être dégustés ! Et nous avons encore de la place pour de nouveaux abonnés aux paniers !

Dans cet « Echo des Salades », vous allez retrouver plein d'histoires qui font l'actu des Jardins... vous trouverez également une nouvelle offre à destination des entreprises pour que, elles aussi, goûtent aux Jardins de Lucie et en découvrent toutes les saveurs. On vous invite à partager cette information avec votre chef(fe), votre directeur(trice)... Le monde de l'entreprise peut aussi contribuer à faire vivre notre association. Nous en développons tous les axes dans le petit flyer ci-joint.

Les Jardins de Lucie se partagent également par des instants de vie simples et festifs, où nous nous retrouvons. Alors à vos agendas !

- **Jeudi 27 avril**, à 19h aux Jardins de Lucie, pour une Assemblée Générale participative et conviviale, suivie d'un apéro partagé.

- **Samedi 6 mai**, de 10h à 13h, à l'occasion du *Printemps de Lucie*, où vous pourrez acheter des plants pour vos jardins/balcons, et partager un bon moment autour d'un verre et de mets cuisinés par La Fabrique !

- **Samedi 16 septembre**, à partir de 14h jusqu'en soirée, pour vivre *La Fête des Jardins* : visites des Jardins, animations pour petits et grands, concert, buvette, restauration, grand marché de producteurs bio & artisans ! On vous communiquera le programme cet été !

A très bientôt aux Jardins !!

Thomas RAFFAULT

Directeur des Jardins de Lucie
direction@jardinsdelucie.net

Marchés des Jardins

Mercredis : 10h - 12h30

Vendredis : 14h - 18h30

Chaque semaine, retrouvez

**NOS LEGUMES, BOCAUX
& P'TITS PLATS CUISINÉS**

**ainsi que les produits
d'autres producteurs bio :**

Le pain, les brioches et les pâtes de
La **Ferme de Ménajoc**,
les fruits et jus du **Verger Blond**
et de La **Ferme de La Lorende**,
les agrumes de Sicile de **Galline Felici**,
les œufs de **La Basse Cour Bio**,
le miel de **Thomas Genin**,
les noix de la **Ferme du Petit Chatillon**

Et selon les semaines, d'autres
producteurs se joignent à nous :

La Ferme de Chasse Nuage
(fromage de chèvre)

La Biscuiterie du Verger
(biscuits sucrés et salés)

Le Coq en vrac
(épicerie bio locale itinérante)

Terre d'Arjoux
(viande de porc)

Les Monts Fungis
(shiitakés frais et transformés)

Savon de l'Ozon
(produits cosmétiques naturels)

GAEC La Brabinette
(petits fruits rouges frais et transformés)

Les Jardins du Rémoulon
(tisanes et herbes aromatiques)

Artisans du Monde Vienne
Huile d'olive et miel de Crète

Etc...

Retrouvez le planning
sur notre site internet,
rubrique « Marché des Jardins »

Du côté du jardin : Quoi de neuf ?

Des légumes à « la plaine »...

Vous vous rappelez, on a récupéré, en 2021, entre autre, 1 hectare de prairie à « la plaine » chez Samia Matari ? Eh bien ça y est, nous allons le mettre en culture cette année !

L'objectif est de faire reposer des parcelles autour des Jardins, qui sont travaillées depuis plus de 20 ans en maraichage. Enfin ... « reposer » est un bien grand mot : nous y produisons des engrais verts, c'est-à-dire des mélanges de graminées, légumineuses et autres plantes, qui permettront de casser le cycle des légumes et qui, une fois broyés et incorporés au sol, le nourriront.

Une nouvelle organisation entre nous, encadrants maraichers, va être nécessaire pour se dégager du temps et aller faire des heures de tracteur sur le site de « la plaine ». En effet 20 minutes de tracteur sont nécessaires pour rallier le jardin à « la plaine ». Il va falloir réfléchir aux changements d'outils autrement, mais aussi à l'encadrement des salariés. En effet, aux Jardins, même si on est sur le tracteur, on reste toujours disponible pour les salariés. Là, lors-

qu'un d'entre nous sera sur l'autre site, il ne sera plus disponible... A réfléchir donc !

A « la plaine », l'idée de départ est de cultiver des légumes qui ne demandent pas beaucoup d'interventions manuelles, pour éviter trop de déplacements en voiture et aussi parce qu'il n'y a aucunes commodités sur place. Nous avons donc décidé pour cette année d'y implanter des courges à partir de mi-mai et des poireaux courant juillet. Outre les heures de tracteur, nous allons faire installer une borne d'irrigation mi-mars et monter notre réseau d'eau dans la foulée car vous savez bien que sans eau, pas de légumes.

