



# Journal Paysan

— de l'accueil en Occitanie —



## SOMMAIRE

L'été arrive!.....	1
L'Envol.....	2
« Entre sel et verre » .....	2
Premiers Secours en Santé Mentale.....	4
La Région Occitanie.....	5
Les vers de terre .....	6
Mieux faire connaître l'accueil paysan...8	
Un livret d'accueil à la ferme.....	9
Biocybèle.....	9
Les randos paysannes.....	10
La Douce Vadrouille.....	11
Lagritourisme accessible à tous.....	12
Olyslow.....	13
Un bon spot.....	13
Cuisine.....	13

## L'ÉTÉ ARRIVE!

C'est le moment de partager nos dernières nouvelles avant que chacun·e d'entre vous n'enfourche ses activités diverses et variées ! Le numéro 55 de notre journal régional voit le jour, et ce, encore une fois grâce à Armand, de plus en plus efficace, professionnel et inventif, et bien sûr, grâce à vos articles qui nourrissent ce rendez-vous semestriel !

Le noyau dur d'Accueil Paysan Occitanie s'est mobilisé très sérieusement lors de notre rencontre régionale en avril chez François Cazes, à la ferme équestre de Parisot (82). Tout a été abordé : les difficultés du grand territoire, la démobilisation associative, le nombre d'adhérents difficile à maintenir, les visites de labellisation compliquées, les finances revues à la baisse par notre Conseil Régional d'Occitanie et j'en passe ! Mais chacun·e s'est retroussé les manches et, en atelier, nous avons tous débroussaillé la friche d'idées à mettre en place pour un réseau vivant, visible et attractif ! Nous avons engagé un travail constructif pour encourager des responsables administratifs à être autonomes et actifs, chacun dans son département. Cette dynamique doit viser à renforcer notre réseau et à garantir une gestion efficace et adaptée aux spécificités de chaque territoire et différentes politiques qui lui sont liées !

Et puis, quelques jours après, notre conseil d'administration s'est réuni, en visio évidemment, solution la plus simple pour réunir treize départements et être efficaces. Un trio féminin a été élu à l'unanimité ! Nous souhaitons la bienvenue à Nathalie Bohin, qui rejoint donc Patricia Cooper pour encore quelques mois, et Véronique Gault, fidèle au poste.

Nathalie repart pour un mandat avec nous. Pour ceux qui ont connu « Accueil Paysan Midi-Pyrénées », rappelez-vous, Nathalie est en Ariège, à Fabas, avec la ferme équestre « Équiloisirs », accueil social, hébergement insolite et camping, autant de pôles représentatifs de la pluriactivité chez Accueil Paysan !

La démobilisation associative ne doit pas nous décourager. Au contraire, elle nous pousse à repenser la gouvernance de notre réseau.



## INFO

*N'hésitez pas à nous faire part de vos événements culturels ! Ils sont tous recensés sur [ce lien](#)*

## L'ENVOL

Le 10 avril, le documentaire [L'Envol de Florent Verdet](#) a connu un net succès auprès d'un public figeacois averti. Le réalisateur ainsi que l'acteur principal, j'ai nommé notre Gégé national, étaient à l'issue du film, disponibles pour échanger sur le tournage et sur l'engagement des paysans, ceux présents dans le film et ceux présents ce soir-là dans la salle. Le fil conducteur est un corbeau qui a suscité des questionnements qui ont fait sourire son auteur.

Le sujet de l'accueil social, illustré par les anecdotes de Gégé y a été largement abordé et noté comme une spécificité et une ouverture plus récente d'Accueil Paysan. Il a suscité beaucoup d'émotion comme chaque fois auprès des spectateurs. Ces moments sont précieux pour notre réseau, notre présence lors des débats est essentielle pour que les citoyens, les citadins, comprennent nos valeurs, notre éthique et s'enthousiasment de nos choix de vie pour avoir envie à leur tour de venir sur nos fermes et nos lieux vivriers !

Merci aussi à [l'Astrolabe](#) d'avoir reçu notre « Accueil Paysan » du Lot, d'avoir permis la rencontre entre ville et campagne, toujours nécessaire pour ancrer notre réseau !

Véronique GAULT GIRMA  
Accueil Paysan Lot



Avec l'appui des commissions et des réunions actuelles au niveau national d'Accueil Paysan, nous sommes évidemment préoccupés par les difficultés grandissantes rencontrées dans chaque association locale et justement, ensemble, nous pouvons trouver des solutions innovantes et solidaires ! Bonne lecture !

