ÉCHO DES SALADES n°250

NOVEMBRE 2026

69 chemin du Tram
69360 COMMUNAY
04.72.24.68.30
adherents@jardinsdelucie.net
jardinsdelucie.cocagnebio.fr
Les Jardins de Lucie

Marchés hebdos
auxJardins de Lucie
Mercredis : 10h - 12h30
Vendredis : 14h - 19h
(18h30 de janvier à mars)





EDITO

« Un été mouvementé, de beaux projets et toujours la même énergie ! »

À toutes et tous,

Si l'été est souvent synonyme de soleil et de douceur de vivre, celui que nous venons de traverser nous aura plutôt donné du fil à retordre ! Entre les épisodes de canicule, les orages de grêle et les fortes précipitations, les corps et les cultures ont été mis à rude épreuve. Pour nos équipes de maraîchage, il a fallu s'adapter, recommencer parfois et continuer à avancer malgré des conditions particulièrement difficiles. Il n'y a pas assez de superlatif pour saluer leur courage, leur assiduité et leur engagement sans faille. Jour après jour, avec ténacité, les salariés ont poursuivi leur travail avec sérieux et détermination.

Aux Jardins, les saisons apportent aussi leur lot de projets enthousiasmants et structurants. Après quelques weekends d'octobre et de chantiers bénévoles-salariés pour préparer le terrain, le début du mois de novembre marquera une étape importante avec le lancement des travaux de construction du bâtiment des Halles de Lucie. Ce projet va nous permettre de poursuivre la consolidation de nos activités et d'améliorer fortement nos conditions de travail. Une nouvelle page s'ouvre pour notre association, et nous avons hâte de voir ce projet prendre forme !

Bien sûr, nous n'échappons pas au contexte économique actuel. Comme beaucoup d'associations, nous ressentons la hausse des coûts et les tensions qui pèsent sur nos équilibres financiers. La vigilance est donc de mise pour préserver nos activités et notre mission d'insertion.

Mais nous avons un atout précieux : notre collectif adhérents, bénévoles, salariés !

Le mois de novembre sera également celui des mouvements, avec une équipe qui se recompose après les départs de septembre. Je tiens à remercier pour leur engagement sincère celles et ceux qui ont quitté les Jardins pour se lancer dans de nouvelles aventures. Un grand « bienvenu » également à celles et ceux qui prennent ou reprennent leur place dans l'équipe pour continuer à faire vivre les Jardins.

C'est avec cette belle énergie collective que nous préparons déjà 2027, que nous espérons être une nouvelle belle aventure partagée ! Alors, gardons les pieds dans la terre, le regard tourné vers l'avenir et la conviction que, ensemble, nous sommes plus forts !

À très bientôt aux Jardins de Lucie,

Thomas RAFFAULT,
Directeur

Quoi de neuf à la Fabrique ?

Témoignage d'Isabelle, bénévole

Les Jardins de Lucie à Communay, un Jardin pas comme les autres !
J'ai découvert les Jardins de Lucie lors d'une invitation d'Emilia, chargée d'animation pédagogique, pour quelques bénévoles du Secours Populaire de Ternay. J'avais, lors de cette matinée, pu visiter tous les espaces de maraîchage mais aussi les serres, les salles de préparation des paniers, la cuisine, le jardin pédagogique ...