Voilà un peu de nouveaux défis en perspective... En espérant que nous arriverons à les relever ! Nous vous souhaitons une belle nouvelle année légumesque aux Jardins !

Philippe, maraîcher encadrant



Choix de nouvelles variétés de légumes

Nous vous avons proposé, en fin d'année dernière, de vous exprimer sur les variétés de tomates et de courges que nous cultivons aux Jardins, animés par l'envie d'être à votre écoute, dans la mesure du possible techniquement, et dans l'idée de mettre en culture quelques nouvelles variétés. Vous avez été une trentaine à répondre : pas tant, mais suffisamment assez pour dégager quelques tendances.

La principale demande nous a surpris : concernant les tomates, vous plébiscitez les noires de Crimée, les roses de Berne, les ananas etc. Toutes des variétés que nous cultivons déjà aux Jardins, mais que vous avez rarement dans vos paniers pour 2 raisons :

- elles sont encore plus fragiles que les autres, qui ont déjà tendance à arriver cabossées chez vous
- elles ont un rendement entre 2 et 3 fois inférieur aux tomates rouges, tout en étant plus complexes à produire... mais nous ne pouvons pas les vendre 10€ ou 12€ le kg !

Ceci dit, il est entendu que vous aimeriez en avoir plus dans vos paniers ! Alors nous allons essayer ! Si l'un(e) d'entre vous a une idée pour mieux les protéger dans les paniers, n'hésitez pas !

Pour les courges et les carottes, c'est un peu le même constat.

Vous proposez cependant des variétés que nous ne cultivons pas : Tomate Roma, Brandywine, Kaki coing, Striped German et Savignac, Courge blanche du Dauphiné, Sucrine du Berry, Lady Godiva, Green Hokkaido, Bleue de Hongrie, Buttercup et Stripped Cushaw. Nous reprenons vos idées pour la vente de plants et garderons, pour les courges comme pour les tomates, un rang ou deux pour les essayer !

Merci à tous ceux qui ont pris du temps pour nous répondre, et n'hésitez pas à nous faire part de vos questions, de vos idées.

Delphine, maraîchère encadrante

La conservation des courges : complexe et technique !

Nous avons eu il y a quelques temps des échanges avec des adhérents sur nos courges, leur conservation, parfois leur vente « en kit » dans les paniers.

Deux raisons peuvent nous amener à découper les courges et assembler des morceaux, puis les emballer, avant de les vendre : la première raison (la moins fréquente) : nous avons du mal à obtenir des courges d'un poids homogène pour tous les paniers. La seconde raison est que nous devons parfois ôter une partie de la courge car elle commence à s'abimer.

Dans le 1er cas, nous essayons d'être équitable en sélectionnant des courges correspondant globalement au prix facturé dans le panier. Quand nous mettons une courge de 2,20€ dans un petit panier, nous essayons de sortir en moyenne 150 pièces entre 800g et 1,1kg : ceux qui ont 800g en ont pour leur argent, les autres, un peu plus. Mais il est parfois difficile de trouver la bonne quantité : nous sommes donc contraints d'en couper certaines pour qu'elles aient le poids recherché.

Mais la problématique de la conservation explique bien souvent la présence d'une courge découpée dans vos paniers. Cette question est complexe et technique et elle est très régulièrement abordée en formation. Elle a également fait l'objet de plusieurs essais à la station d'expérimentation régionale, car il est crucial pour tous les maraichers d'optimiser au mieux la conservation de leurs légumes et de limiter leurs pertes.

La conservation des courges en générale est liée à plusieurs facteurs : la maturité à la récolte (ni trop, ni pas assez), l'état sanitaire (présence de spores de champignons sur la peau, dans la plante), l'humidité dans l'air au moment de la récolte, le séchage, les manipulations et chocs, et enfin le stockage. Pour être idéal, celui ci doit avoir :

- une température stable autour de 12°
- un taux d'hygrométrie de 60% environ
- un volume et un renouvellement de l'air suffisant.

