



Vendredi 26 novembre 2021

S47- Secteur de Langres

Bonjour \*|FNAME|\* \*|LNAME|\*

## L'actualité du Jardin Bio de Vaillant

La Régie Rurale a l'habitude de recevoir un jeune public mais la visite d'hier avait un format un peu inhabituel puisque son objectif n'était pas la visite d'un jardin bio mais plutôt la découverte d'une structure d'ESS - Economie Sociale et Solidaire. La Régie a donc servi de support pédagogique à une soixantaine d'élèves en terminale option géopolitique au Lycée St Joseph de Dijon.

Répartis en deux groupes, un groupe le matin, un groupe l'après-midi, les lycéens ont été accueillis par la Directrice de la Régie Rurale et des membres du Conseil d'administration dont la Présidente de la structure.

C'est un professeur du lycée St Joseph également adhérents paniers qui a initié cette sortie en parfaite adéquation avec le programme des lycéens, un programme axé sur l'Économie et le Développement Durable. A la suite de cette visite studieuse, les lycéens devront rendre un devoir sous forme d'article. La deuxième partie de la journée était consacrée à une visite de la forêt environnante, commentée par des représentants du 11<sup>ème</sup> Parc national de forêts.

## Dans votre panier cette semaine

Légumes BIO fournis par les producteurs associés	Légumes	Unité	Part + (12,26 €)		Part (8,94 €)		1/2 Part (7,61 €)	
			Quantité	Prix	Quantité	Prix	Quantité	Prix
*Jardin Bio de Vaillant	Epinard	kg	0.50	3.03 €	0.40	2.43 €		
Thierry Angelot	Carotte	KG	0.40	0.99 €	0.40	0.99 €	0.50	1.24 €
*Jardin Bio de Vaillant	Navet	kg	0.40	1.15 €		0.00 €	0.50	1.44 €
*Jardin Bio de Vaillant	Mache	kg	0.30	4.70 €	0.20	3.13 €	0.15	2.35 €
Aude Cathelat	Pomme de terre désirée	kg	0.40	0.74 €	0.40	0.74 €	0.50	0.93 €
*Jardin Bio de Vaillant	Poireaux	kg	0.40	1.65 €	0.40	1.65 €	0.40	1.65 €

\* Les légumes labellisés



## La citation de la semaine

*Etre libre, ce n'est pas pouvoir faire ce que l'on veut, mais c'est vouloir ce que l'on peut.*

Jean-Paul SARTRE

## Le légume de la semaine



### La carotte :

La carotte... On vous a souvent répétés « Mange tes carottes, ça rend aimable » ou encore « Mange tes carottes tu auras les fesses roses ». Et bien, c'est vrai ! La carotte est riche en vitamines et en nutriments, elle est très bénéfique pour notre corps et devrait faire partie de notre alimentation au quotidien.

## La recette de la semaine

### [Cake aux carottes et aux lardons](#)

**Vous avez apprécié cette recette ?**

Postez une photo de votre réalisation sur notre [page Facebook](#)

## Nos vaillants jardiniers



Depuis l'arrivée du froid, nos vaillants jardiniers couvrent tous les plants de légumes et ferment les serres tous les soirs. A l'arrivée de la douceur dans la matinée, ils rouvrent les serres et les dévoilent.

**Ils soutiennent le Jardin Bio de Vaillant :**



Ce projet est cofinancé par le Fonds social européen dans le cadre du programme opérationnel régional « Emploi et Inclusion » 2014-2020

Restons en contact



Facebook



Site Internet



Email