Ces grands espaces sont aménagés pour recevoir les personnes en reconversion, leur offrir des activités de culture et de cuisine. Les personnes sont accompagnées par toute une équipe passionnée et bienveillante. Ils y découvrent le travail de la terre, l'art de préparer les légumes frais ou cuisinés. Dans ces beaux espaces de culture biologique, les liens se tissent, tout comme les valeurs collectives, et le goût de l'effort se reconstruit afin de retrouver un sens à la vie et une confiance en soi, si précieuse .
Comment ne pas être séduite par cette énergie qui émane de toutes ces personnes qui animent les Jardins ? C'est bien pour cela que cet été 2026 je me suis décidée à voir si je pouvais y trouver ma place pour les aider. Les bénévoles y sont toujours les bienvenus car les besoins sont grands.
Les valeurs me convenaient tout à fait, l'équipe était accueillante et chaleureuse, il ne restait plus qu'à choisir l'activité qui me convenait le mieux. Sans négliger que je pouvais aménager cette aide en fonction de mes disponibilités !
J'ai donc fait le choix de transformation des légumes, en plats cuisinés mais aussi en bocaux, tout comme l'étiquetage et la préparation des commandes prévues pour les livraisons à l'extérieur.
Ma première rencontre en août avec l'équipe qui encadre les cuisines et les personnes qui y travaillent quotidiennement a été une réelle surprise. Je me suis sentie presque chez moi. J'ai très vite lié des contacts avec les personnes employées. Elless étaient une petite dizaine, très appliqués et concentrées sur leur travail mais toutes très souriantes. Je me suis empressée d'apprendre leur prénom. Ce ne fut pas un exercice facile, certaines étaient en France depuis peu et répéter leurs prénoms ne fut pas chose facile … Mais je me suis bien amusée à la fin de cette matinée en leur demandant, à mon tour, de répéter mon prénom. Et nous avons ri de bon coeur ! Ce qui renforça forcément nos échanges suivants.
Ce fut le cas, je quittai ce groupe fort sympathique en leur disant "à jeudi prochain". Je reçus signes et sourires attestant que je pouvais intégrer cette belle équipe.

Aujourd'hui début octobre, j'ai fait ma place. Les petits gestes d'affection sont nombreux. Le travail y est sérieux et chacun s'y emploie. Les encadrants y sont précieux, tellement impliqués et je les en remercie.
J'en profite aussi pour développer par-ci, par-là, l'activité de langage que j'affectionne particulièrement, ayant participé dans le passé à des ateliers socio-linguistiques. Tout en travaillant, chacun à sa guise, renforce sa connaissance de la langue française.

Des ateliers de cuisine sont organisés pour des séminaires, ou bien pour des classes par Emilia.
Les Jardins sont aussi en fête à Noël et en été. Les activités sont nombreuses et l'aide des adhérents et des bénévoles à ces beaux Jardins, y est nécessaire.

Isabelle, bénévole





Animations pédagogiques

Hors les murs et grand écart… quand l'alimentation joue le trait d'union

Les "ateliers cuisine et alimentation" que nous animons peuvent se faire aux Jardins mais aussi hors les murs, au sens littéral, c'est-à-dire en plein air. Dans le jargon Cocagne, nous appelons ça de la "*Cuisine de rue*".
Alors en cette rentrée, montons à bord de ma petite voiture et rendons-nous dans deux endroits hors les murs bien différents l'un de l'autre.

La première étape nous conduit à Saint-Fons, dans l'allée d'un immeuble, qui s'apparente à un couloir à ciel ouvert. Il est géré par un bailleur social avec qui nous sommes en partenariat pour l'animation de cinq ateliers cuisine en pied d'immeuble en 2026-2027
Sur cette première animation, pas de cuisine afin d'appréhender l'environnement et de rencontrer les résidents. Au menu, un atelier de dégustation de gâteaux choco mystère (comprendre chocolat-légume) et des quizz autour de l'alimentation. Nous sommes en cours d'installation, avec mon partenaire, facilitateur de lien social depuis à peine dix minutes, qu'un premier habitant arrive à hauteur de notre stand mais il n'a aucunement l'intention de manger ou de jouer… non, il est venu pour se plaindre de son logement et de l'environnement global de la résidence, visiblement pas très serein. Pendant plus d'une demi-heure, ce monsieur sera vindicatif auprès du bailleur. Il sera rejoint par d'autres habitants dans le même état d'esprit.
Parler alimentation, pourquoi pas ? Parler insalubrité des logements, insécurité, oui c'est clairement la priorité des résidents. Ce n'est qu'une heure après notre arrivée que l'une des familles inscrites arrive : une femme avec ses enfants. Nous invitons aussi une jeune fille rentrée du collège à venir participer. L'animation peut alors commencer : dégustation à l'aveugle et quizz sur l'alimentation. Quelques autres résidents passent et s'arrêtent timidement le temps de quelques minutes. Les personnes ayant participé à l'animation, et notamment les enfants, ont témoigné d'un vif intérêt en prenant part activement à l'animation. Mais cette première animation s'est faite dans un climat et un environnement un peu électrique et hostile qu'il nous faudra appréhender, afin de pouvoir envisager de parler alimentation et réaliser quelques petites recettes en pied d'immeuble.

