



Merci de prendre avec nous un pari sur l'avenir...

contact.e2cmn@orange.fr

L'E2C Martinique Nord :

Les jeunes accompagnés au sein de leur parcours à l'E2C Martinique Nord sont dans une démarche volontaire et se doivent donc d'être acteurs dans la construction de leur projet professionnel et de vie.

L'apprentissage de l'autonomie est donc essentiel et cette autonomie s'appuie sur d'autres dimensions qui se complètent et se renforcent mutuellement :

- Développer la confiance en soi
- Oser s'exprimer et affirmer ses atouts
- S'impliquer véritablement dans la démarche entreprise en dépassant les freins et difficultés
- Se donner les moyens de sa propre réussite
- S'ouvrir à son environnement proche et plus lointain
- S'approprier une démarche citoyenne et responsable

Dans ce numéro

- Page 2 Le mot de Contact-Entreprises
- Page 3 Bien manger pour vivre mieux
- Page 4 Etape 3 : « Manjé peyi-a ek rimèd raziè »
- Page 5 Jardin créole
Journée internationale de la langue et de la culture créoles
- Page 6 Etape 4 : Innovation et aquaculture
- Page 7 Témoignage :
Manuella Jolbit

CONTACT-ENTREPRISES, partenaire historique de l'École de la 2^{ème} chance de Martinique Nord.



Nous sommes en 2010. Je suis depuis peu le nouveau délégué général de Contact-Entreprises, association de chefs d'entreprises de toutes tailles, de tous secteurs et de toutes implantations géographiques (Nous sommes présents aussi bien à Grand-Rivière qu'au Marin). Je reçois un appel de mon Président Olivier HUYGUES-DESPOINTES qui me demande d'être à ses côtés pour recevoir une dame qui a un projet d'école un peu particulier.

Je me rends donc à ce rendez-vous. Ce sera ma première rencontre avec Madame Michelle PAIN venu nous exposer pourquoi il faut mettre en place cette Ecole de la 2^{ème} chance. Sa mission sera d'accueillir les jeunes « décrocheurs » sans qualification et sans emploi, particulièrement nombreux sur le territoire de la Communauté des Communes du Nord.

Il s'agira d'une rencontre déterminante.

Madame PAIN plaide sa cause avec la foi chevillée au corps d'une prêcheuse baptiste de fond de l'Alabama. Bien que tout à fait consciente des multiples obstacles qu'elle devra franchir pour faire aboutir son projet, elle n'a manifestement aucun doute sur son aboutissement.

Nous sommes tous les deux aussi impressionnés par sa forte motivation. Le Président de Contact-Entreprises s'engage immédiatement. Il promet à Madame PAIN que nous serons à ses côtés dans le combat qu'elle mène pour nos jeunes les plus éloignés de l'emploi, ceux que j'appelle la « génération abribus ».

C'est que notre association est elle aussi extrêmement préoccupée par le devenir de ces jeunes qui pour des raisons diverses n'ont pas pu obtenir la protection minimum contre le chômage que représente l'obtention d'un diplôme. Nous considérons que le chômage des jeunes est le problème n° 1 de notre Martinique et que sa résolution doit justifier tous les efforts et tous les sacrifices.

C'est ainsi qu'est né le partenariat entre l'École de la 2^{ème} chance de Martinique Nord et Contact-Entreprises. C'est pour cela que nous pouvons nous enorgueillir d'être le partenaire « historique, le premier partenaire de l'École.

Depuis, ce partenariat a grandi. Il s'est épanoui au fur et à mesure que l'École grandissait. Les différentes promotions d'élèves accueillis ont pleinement justifié la confiance placée en eux par nos adhérents grâce à l'implication exceptionnelle de l'équipe administrative et pédagogique de l'École.

Ce partenariat de Contact-Entreprises a été élargi aux deux écoles de la 2^{ème} chance du Sud et du Centre. Nous travaillerons ensemble à l'améliorer et à l'approfondir au bénéfice des jeunes volontaires pour saisir la « deuxième chance » qui leur est offerte.

Jean-Paul JOUANELLE Délégué Général Contact-Entreprises



À LA UNE

Projet « Bien manger pour vivre mieux »

Parallèlement à l'accompagnement pédagogique, l'accent est mis sur la prise en compte par les jeunes de la notion de qualité dans leur mode de vie. C'est avec l'appui de l'ARS qui finance le projet « Bien manger pour vivre mieux » qu'ils s'investissent dans l'appropriation des règles de diététique : de la connaissance à la mise en application des concepts qu'ils découvrent.