Aux Jardins, les courges sont récoltées en palox pour limiter les chocs de manipulation, et séchées quelques jours au chaud dans un tunnel, avant d'être rentrées dans un container isotherme qui nous permet de stocker 10 palox. Nous en récoltons en moyenne le double, globalement nécessaire pour approvisionner les paniers une partie de l'hiver : tout ne peut donc pas être stocké dans de bonnes conditions. Nous améliorons ce stockage d'année en année (container isotherme, VMC, déshumidificateur) afin de pouvoir prolonger la conservation au maximum, mais arrive inévitablement un moment où les courges commencent à s'abimer. De prochains investissements pourraient être une salle de conservation équipée d'étagères et mieux ventilée ; un investissement important qui améliorerait encore la conservation sans pour autant garantir une absence de perte. Nous pourrions également décider de diviser la production par 2 et de ne plus avoir de courges au-delà de Noël (fin décembre étant une limite pour les variétés les moins résistantes : potimarron, butternut, muscade, etc.), mais cela serait un gros manque dans vos paniers !

Delphine, maraîchère encadrante



Du côté de l'insertion socio-professionnelle

Qui dit début d'année, dit rédaction de bilans à destination des partenaires financiers. Nous faisons en sorte de rendre compte de manière précise tout le travail d'accompagnement effectué et de mettre en avant l'aspect qualitatif de nos missions.

Les entrées et les sorties

Bienvenue à Roland, Abdoul Karim, Christiane et Fernand, qui nous ont rejoint en ce début d'année, et bonne continuation à Hanna, Hervé, Ahmed, Zahara et Milagrosa, qui, eux, sont partis. Pour certains, il s'agit d'une fin de parcours ou de contrat, et pour **Milagrosa**, c'est le début d'une nouvelle aventure puisqu'elle a **signé un CDI d'agent des services hospitaliers chez ELIOR !** Bravo !

Visites d'entreprises

En février, 2 visites d'entreprises ont eu lieu. Le 10 février, 8 salariés en parcours sont allés à la rencontre de l'**entreprise GRUAU** (carrosserie industrielle et aménagement intérieur de tous types de véhicule), à Vénissieux, qui emploie une cinquantaine de personnes. Cette visite a donné l'envie à deux salariés de découvrir un peu plus l'activité. Des stages en perspective ? Affaire à suivre ! Espérons en tous cas que ce début d'histoire se termine comme celle de 2017 : suite à une visite de cette même entreprise, Sam, un de nos salariés a pu y effectuer un stage, puis a été embauché en CDI !



Le 16 février, 5 salariés sont partis à la découverte de l'entreprise d'insertion **Nouvelle Attitude**, à Mions. Son activité est principalement axée sur la collecte, le tri et la transformation du papier. D'autres activités ont été créées en complément : maintenance, réparation d'ordinateurs, récupération, réparation et revente de vélos de facteurs, nettoyage urbain... Après une présentation générale qui a suscité beaucoup de questions de la part de nos salariés, ils ont visité le hangar afin de mieux se rendre compte du processus de tri, et reconditionnement du papier. Une salariée, très intéressée, souhaite faire une période d'immersion dans l'entreprise. Autre affaire à suivre !

Ateliers collectifs

En cette saison d'hiver où le travail au maraîchage est moins important, nos salariés en profitent pour suivre des ateliers en lien avec l'insertion sociale et professionnelle. Différentes thématiques sont abordées : gestion du budget, droits et devoirs en entreprise, gestes et postures, alimentation saine, sophrologie, etc. Un de ces ateliers, animé par Marie-Laure, porte sur l'élaboration d'un projet professionnel, en parlant de la connaissance du salarié, de ses désirs et motivations à travailler.

Les stages

Depuis le début de l'année nous aidons nos salariés à dynamiser leur parcours d'insertion professionnelle. Certains d'entre eux sont passés par la case immersion en entreprise qui est un excellent outil si on veut découvrir le monde du travail, un secteur d'activité, confirmer un projet ou initier une démarche de recrutement.

C'est le cas de : Zalfata (en cuisine), Andlati (en maison de retraite), Daniel (en espaces verts), Fatiha (en fleuristerie), Bastien (dans le champs associatif), Guillaume (maintenance cycles puis dans la valorisation des déchets organiques) , Léa (en accueil) et Tegy (en tant que plaquiste). Des retours très positifs du côté des stagiaires et du côté des structures accueillantes qui nous permettent de mieux définir et valider les projets des personnes accompagnées.

Laurence, chargée d'insertion





Portrait, vie et profil d'une femme libre : Hakima

Hakima est née en 1973, dans le nord de l'Algérie, plus précisément dans la région historique de Kabylie, entre méditerranée et hauts plateaux bordés de sommets.