Une dizaine de jours plus tard, ma petite voiture nous conduit à Orliénas, petite ville en zone rurale des Monts du lyonnais, pour animer un atelier cuisine sur le marché de plein vent, dans le cadre de la semaine du développement durable. Autre lieu, autre ambiance ! Lorsque nous arrivons sur place, ce qui est un peu menaçant, ce sont les nuages qui annoncent la pluie. Mais cela est beaucoup plus gérable d'autant que nous sommes installés sous le hall de la place, sans mur mais avec un large toit. Dès notre arrivée pour nous installer, nous sommes chaleureusement accueillies par l'équipe organisatrice : grand chariot pour transporter notre matériel de la voiture à notre emplacement, café et à l'écoute lorsque nous avions besoin de quelque chose.
C'est un public juvénile enthousiaste et investi qui s'est invité à nos tables pour la confection des recettes. Un public adulte nous a rejoint plus tard, curieux et intéressé d'échanger avec nous sur les recettes proposées, l'alimentation en général et notre structure.
A peine une vingtaine de kilomètres séparent le quartier urbanisé de Saint-Fons de la place du marché rurale d'Orliénas. Une petite distance géographique mais un grand écart en termes de profils de participants, d'approche culinaire, de méthodes d'animation. Malgré ça, l'alimentation, au-delà de nourrir, joue alors ce rôle de trait d'union révélant une source de diversité et de rencontres humaines.



Emilia, chargée des animations pédagogiques

Du côté de l'insertion

Immersion : une belle découverte humaine et professionnelle

Nous avons eu le plaisir d'accueillir Sonia en PMSMP Période de Mise en Situation en Milieu Professionnel pour son 1er stage en tant que CIP, elle va nous en dire quelques mots :

"Pendant quelques jours, j'ai eu la chance de découvrir les Jardins de Lucie de l'intérieur. Une immersion riche en rencontres, en découvertes et en bonne humeur !

Dès mon arrivée, Marie Laure et Séverine m'ont accueillie avec beaucoup de bienveillance, malgré des plannings déjà bien remplis. Elles ont pris le temps de me mettre à l'aise et de me faire découvrir leur métier, tout en me permettant de comprendre progressivement l'organisation et le fonctionnement de cet écosystème où chaque activité trouve sa place.

À la rencontre de Thierry et Barbara, j'ai découvert la Fabrique. Dans un laboratoire sérieux et parfaitement organisé, les créations ne cessent d'évoluer, toujours avec cette volonté de diversifier les préparations et de régaler les papilles. Ici, le travail se fait avec rigueur, mais toujours dans la bonne humeur !

Puis vient le moment tant attendu du maraîchage. Dans un cadre exceptionnel, les encadrants Delphine, Céline et Julien ont su me mettre à l'aise et les salariés m'ont accueillie avec enthousiasme, motivation et attention. Une belle énergie collective qui donne envie de participer et de s'investir à leurs côtés.

J'ai également eu la chance de découvrir les différents projets des Jardins grâce aux réunions d'équipe animées par Thomas, passionné et profondément engagé pour l'environnement et le bien-être de chacun. Comme je l'ai entendu dire : « *Les planètes semblent toutes alignées* ». Une phrase qui résume bien l'esprit de ce lieu, où les valeurs humaines, l'environnement et l'insertion se rejoignent.

Je comprends mieux pourquoi les salariés s'y sentent bien et pourquoi les bénévoles s'investissent autant. L'engagement d'Emma, qui sait leur donner une place et favoriser leur participation, contribue aussi à cette belle dynamique collective.

Et bien sûr, comment ne pas parler des stars incontestées des Jardins : les fruits et légumes, frais, savoureux et délicieux !

Un grand merci à toutes et à tous pour ces quelques jours passés avec vous, pour votre accueil, votre disponibilité et le partage de vos expériences. Je repars avec de belles découvertes, de nouvelles rencontres et l'envie de revenir très vite… cette fois-ci, aux côtés des bénévoles !