Véro

L'équipe d'Accueil Paysan Occitanie

## « ENTRE SEL ET VERRE » JOURNÉE PATRIMOINE ORGANISÉE PAR ACCUEIL PAYSAN AUDE & P.O.

Sur une proposition de Birgit (gîte le figuier à Sougraigne 11), nous nous sommes donné rendez-vous au parking de Sougraigne pour une journée découverte de la forêt domaniale de l'eau salée qui fut tout au long des temps, un lieu favorable à de multiples activités : sauniers, bijoutiers, verriers, colporteurs, contrebandiers du sel, gabelous, paysans, charbonniers, etc. Notre guide s'appelle Marc. Ce passionné représente l'association Salicorne qui a été le moteur des travaux de préservation du patrimoine local et de l'itinéraire découverte « Entre sel et verre ».

Nous avons rejoint ensuite le parking du domaine de l'eau salée et entamé la montée vers l'ancien corps de garde des gabelous établi pour surveiller la source de la Sals qui naît en haut d'un pré sur une couche d'argile imperméable et qui ruisselle en ondoyant vers la vallée avec déjà un certain débit. Non loin, en contrebas, la cabane du saunier et deux premiers petits ponts de planches sur la Sals. Notre guide nous a raconté l'histoire de ce corps de garde, comment il a été habité jusqu'à récemment par un chercheur de trésor (nous sommes pas loin de Rennes-le-Château !) qui, en prospectant par-ci par-là, a trouvé les fours verriers que

nous découvrirons plus tard sur le parcours.



Après avoir goûté l'eau - qui n'était pas très salée d'ailleurs -, nous avons suivi un chemin qui nous a fait traverser une belle forêt avec une dominante de hêtres majestueux.

Sur les bords de ce chemin, non loin de la source, nous avons ramassé quelques petits morceaux de Jais, une pierre noire de type lignite provenant de la fossilisation carbonée de déchets végétaux d'un conifère préhistorique type *araucaria* suivie d'un compactage par diagenèse. Cette pierre était, fut un temps, très recherchée comme parure de deuil. Nous avons ensuite repéré des espaces plats, des terrasses, emplacements des charbonnières qui produisaient du charbon de bois. Il paraît que dans cette région, c'était surtout des immigrés italiens qui faisaient ce travail délicat, puisqu'il s'agissait

de faire se consumer lentement du bois sans qu'il ne s'enflamme. La combustion pouvait durer de huit à trente jours ! Les charbonnières pouvaient contenir jusqu'à 20 m<sup>3</sup> de bois, c'est dire avec quelle intensité cette forêt a été exploitée jusqu'à la fin de la Deuxième Guerre mondiale.

Nous avons finalement atteint les fours verriers après avoir traversé des sous-bois couverts de jacinthes des Pyrénées et d'anémones hépatiques qui, malheureusement, n'étaient plus en fleurs. Ces fours ont été utilisés par les « gentilshommes verriers », des nobles, artisans de père en fils, qui exercèrent leur art du milieu du XVII<sup>e</sup> siècle jusqu'à la révolution. La forêt leur fournissait le bois pour faire fonctionner les fours (très gourmands) qui restaient allumés automne et hiver jusqu'aux beaux jours, mais ne brûlaient pas pendant la saison chaude pour préserver la régénération de la forêt. Sur ce site, deux fours ont été restaurés, l'un four de première cuisson (1200°) et un autre dit « de recuit » (400°) qui permettait au verre de se refroidir tranquillement. On peut voir une partie de l'intérieur du four dont les briques ont été vitrifiées par la grande chaleur. Des ouvertures dans la coupole du four permettaient aux verriers d'extraire la pâte de verre des creusets placés à l'intérieur pour la souffler. L'ensemble est protégé par une large toiture portée par une belle charpente et le site est clôturé, ouvert uniquement aux visites guidées.



Après une pause déjeuner sur un bout de talus dans une petite tache de soleil bien timide, la balade a repris et nous avons atteint après un long cheminement en sous-bois la falaise d'où la vue s'étend jusqu'à Rennes-le-Château et bien sûr, aux Pyrénées enneigées dans le lointain. En contrebas, des zones pastorales où les vaches aujourd'hui (autrefois, c'était les moutons...) jouissent de ces prairies permanentes gagnées progressivement par la forêt.