Hakima est berbère, a un prénom devenu rare depuis les années 70, signifiant 'juge équitable' en arabe.

Issue d'une famille nombreuse, composée de trois frères et 2 sœurs, Hakima poursuit ses études jusqu'à l'âge de 20 ans, avant de rejoindre l'entreprise familiale suite au décès de son papa. Elle fabrique alors en atelier des filets sportifs en tout genre (tennis, volley, cage de football) : petite entreprise de 4 personnes dans laquelle elle s'investira pas moins de 25 ans.

Sa vie suit un chemin tout écrit. Elle se marie, sans choisir, et part vivre à Alger avec « monsieur », puis dans l'ouest du pays, puis revient dans sa famille avec ses enfants, travaille de nouveau, avant de décider de quitter l'Algérie pour la France, une fois la nationalité française acquise.

Enfin naturalisée, comme son grand père maternel et sa mère précédemment, et ses enfants maintenant, elle rejoint Lyon où l'accueille sa maman en mai 2016.

Afin de pouvoir prétendre à effectuer des démarches administratives pour elle et ses enfants, elle doit justifier d'un certificat d'hébergement, que lui procure son frère en la logeant. Point de départ de l'intégration, facilité par sa maîtrise parfaite du français.

Sa vie est partagée entre ses enfants, 2 garçons, 1 fille. Leur scolarité et les démarches qui se révèlent ardues. Elle ne peut travailler, car doit s'occuper de son petit dernier, handicapé. Elle reste à ses côtés tous les jours.

Lorsque son fils obtient une place dans l'IME de Charly en internat, Hakima cherche un emploi, l'esprit libéré !

Un conseiller du Pôle Emploi lui propose directement Les Jardins de Lucie pour lui apporter une expérience professionnelle, nécessaire pour

toute promesse d'embauche future et durable.

C'est donc en février 2021 qu'elle arrive sous contrat aux jardins. Une année passée au maraichage, elle s'est reconnue et beaucoup plus dans cette activité, ses valeurs et ses fondamentaux, puisque, comme elle le dit, elle vient de la « campagne ».

En Avril 2022, après avoir refusé une première fois la proposition de peur d'être confinée dans un espace clos, elle accepte de rejoindre La Fabrique.

Durant ses deux années, se succèdent stages, formations, visites d'entreprises diverses, sorties événementielles, ateliers (sophrologie, théâtre, droits des femmes...) et une mission de 2 semaines dans une cantine scolaire.

A l'issue de cette « formation géante », Hakima souhaiterait trouver un emploi dans la restauration, sûre et fière de ses qualités et compétences ! Et surtout convaincue que son émancipation et sa liberté de faire et d'être, passe par l'obtention d'un emploi ou une activité rémunérée.

Aux Jardins, Hakima a trouvé une source de tranquillité et de fraternité, tout particulièrement avec Hanane, devenue son amie, et porte énormément de respect à toute l'équipe encadrante des jardins, qui ont su l'accompagner durant ces 2 années.

Mais lorsque que parfois, son moral est en berne, elle aime écouter Matoub Lounès, un artiste rebelle berbère qu'elle admire, malheureusement assassiné, qui lui parle de sa région et éveille sa conscience politique autour de son histoire et celle de la Kabylie.



Récit mit à l'écrit par Pascal

Quoi de neuf à La Fabrique ?

Ramène ton tupp' !

Antigaspi, antigaspi, antigaspi !
C'est un peu un mot d'ordre de La Fabrique.

Vous le savez déjà, nos petits plats cuisinés, que l'on vend sur nos marchés aux Jardins les mercredis/vendredis, à quelques épiceries les mardis, et sur commande de la part d'entreprises, associations, adhérents, sont préparés avec les invendus du marché !

En ce moment, l'équipe de la transfo se lance dans un nouveau défi : la vente des produits en vrac ! L'objectif ? Ne pas gaspiller, acheter la quantité dont on a besoin et réduire les emballages.

Plats cuisinés, cornichons, pickles, kimchi, légumes lactofermentés, choucroute, ... ils sont à la vente en vrac, dans la Roulotte des Jardins, lors des marchés du vendredi après-midi.

Pour cela, on vous invite à faire du zéro déchet avec nous, et à apporter vos contenants (tupp, bocaux...) ; c'est juste une bonne habitude à prendre !! Psssst les têtes en l'air ! Vous avez oubliés vos tupp à la maison ? Pas grave, ça arrive : on peut vous dépanner et vous servir dans des contenants que vous nous rapporterez la fois prochaine !