A très bientôt aux Jardins de Lucie !"

Sonia, stagiaire CIP

Côté insertion

Comme chaque année à cette période nous préparons l'entrée dans les formations et les ateliers.

Fouad, Murhaf et Abdulali vont partir en formation à l'ALPES à Lyon.

Fouad va faire une formation « compétences clés », une journée par semaine.

Il va travailler le français, comprendre des consignes/informations données oralement au travail et les reformuler, se présenter à un interlocuteur, expliquer un problème/rendre compte d'une difficulté rencontrée et également prendre rendez-vous par téléphone…

Il va travailler sur la lecture des sms/mails transmis dans le cadre de son emploi et de sa vie quotidienne, comme lire un courrier administratif/médical…

Murhaf et Abdulali vont faire une formation pour passer un DELF, Diplôme d'Etudes en Langue Française, ils iront une journée par semaine en formation et l'an prochain ils passeront leur examen pour obtenir leur diplôme.

Pour cet hiver nous avons prévu différents ateliers: numériques, alimentations, CV, gestion des émotions, connaissance de soi…

Du côté des entrées/sorties depuis le mois de juin : Matéo et Jérémy sont partis en formation, en BTS pour Matéo et en CAPA pour Jérémy.

Christiane va prendre une retraite bien méritée.

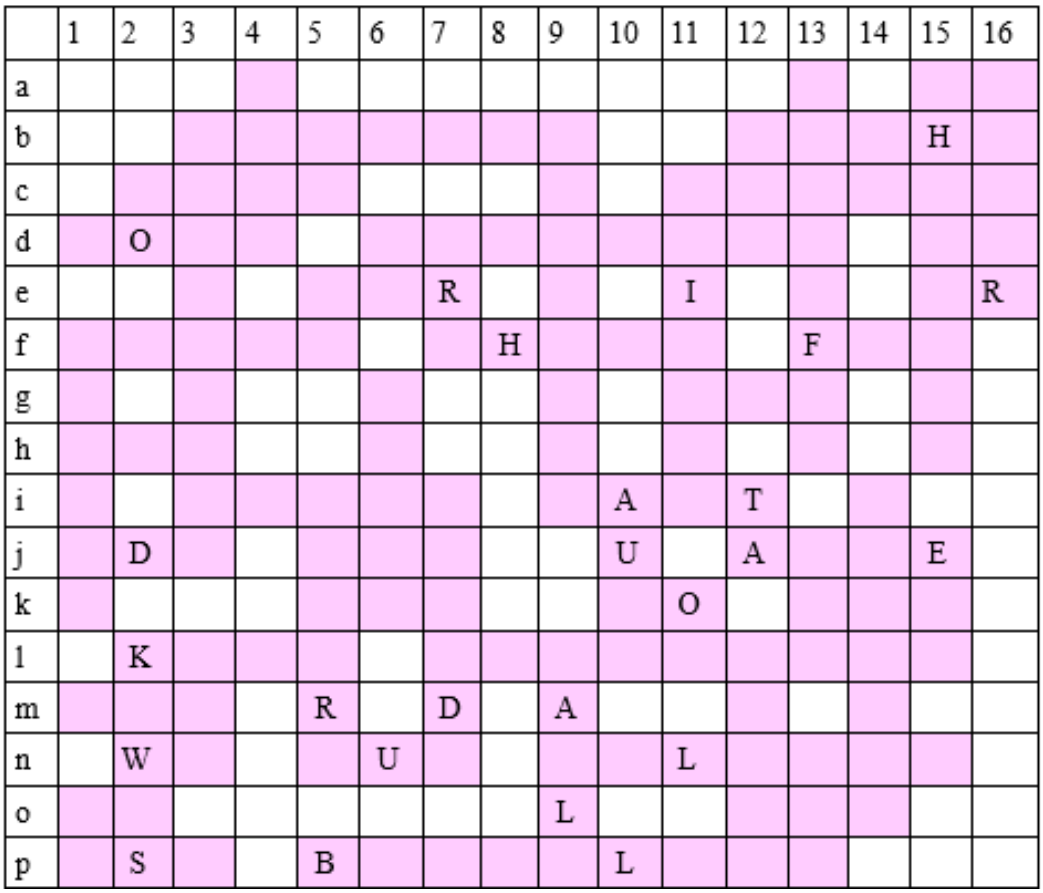
Razia, Inès et Déborah ont terminé leur contrat et vont rapidement trouver une suite dans leur parcours.