Maîtriser les règles diététiques, savoir bien acheter avec un petit budget, savoir cuisiner

« Bien manger pour vivre mieux »

Ce projet a pour objectif de nous amener à nous interroger sur nos pratiques alimentaires afin de vérifier qu'elles ont un impact sur notre santé à moyen et long terme. Nous mangeons souvent seuls et très rarement autour d'une table.

Au cours des ateliers, les principes de la diététique ont été développés pour mettre l'accent sur la nécessité de connaître les différents groupes d'aliments et de voir ceux qui sont indispensables et ceux qui sont nécessaires au respect des apports journaliers des nutriments, oligoéléments et autres.

En effet, bien manger est essentiel pour garder la forme et la santé. En matière d'alimentation, les excès sont aussi néfastes que les privations et la quantité doit s'allier à la qualité. Les repas doivent être variés et toutes les catégories d'aliments représentées.

Moment de convivialité alliant savoir-être et dégustation dans une ambiance chaleureuse.



Exemple de réalisation à partir de légumes locaux : galettes de fruit à pain fourrées à la morue

Etape 3 : « Manjé Péyi-a ek rimèd raziè »

Après un travail de préparation, le mardi 28 juillet, nous partions en visite pédagogique. Les formateurs ne nous ont pas dit d'emblée où nous allions. Il a fallu répondre à des énigmes ce qui a apporté un peu de piment car chaque équipe voulait être la première arrivée sur les lieux. Trois équipes faisaient partie de l'aventure.

La première énigme nous a conduit à l'exploitation agricole Bio Péyi de M. TERNE située au Morne Capot au Lorrain. Cette exploitation a été choisie parce qu'elle offre de nombreux avantages : elle est divisée en ilots ce qui permet de cultiver aussi bien du vivrier que du maraîcher. M. TERNE s'est reconverti dans l'agriculture bio depuis 2003.

Il nous a montré une grande diversité de plantes médicinales « rimèd raziè » comme le basilic thaï, mauve, à grandes feuilles, de la citronnelle.... Et des légumes comme du ka manioc, du curcuma, de la patate douce, du haricot-mange-tout, des fraises, des gombos, des tomates...

Monsieur TERNE, est un optimiste qui nous a fait comprendre lors de la visite que même sans diplôme, avec de la motivation et de l'envie, on avance. C'est donc pour cela qu'il nous dit être prêt à nous accueillir pour effectuer des stages et peut être plus par la suite. Il a deux salariés en insertion qui lui donnent beaucoup de satisfaction.

Afin de mettre en œuvre les principes de l'équilibre alimentaire, la deuxième énigme nous a conduits au restaurant Koud Pouss à l'Anse Charpentier au Marigot. L'objectif était d'identifier les familles d'aliments et les nutriments à partir de la pyramide alimentaire.

Au menu :

Entrée : Crème de légumes au hareng saur

Plat : Mousseline d'ignames sur son lit de légumes,
Poisson mariné à la farine de manioc

Dessert : Glace au coco, moelleux au chocolat, mousse à la goyave

Le saviez-vous ?



Le « cymbopogon citratus » plus communément appelé **citronnelle** est une plante herbacée cultivée pour ses tiges et ses feuilles aux qualités aromatiques. Elle contient du citronellol et se présente sous forme de longues feuilles linéaires à bords rugueux et coupants de couleur vert bleuté.

En cuisine, la citronnelle aromatise les crudités et se marie bien avec le gingembre, la noix de coco, l'ail, l'échalote et le piment. En huile essentielle, elle sert de répulsif pour les moustiques.



La dernière étape de ce rallye nous a conduit à l'École de Formation Professionnelle maritime et aquacole (EFPMA).

M. ETNA nous a parlé de son parcours, des différentes formations dispensées à l'EFPMA et des métiers de la mer.

Il nous a fait une démonstration de quelques nœuds et nous a notamment expliqué pourquoi les casiers avaient des ouvertures différentes. Les ouvertures sont fonction des poissons que l'on veut pêcher.

Jaden Kreyol



Journée internationale de la langue et de la culture créoles

A l'occasion de la journée du créole, nous vous proposons une brève présentation de l'étape suivante du Rallye-Relais-Découverte en créole :

Jédi 29 Oktob 2015, landimen jou-a moun ka gloriyé lang kréyol tout oliwon latè, nou fè an "Rallye-relais découverte", ki adan an projé lékol-la: Sé jòdi nou ka mété rasin dèmen an tè, Pour une dynamique du bien manger. Pou koumansé, nou alé pa koté Mòn Wouj, pou vizité an gran "jaden" yo ka kriyé "Jardins de Château Gaillard". Koté-tala, yo ka fè léti ka pousé an dlo.

Apré sa, nou atéri an komin Karbé. Nou pran plézi gadé an élivaj kribich blé.