On compte sur vous !

L'équipe de la fabrique



Les 24h du Jeu de Montseveroux

Les 4 et 5 février, nous avons répondu présents à l'appel de l'équipe organisatrice des 24h du jeu de Montseveroux, pour nourrir les centaines de personnes qui ont participé à 24h de jeu non-stop. C'est le principe de cette manifestation qui a lieu chaque année au Château de Montseveroux et qui regroupe des joueur.euses de 0 à 97 ans et des jeux de toutes sortes (jeux de rôle, jeux de société, jeux d'imitation, kapla, belote, baby-foot, escape Game...). Du samedi 14h au dimanche 14h, non-stop ! Oui oui, même la nuit ! Une belle équipe de bénévoles, connaissant les règles de tous les jeux, sont là pour accompagner les participants !

Entre deux parties, les joueur(euse)s sont venus se restaurer et déguster nos burgers végé (pains et galettes, maison, s'il vous plaît !), nos légumes rôtis au four à bois de Jean-Marie (alias JM Le Pain, notre ancien boulanger), nos muffins et chaussons aux légumes, assiettes de fromage/crackers et tartinades du jardin, notre tajine de cardon, etc...

Merci encore aux nombreux bénévoles et salarié.es qui sont venus pour que cela soit possible et que même la vaisselle participative devienne un jeu !!

Delphine, encadrante à La Fabrique

Les p'tits plats cuisinés des Jardins, en bocaux !

Pas le temps et/ou l'envie de cuisiner ce soir ? Heureusement, l'équipe des Jardins de Lucie a prévu le coup ! Dahl, curry de légumes, ratatouille, piperade, bouillabaisse végé, tajine de cardons, soupe harira... Ayez toujours un petit stock de secours dans votre placard !

Ouvrez le bocal, faites réchauffer à feu doux. En parallèle, faites cuire un peu de riz blanc, et hop, c'est prêt !

Retrouvez nos bocaux aux Jardins sur nos horaires de marchés, ou dans vos paniers en passant commande sur <https://jardinsdelucie.cocagnebio.fr/>



Recette de La Fabrique : La tarte amandine au céleri !

Betterave, courge, carotte... les légumes, un à un, s'immiscent discrètement dans les desserts de la Fabrique. Et oui, qui a dit qu'ils n'avaient leur place que dans les plats et les entrées ? Essayez. Goutez une patate douce les yeux fermés et imaginez là dans un gâteau moelleux et aéré. La patate douce, je concède, c'est facile : son goût est doux et sucré. Alors, retentez l'expérience avec un bout de céleri rave. Là, c'est moins facile, n'est ce pas ? Moi non plus, je n'aime pas le céleri rave. Pourtant la première fois que je l'ai goûté caramélisé dans du beurre et du sucre, j'ai remis ce principe en question. Et vous allez le faire vous aussi, dès que vous goûterez la **tarte amandine au céleri**.

Les ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 400g de céleri rave épluché
- 3 càs de jus de citron
- 25g de beurre
- 40g de sucre de canne

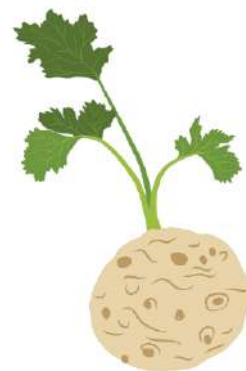
Pour la crème amandine :

- 30g de farine
- 75g de sucre de canne
- 2 œufs
- 80g de beurre ramolli
- 75g de poudre d'amandes

Préparation :

Laver, éplucher et couper le céleri en bâtonnets. Les faire cuire dans de l'eau citronnée 25 min. Les égoutter. Les faire revenir dans le beurre et le sucre pendant 5 minutes.

Préparer la crème d'amandes. Fouettez le beurre ramolli avec le sucre. Ajoutez les œufs, la farine et l'amande en poudre. Mélanger. Foncer le moule préalablement beurré. Ajouter la crème d'amandes et aligner les bâtonnets de céleri en les enfonçant dans la crème. Enfournez environ 30 minutes à 175°C. Laisser refroidir avant de démouler.



Quand à moi, je reviens en juillet pour tenter de nouvelles expériences légumeresques =)

Amélie, renfort encadrante à La Fabrique

Un projet de Tiers-Lieu à Communay

Depuis quelques mois, pour ne pas dire quelques années, l'équipe des Jardins de Lucie se questionne sur comment donner plus de place à ses adhérents, bénévoles, amis, voisins, inconnus.