Nous avons eu le plaisir d'accueillir : Benali, Fatima, Nuray et Tatshat. Nous leur souhaitons une expérience enrichissante aux Jardins, bienvenue à eux.

Marie-Laure,
Responsable Pôle insertion socioprofessionnelle

Mots croisés des Jardins

Retrouvez les solutions dans notre NewsLaitue ou au marché des Jardins



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
a				■									■		■	■
b			■	■	■	■	■	■	■			■	■	■	H	■
c		■	■	■	■				■		■	■	■	■	■	■
d	■	O	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■		■	■
e			■		■	■	R		■		I		■		■	R
f	■	■	■	■	■		■	H	■	■	■		F	■	■	
g	■		■			■			■		■	■	■		■	
h	■	■	■			■			■		■		■		■	
i	■		■	■	■	■	■		■	A	■	T		■		
j	■	D	■		■	■	■			U		A	■	■	E	
k	■				■	■	■			■	O		■	■	■	
l		K	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	
m	■	■	■		R		D		A			■		■		
n		W	■		■	U	■		■	■	L	■	■	■	■	
o	■	■							L			■	■	■		
p	■	S	■		B	■	■	■	■	L	■	■	■			

Remplir les cases colorées !

Merci à Suzanne, fidèle bénévole d'avoir créé cette grille autour des légumes !

Horizontal :

A: Premier cours présent au Jardin pédagogique
B: Elle est réputée pour donner un bon teint - Mignonne petite salade appelée aussi doucette
C: Les petits sont en cosses – Partie de la bouche qui se régale à déguster les produits de La Fabrique
D: La forme du chou romanesco – Dans un conte, ils sont magiques et géants pour Jacques - Certification européenne
E: Callosité sur la peau (du légume ou de l'humain) – Telle notre vie si nous mangeons sainement (elle est d' ..)
F: Ici, on sait les planter ! - Celle de nos tomates est juteuse - Dessert breton
G: Partie supérieure du blé / **H**: On en redemande
I : Les maraîchers les mettent en bottes – Ne pas confondre avec le SEAU du jardinier
J: Jardiniers et cuisiniers en méritent bien une - Vendredi on (verbe aller) chercher nos paniers – Ombellifère, faux-cresson
K: A craindre en hiver – Allons ! - Se cultive en Camargue
L: Chou frisé ancien – Elle est magnifique dans sa robe brillante et violette
M: Plante à bulbe (gousse) qui aide à garder forme et santé
N: Dialecte chinois – Forme d'avoir – Cuits ou crus, en branches ou raves, ils sont polyvalents
O: 3,1415926535 - Fatigué / **P**: Entreprend – Petit chou belge

Vertical :

1: Cuisiné à la moelle, c'est le top ! - En Italie on cultive du riz dans son delta.
2: Encore ce fleuve ! - Fruits de l'actinidier
3: Ne pas le confondre avec la courgette (forme proche) - Papier pour envelopper des denrées
4: Fruit charnu (sens général)
5: La Serbie - Les véhicules des Jardins de Lucie sont plus modestes qu'elle – Bien assimilé
6: Exclamation lors de la visite guidée – Couleur commune aux salsifis, certains radis ou haricots
7: Avec l'arrosoir, partie du logo des Jardins de Lucie – Laitue, chicorée, cresson...
9: Donnent de l'énergie à Popeye – Le travail ne l'est pas ici !
10: Bar à toutous /**11** : Il est sur le portrait N°15 – Couleur du butternut
12: Sans éclat, comme la peau de la patate par exemple - Intempérie qui a coupé menu nos salades
13: Autrement dit, scorsonères - Poussé pour se faire entendre - D'un végétal coupé près du sol, on dit qu'il est coupé à … / **14**: Chou asiatique
15: On mange ses feuilles en salade, ses racines peuvent se boire en infusion – Jardin exotique en région PACA
16: A faire par les salariés avant de mettre les légumes dans vos paniers

Quoi de neuf dans les champs ?