Pou bout jounen-nou, nou plonjé-désann Fon Sendni pou pran enfowmasyon koté "Le Hameau du Morne des Cades", éti vous fè an won adan esplwation biolojik la. Sé la nou manjé tou, fasafas épi la "Montagne Pelée", an manniè yonn-a-lot, yonn épi lot.

Le jeudi 29 Octobre 2015, lendemain du jour où l'on célèbre le Créole mondialement, nous avons effectué un Rallye-relais découverte, dans le cadre d'un projet de l'école: Sé jòdi nou ka mété rasin dèmen an tè, Pour une dynamique du bien manger.

Tout d'abord, nous sommes allés au Morne-Rouge, pour visiter un grand "jardin" du nom de "Les Jardins de Château Gaillard". On y cultive des laitues qui poussent dans l'eau.

Après cela, nous sommes arrivés dans la commune du Carbet. Nous avons eu le plaisir d'observer l'élevage d'écrevisses bleues.

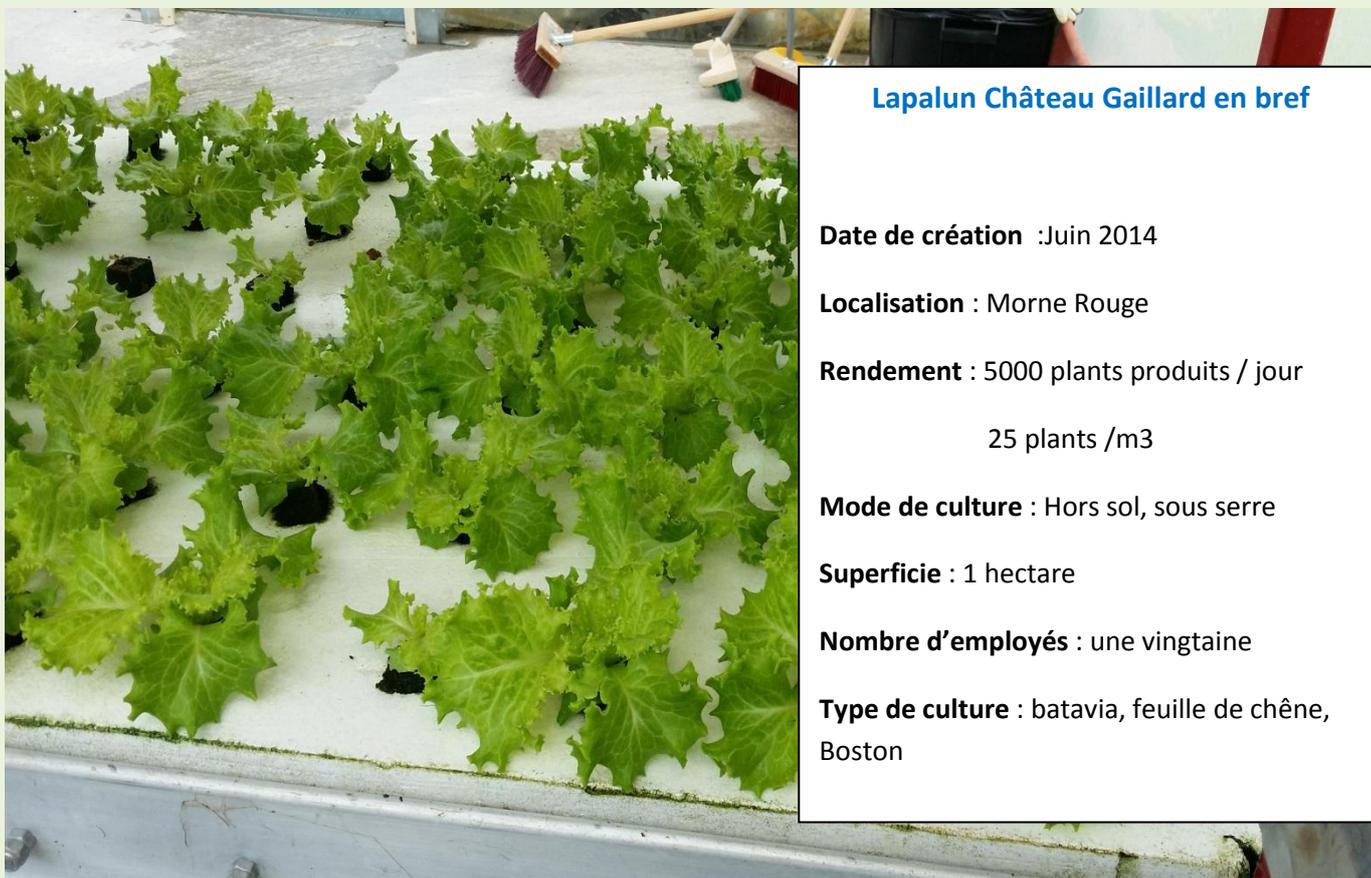
Pour terminer la journée, nous sommes descendus au Fonds-Saint-Denis afin de récolter des informations au "Hameau du Morne des Cadets", dont nous avons parcouru l'exploitation biologique. C'est également là que nous avons déjeuné, face à la Montagne Pelée, ensembles et unis.