Lors d'un travail effectué avec un intervenant extérieur pendant une année dans le cadre d'un DLA (Diagnostic Local d'Accompagnement), nous avons essayé d'analyser les Jardins, ses différentes activités, ses partenaires, ses missions, ses valeurs... et de réfléchir à ce qui permettrait aux adhérents d'avoir plus de place dans le projet.

C'est à ce moment-là qu'est née l'idée du « Tiers lieu », où les Jardins de Lucie pourrait s'investir avec d'autres associations, administrations, particuliers, et créer un espace de partage à Communay, qui réponde aux nombreuses idées, sollicitations de nos adhérents.

Lors de notre grande réunion de fin d'année Conseil d'Administration/équipe permanente, il a été décidé de créer un groupe projet qui étudie cette nouvelle idée ! Nous avons la chance d'accueillir Karen Sframelli en stage (voir son article de présentation) et qui a la charge de cette

question au sein des Jardins, en binôme avec Delphine Bessot.

Un groupe projet d'une dizaine de personnes (adhérents, membres du Conseil d'Administration, salariés, autres associations) est au travail. Le groupe s'est déjà réuni deux fois, à raison d'une rencontre tous les mois afin de recueillir les besoins du territoire, visiter d'autres tiers lieux et organiser un premier événement « **tiers lieu éphémère** », qui aura lieu **le vendredi 9 juin en fin de journée**, sous la **Halle de Communay**, pour faire connaître l'idée au plus grand nombre.

N'hésitez pas à nous rejoindre si cette question vous intéresse ! Le groupe est grand ouvert !

Commission « tiers-Lieu »



Animations pédagogiques : ateliers cuisine au Foyer ADOMA

Le rituel est presque toujours le même... La liste des légumes de saison est envoyée par email avec quelques suggestions de plats salés et sucrés. Quelques heures plus tard, un mail ou un appel, avec le choix du menu et le nombre de convives à table. C'est très important pour ensuite calculer les quantités et faire les courses.

Quelques jours plus tard, garée sur le parking, je décharge ma caisse de légumes, mes courses ainsi que mon matériel de cuisine... direction la cuisine ou la salle commune du foyer. J'arrive au moment du petit déjeuner : un simple café pour certains, biscottes-beurre-confiture, jus, café pour les autres. Les résidents émergent doucement, les gestes sont parfois lents, consécutifs à des nuits courtes, des prises de médicaments, des vies compliquées tout simplement. Et puis il y a Frédéric, Philippe, Catherine, Aurore, Leila, ... qui m'attendent un peu plus et manifestent un vif intérêt pour les légumes frais du Jardin, et pour l'atelier. Ils sont prêts à éplucher, couper, mélanger, pétrir, assaisonner. J'attends que les autres résidents finissent de prendre leur petit déjeuner, je prépare l'espace de travail, sort les ingrédients et le matériel. Et nous voilà partis, ma petite équipe de 3 à 4 résidents et moi-même pour environ 2h30 de cuisine pour préparer le repas du midi.

Chacun va à son rythme ; il y a ceux qui ont l'habitude de cuisiner et parviennent à rester toute la durée de l'atelier. Il y en a d'autres qui aident un peu, puis font une pause cigarette ou une pause tout court car ils sont un peu fatigués. Un problème physique, un soin de l'infirmière, un manque de concentration se rappellent à eux et

il faut s'arrêter quelques instants. Pas de soucis, on prend le temps et on compose avec les capacités des uns et des autres sans jugement. L'objectif, au-delà de la préparation du repas, est aussi et surtout de pouvoir s'évader de leur quotidien parfois compliqué le temps de ces quelques heures passées en cuisine.

Il est maintenant midi, les cuissons se terminent. Bruno, Samuel, Pierre, ...eux n'ont pas participé à l'atelier mais sont en charge de dresser la table. L'équipe de cuisine est fatiguée. Cette activité leur a demandé un effort plus intense qu'à leurs habitudes. Mais ils sont fiers d'avoir participé à l'élaboration du repas. Oui, cela se lit dans leurs yeux !

On passe à présent à table : les repas des Jardins de Lucie sortent clairement de leurs habitudes... c'est végétarien et en plus, il y a souvent des légumes ou autres bizarreries jusque dans les desserts ! Au fil des interventions, c'est intégré. L'étonnement et le scepticisme du début font peu à peu place à la (re)découverte de légumes, de saveurs, pour finalement être appréciées. Tantôt le repas est animé de discussions et d'échanges, tantôt il est plus calme, mais les résidents semblent apprécier cette parenthèse culinaire où ils se retrouvent ensemble.