Une page se tourne…

L'été vient à peine de se terminer pour les équipes des Jardins qu'il faut déjà regarder vers l'avenir. Un avenir tout proche, celui de nos productions :

- Rentrer les courges, les pommes de terre, les patates douces et tous les légumes qui garniront vos paniers jusqu'au mois d'avril prochain.
- Faire place nette dans les serres pour remplacer les tomates par des épinards, les melons par des salades, les engrais verts par des blettes… et ainsi de suite au fil des saisons.

Mais il y a aussi un avenir un peu plus lointain, et pourtant de plus en plus concret : l'aboutissement prochain de notre projet d'agrandissement, **les Halles de Lucie**.
Depuis plusieurs mois, nous y travaillons : dimensionner, imaginer, simuler, financer… Autant de notions parfois un peu abstraites, que nous avons partagées avec vous, mais aussi avec les salariés en insertion, en essayant de leur donner corps. Pas toujours facile de se représenter un projet tant qu'il reste sur le papier !
Et puis, un beau matin d'octobre, il faut passer au concret.
Les entreprises devraient arriver d'ici la fin du mois pour démarrer les travaux. Mais avant de construire, il faut faire de la place ! Et pas question de simplement tout démonter et de ranger ailleurs : nous avons besoin d'un abri pour laver les légumes tout au long de l'hiver, nous ne pouvons pas interrompre la production de champignons et, chaque jour ou presque, nous utilisons les caisses et le matériel de culture entreposés sous notre « Serre Blanche ».
Pendant ce temps, les activités quotidiennes continuent. Les équipes de salariés en insertion ont déjà été bien éprouvées par les conditions météo de l'été, et les récoltes d'automne n'attendent pas. Il fallait donc trouver une solution pour tenir les délais sans sacrifier ni le travail du jardin, ni les courges et les patates douces sur lesquelles nous comptons pour l'hiver.



La solution ? Mobiliser une équipe de bénévoles !
Pour soulager les équipes au quotidien, bien sûr, mais aussi pour permettre à celles et ceux qui le souhaitent de prendre pleinement part à cette nouvelle aventure.
Alors, un beau matin d'octobre, accompagnés d'Eddy, de Jérôme, de Matthieu, de Joëlle, de Sabine et de bien d'autres encore, Céline, Julien, Thomas et moi avons lancé le grand déménagement !



1ère journée : déménager une serre… sans la démonter !
Pour commencer, nous nous sommes fixé un objectif plutôt ambitieux : déplacer notre serre de lavage sans la démonter. Une technique qui rappellera peut-être quelques souvenirs aux bénévoles des années 2000, qui avaient déjà réalisé l'exploit de déplacer la serre abritant les bureaux pour permettre la construction du bâtiment dans lequel nous travaillons aujourd'hui.
Un défi relevé ! Un virage un peu serré nous a donné du fil à retordre, mais, à la fin de la journée, la serre avait presque achevé sa reconversion pour devenir provisoirement notre champignonnière.



2ème journée : transformer une demi-serre de culture en salle de lavage.

Au programme : rendre l'espace accessible, réfléchir aux évacuations d'eau, installer la laveuse, les tables et notre fameuse «baignoire», puis réinstaller tout le matériel. Le tout en préservant la possibilité de cultiver l'autre moitié de la serre !

Là encore, défi relevé, avec même un peu d'avance sur le programme du week-end suivant !

3ème journée : bientôt, la dernière ligne droite !

Une nouvelle équipe de bénévoles, emmenée par un administrateur, viendra terminer le travail : faire place nette et démonter la serre technique où est entreposé notre matériel de culture. Une dernière étape pour libérer définitivement l'espace et permettre aux travaux de commencer.

Un immense bravo et un grand merci à toutes celles et ceux qui nous ont accompagnés dans cette aventure : Eddy, Jérôme, Matthieu, Marc, Patrice, Joëlle, Bruno, Réjane, Patrick, Sabine, Marie-Odile, Serge, Nelly, Mourad, Benoît, Clément, Julien, Martin, Philippe, Thierry, Astrid… et tous les autres !