Etape 4 : Aquaculture et innovation

La société Lapalun dirigée par M. Ludovic de REYNAL est située au Morne-Rouge (Voir encadré ci-contre) et produit de la laitue en hydroponie : Une culture de laitue sans terre ! Un concept nouveau à la Martinique et même en Europe qui consiste à nourrir la plante par ses racines en la baignant dans une solution nutritive qui comble tous ses besoins. Ce mode de culture a l'avantage d'augmenter les rendements et d'utiliser au maximum les potentialités génétiques de la plante, en particulier de raccourcir le cycle de culture. Ainsi, l'innovation consiste à gérer la contrainte de la surface, s'affranchir de la pollution éventuelle du sol et de suivre de près le développement la laitue.

La société emploie une vingtaine d'employés qui sont formés pour la plupart sur place.

Il y a de la place pour les jeunes motivés dans ce secteur d'avenir.



Lapalun Château Gaillard en bref

Date de création : Juin 2014

Localisation : Morne Rouge

Rendement : 5000 plants produits / jour
25 plants /m³

Mode de culture : Hors sol, sous serre

Superficie : 1 hectare

Nombre d'employés : une vingtaine

Type de culture : batavia, feuille de chêne, Boston

Et pour terminer nous sommes allés à l'exploitation du Hameau qui se situe à Fonds-Saint-Denis et est tenue par M. TISGRAS. C'est un lieu qui produit des aliments Bio tels que : des aubergines, des concombres, des laitues, des tomates... C'est aussi un site d'hébergements et un restaurant.

Là aussi et comme à chacune de nos visites les professionnels nous ont avoués que l'élément clé pour la réussite est la motivation.

Je mange bio !

Non, une fois, j'ai mangé bio !

Oui, au Hameau de Fonds-Saint-Denis, nous avons mangé bio. Après la visite de son exploitation, le propriétaire nous a proposé un déjeuner cuisiné à partir de ses produits cultivés selon le mode biologique. Il n'utilise pas d'engrais chimique, tout vient de la nature pour augmenter le rendement : **purin, fumier...**

MENU.

Entrée : Salade variée composée de concombre, giromon et aubergine gratinée

Plat : Légumes variés (patates douces, choux de chine, gratin d'aubergines) et riz accompagnés de coq local

Dessert : Duo de glace (manioc/passion) surmonté de surettes cochon en sirop.



Glossaire :

Agriculture biologique : Mode d'agriculture qui se caractérise principalement par son refus d'utiliser des produits «chimiques» et qui cherche à renouer avec des pratiques traditionnelles (exemple : jachère).

Purin : Macérat de feuilles de glycéridia ou d'ortie constituant un engrais foliaire , qui s'assimile par les feuilles.

Fumier : Mélange de déjections animales fermenté utilisé comme amendement ou fertilisant organique

*A chacune des visites, les professionnels nous ont avoué que l'élément clé pour la réussite est la **motivation**.*

Je me sens soutenue, même à distance

Manuella JOLBIT 20 ans

Tu es depuis peu en formation, peux-tu nous en dire plus ?

Manuella Oui, je suis arrivée à Lorient le 20 novembre pour une formation d'auxiliaire de vie. Elle doit durer 8 mois.

Comment as-tu atterri en Bretagne?

Manuella J'ai intégré l'E2C MN il y a environ huit mois. J'hésitais entre la vente et la petite enfance. J'ai commencé par l'exploration du métier de vendeuse, ça a bien marché, j'ai même obtenu une proposition d'emploi mais je sentais que ce n'était pas ce que je voulais au fond de moi. Je me suis donc tournée vers la petite enfance plus précisément vers le métier d'animatrice auprès des enfants.

Tu fais une formation d'auxiliaire de vie, ce n'est pas vraiment la même chose?

Manuella Effectivement, mais ce n'est pas incohérent. J'apprécie les enfants mais cette formation m'offre un champ d'action plus large (enfants, personnes âgées et handicapées), donc des possibilités d'emplois élargies.

Comment s'est passée ton installation?

Manuella J'ai finalisé mon départ en Martinique avec l'E2C MN et LADOM, mon arrivée s'est faite simplement sauf qu'il fait très froid. Je suis confiante parce que même à distance, l'accompagnement commencé par l'E2C MN se poursuit ; je me sens soutenue.

MERCI !

Ferme Aquacole
MANGATALE