Depuis quelques années, c'est donc ainsi que sont ritualisées mes interventions au sein des foyers Adoma, et plus particulièrement les pensions de famille Charles Beaudelaire à Vénissieux et Rochecardon à Vaise, où j'interviens régulièrement depuis deux ans.

Emilia, chargée des animations pédagogiques

5 bonnes raisons d'organiser un séminaire aux Jardins !

Parce que le monde de l'entreprise peut aussi contribuer à faire vivre notre association, nous avons développé une offre autour de 4 axes : insertion (visite d'entreprises, stages pour nos salariés en insertion, recrutement) / offre de paniers / mécénat / organisation de journées « team bulding solidaire »

<p>RAISON 1</p> <h3>Agréable</h3> <p>Vos équipes passent un moment unique. Ils se retrouvent autour d'une activité qui a du sens.</p>	<p>RAISON 2</p> <h3>Utile</h3> <p>Vous supportez financièrement une structure prônant les valeurs de Solidarité, Santé alimentaire, Respect de l'environnement</p>	<p>RAISON 3</p> <h3>Inédit</h3> <p>Vous cherchez une idée nouvelle. Nous proposons dans un lieu insolite, des ateliers cuisine, la découverte du maraîchage, la réalisation de bocaux...</p>	<p>RAISON 4</p> <h3>Fun</h3> <p>Ce sont les participants qui en parlent le mieux :</p> <p>«L'atelier cuisine est très enrichissant pour découvrir de nouvelles associations de saveurs et ludique. Moment convivial et sympathique entre collègues, à refaire sans hésitation !!!»</p>	<p>RAISON 5</p> <h3>All inclusive</h3> <p>Nous prenons en charge votre équipe de 5 à 25 personnes pour :</p> <ul style="list-style-type: none">-1 ou 2 ateliers (maraîchage, conserverie, cuisine)-la visite des jardins,-un repas bio végétarien
--	---	---	---	--

Un article qui tombe au poil ! Ou au poêle !



La société A L'EAU SOLAIRE, située en Isère, a fait don à l'association d'un poêle à granulés flambant neuf, ainsi que tous les tuyaux nécessaires à son raccordement. Avant, on avait tous froid, maintenant on est tous de bon poil lorsque l'on se retrouve au café ou lors de la pause méridienne. Il faut dire qu'il est tombé pile-poil car notre ancien poêle était en fin de vie (résistance, ventilateur, coupures fréquentes) et cela nous faisait hérissier les poils. Donc un grand merci à Laurent pour son geste très généreux.

En première approche ce poêle à pellets semble non seulement chauffer mieux, mais aussi consommer moins de granulés. Pour info, nous consommions à un poil près 2 palettes de granulés par an. Il est notable qu'il est programmable et s'éclaire seul le matin et s'arrête seul le soir (sauf les samedis et dimanche).

Du coup on a repris du poil de la bête et on a même prévu de fermer la salle de cantine à l'aide de deux portes coulissantes afin de pouvoir isoler cette salle qui sert de plus en plus aux formations ou à

la réception de groupes extérieurs.

Comme on n'a pas un poil dans la main, on a aussi prévu de démocratiser l'utilisation du poêle à granulés au travers de présentation aux salariés, de fiches de maintenance et autres tutos.

Bon, on s'enflamme pas trop quand même !

Marco, factutum de luxe

Au revoir Jacques, et merci pour tout !

Jacques Genin est décédé le 01/02/2023 d'un accident de tracteur.

Il avait 84 ans et depuis 22 ans soutenait inconditionnellement Les Jardins de Lucie.

Avec son frère François, ils avaient convaincu leurs frères et sœur de nous louer et vendre les parcelles de terrain dont nous avons besoin.

Dès juin 2000, il était présent et nous rendait toujours visite, discrètement et avec plaisir.

Je vous transmets un extrait du texte que j'ai lu à ses funérailles. C'est un pan d'histoire des Jardins de Lucie en deuil, c'est un ami qui est parti.

« Jacques, mon ami.

Tant de souvenirs... Que d'émotions partagées, tes convictions, ta gentillesse, têtu aussi, tes animaux que les enfants adoraient aller voir, les lapins, cochons d'inde, poules, pigeons, canards, tourterelles et canaris, et aussi les légumes et les framboises.