Grâce à vous, la place est libre pour construire l'avenir du jardin. Mais au-delà de l'espace libéré, c'est aussi un peu de chacun d'entre vous qui restera dans cette étape de l'histoire des Jardins de Lucie.

Aujourd'hui, une page se tourne… et une nouvelle commence à s'écrire.

Delphine, cheffe de culture

Départs et arrivées

Du changement chez les permanents !

Avec la fin de l'été, nous avons également dit aurevoir à Baptiste, encadrant au maraîchage, et Juliette, encadrante à la Fabrique. Tout deux partent vers de nouvelles aventures. Nous espérons les revoir lors de nos évènements et nous leur souhaitons une belle continuation dans les projets qui les attendent ! Barbara, qui a rejoint l'équipe de la Fabrique au début de l'été finira son contrat début novembre. Pétillante et bienveillante, nous tenons à la remercier pour son investissement profond dans sa mission d'encadrante aux Jardins.

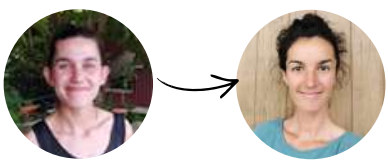
Mais qui dit départs, dit également arrivées... et retours !

Octave débute sur le poste de Baptiste en tant qu'encadrant au maraîchage. Bienvenue à lui dans l'équipe des Jardins !

Estelle qui était en congés maternité depuis janvier fait son grand retour, toujours au poste de chargée de communication et de commercialisation.

Emma qui remplaçait Estelle jusqu'à présent, prend le poste de Juliette à la Fabrique en tant qu'encadrante technique. Et cette fois ci, pour de bon !