Les Jardins de Lucie, on ne peut pas passer à côté quand on parle de toi.

Avec François, vous avez dû bien rigoler de nous voir arriver en juin 2000, Khadija, Thomas et moi.

Vous aviez déjà tout imaginé : la transmission de vos terrains, les serres, la production en bio évidemment (même si parfois tu trouvais que c'était

un peu trop enherbé), les bâtiments, les nombreux salariés, la belle vie associative. Tu aurais même voulu des logements juste à côté, pour les personnes en difficultés que les Jardins accueillent encore aujourd'hui.

On te doit tant... toujours là pour nous soutenir, donner un coup de main, admirer, visiter.

On te doit tant... discret, faiseur, gentil, tenace, humble, militant.

Droit dans tes bottes, Jacques. Merci Jacques. »

Nous pensons à toute sa famille avec toute notre affection.

Muriel Verdone, retraitée, co-fondatrice et ancienne directrice des Jardins de Lucie



Jacques (à droite) et François, à la Fête des 20 ans des Jardins

Nouvelle recrue aux jardins : Karen, qui passait par là



Une histoire de chemin que l'on croise... Parce que la vie est comme ça : imprévisible n'est ce pas... Et voilà que l'histoire commence en 2017, par hasard au gré d'une recherche d'atelier pour transformer les surplus du jardin de mon mari maraîcher en Bio (fraîchement reconverti). Ainsi j'arrive à la rencontre de La Fabrique ! Eux... ils font de belles choses... ils sont dans l'humain, et ... ils les cuisinent leurs bocaux ! Alors GO ! L'aventure commence comme ça : tout simplement... Viennent des moments où je prête mes petites mains pour participer aux activités, aux idées : qu'est ce que j'aime ça ! C'est bien loin du réseau SFR, des projets et des problématiques techniques sur lesquelles je travaille... Parce que oui, je ne suis pas d'ici, mais : Les Jardins de Lucie m'ont accueilli !

Bon an mal an, je continue chez SFR pendant que l'on fait connaissance. Je croise les uns, les autres : que de belles personnes... Et puis de temps en temps, et de plus en plus souvent, je me dis que je m'y sens bien ici... C'est plein de vie ! Plein de parcours qui se construisent, s'enrichissent... Du partage, de la Solidarité, des projets qui se discutent... et Les Jardins qui me tendent la main... Ahaha : me voilà dans une nouvelle histoire, un chemin qui bifurque,... une histoire de reconversion quoi ! Avril 2022, au revoir SFR ! Septembre 2022, je retourne quand même sur les bancs de l'école pour avoir quelques bagages : il me faudra 2 ans, RDV en septembre 2024. En parallèle, je contribue à l'étude de cette belle idée de Tiers-Lieu à Commanay : lieu de liens.

A la fois stagiaire, bénévole, étudiante... je continue à faire mon petit colibri... Je déplace mes quelques gouttes et je tente de "faire ma part" !

Karen, chargée du projet Tiers-Lieu



[Agenda] Vos rendez-vous aux Jardins en 2023



Jeudi 27 avril, à 19h **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE**

des Jardins de Lucie
suivie d'un apéro partagé,
pour parler de nos projets, de la
pluie et du beau temps !



Samedi 6 mai, de 10h à 13h **PRINTEMPS DE LUCIE**

- Au programme :
- Grande vente de plants bio
 - Marché [légumes & bocaux]
 - Visites du Jardin
 - Buvette et petite restauration
 - Restitution du travail artistique des artistes Lundy Granpré, en résidence aux Jardins



Samedi 16 septembre **FÊTE DES JARDINS**

- Au programme :
- Grand marché de producteurs bio & artisans locaux
 - Visites des Jardins
 - Animations pour petits et grands
 - Buvette et restauration
 - Concerts

L'équipe des Jardins de Lucie

Abdellatif . Abderemane . Abdoul Karim . Basem . Bastien . Cécile . Christiane . Christine . Claire . Daniel . David . Delphine . Delphine . Djiby . Edith . Emilia . Eric . Estelle . Fatima . Fatima . Fernand . Guillaume . Hakima . Hanane . Jean . Jean Philippe . Laurence . Laurent . Lewa . Marc . Maria . Marianne . Marie Laure . Marinela . Meriem . Mohammad . Nadire . Nyima . Oksana . Omar . Philippe . Philippe . Quentin . Renata . Roland . Saïda . Sébastien . Serife . Soazara Lea . Tegy . Thomas . Valentine . Zalfata