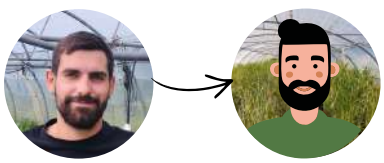
Emma → **Estelle**



Communication & Commercialisation



Baptiste → **Octave**



Encadrant maraîchage



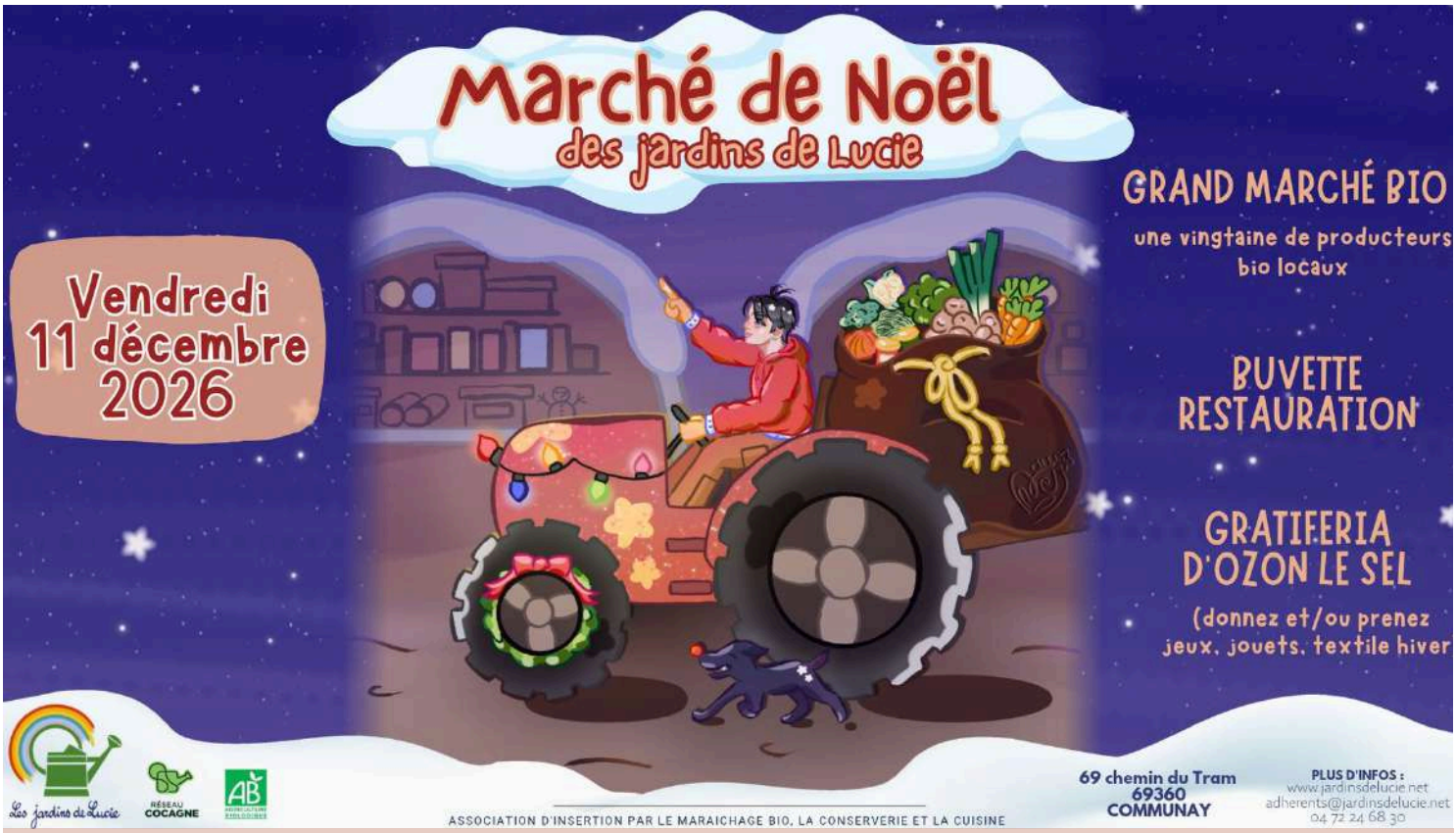
Juliette → **Barbara** → **Emma**



Encadrant Fabrique



A vos agendas !



Noël approche, et comme chaque année, Les Jardins de Lucie organise son traditionnel Grand Marché de Noël Bio Local, sous une serre illuminée ! Vous y trouverez plein de bonnes et jolies choses pour (vous) faire plaisir !!

Vendredi 11 décembre de 15h à 20h ! OUVERT A TOUS !!!

- MARCHE DE PRODUCTEURS & ARTISANS BIO LOCAUX (liste des exposants plus bas)
- BUVETTE & PETITE RESTAURATION BIO
- GRATIFERIA organisée par Ozon le SEL (donnez et/ou prenez ce que vous voulez - Jeux / Jouets / Textile hiver - (dates des récoltes à venir sur notre site et nos réseaux sociaux)

Plus d'infos et liste des exposants sur notre site internet !

adherents@jardinsdelucie.net

04 72 24 68 30 / 07 45 50 21 45

Exemples de missions bénévoles aux Jardins de Lucie

Insertion : aide administrative aux salariés en insertion, aide à la rédaction de CV, lettre de motivation, simulation d'entretiens d'embauche....

Production et entretien : bricolage et petits travaux, maraîchage (plantations, récoltes, désherbage...), cuisine et conserverie...

Communication et événementiel : communication, organisation et animation d'évènements.

Animation : animation d'ateliers pédagogiques, entretien du jardin pédagogique...

Logistique : transport occasionnel des salariés en insertion, livraisons...

Fonctionnement général : conseil d'administration, recherche de partenaires...

Plus d'infos sur le bénévolat
Contactez-nous, venez nous voir !
adherents@jardinsdelucie.net

L'équipe salariée des Jardins de Lucie

Abdulali - Adrien - Alexis - Antonio - Benali - Céline - Christine - Claire - Clara - David - Delphine - Emilia - Emma - Estelle - Farda - Fatima - Fatjon - Fouad - Georges - Gülhan - Houssam - Ishaq - Jean - Julien - Louise - Lynda - Maïa - Malika - Marie-Laure - Maud - Mickaël - Mohamed - Mohammed - Murhaf - Nadjatti - Nuray - Salah - Séverine - Suzanne - Tatashat - Twelde - Thierry - Thomas - Youssef