La falaise calcaire a ceci de remarquable qu'elle semble se détacher du plateau qui la borde, car le sel, encore lui, dissout progressivement le calcaire jusqu'à créer des sortes de failles profondes parallèles à la falaise. À vrai dire, nous ne nous sentons pas vraiment en sécurité à cet endroit et nous reprenons assez vite notre marche vers une ancienne ferme dont le dernier occupant est parti sept années au bague de Cayenne à la suite d'un homicide rocamblesque.

Nous avons ensuite repris le chemin à travers bois et prairies, dernier tronçon, un peu long pour certains, vers « la verrerie », dernier bâtiment du circuit, propriété de la commune, en état de restauration avancée par l'association Salicorne. En projet, un gîte ouvert (un refuge en quelque sorte) pour les randonneurs et autres touristes de passage. Nous avons enfin retrouvé nos automobiles, après quelques centaines de mètres de sentier, bien fatigués, mais aussi riches de cette étonnante journée.

Stéphane WAROT  
La Folie des Faourès



## PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Compte rendu de la formation – module Jeunes (PSSM-Jeunes).

Nous sommes deux adhérents Accueil Paysan à avoir suivi cette formation les 6 et 7 février derniers Toulouse.

C'est une formation très rigoureuse, d'une grande intensité intellectuelle et émotionnelle. La formatrice, Saloua Chaker, de l'association Solidarité Réhabilitation Occitanie est exceptionnelle, très pointue sur ses connaissances et très dynamique.

Les objectifs sont de nous donner les outils pour :

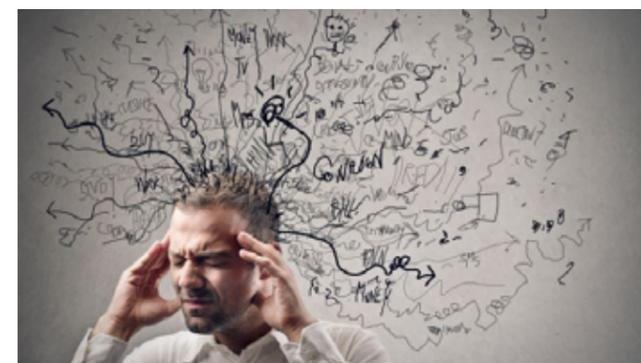
- mieux aider les jeunes en souffrance, avec notamment l'apprentissage d'un protocole précis et cohérent
- sortir de sa propre émotion et éviter les maladroites
- déconstruire les préjugés, les représentations et éviter les stigmatisations.
- détecter l'urgence
- porter assistance et surtout passer le relais aux professionnels adéquats.

Cette formation s'adresse à tous les citoyen-ne-s. Nous sommes toutes et tous concerné-e-s par la santé mentale.

Pour nos activités en lien avec la protection de l'enfance, cette formation nous paraît essentielle pour assurer l'accueil des jeunes, qui, même s'ils ou elles n'ont pas été diagnostiqués, expriment souvent de la souffrance.

Il ne s'agit pas d'apprendre à soigner, il s'agit d'apprendre à recevoir et comprendre l'expression émotionnelle afin d'orienter éventuellement vers des soignants.

Les compétences acquises s'inscrivent donc parfaitement dans les objectifs de solidarité et d'éducation populaire de notre association.



Pour cette session, le groupe était composé d'éducatrices spécialisées, d'une psychologue de MECS, d'enseignantes, d'un CPE de lycée agricole, de bénévoles d'associations...

Nous vous encourageons vivement à suivre également cette formation.

Infos sur les sessions à venir en Occitanie : [pssmfrance.fr/ressources](http://pssmfrance.fr/ressources)

Yann Pieters  
Le Petit Pailleur

Le Mas Raynal 12540 Cornus



Et

Frédéric Garcia  
Les Treilles du Pouget  
Le Pouget 12430 Le Truel



 **Premiers Secours en Santé Mentale France**  
APPRENDRE À AIDER  
[www.pssmfrance.fr](http://www.pssmfrance.fr)



## RAPPEL - SOLLICITATION : REMONTÉE DE VOS OFFRES AGRITOURISTIQUES PAR LE COMITÉ RÉGIONAL DU TOURISME ET DE LOISIRS (CRTL)

Le développement de l'agritourisme en Occitanie reste une priorité pour le CRTL.

Les principaux objectifs identifiés sont de :

- positionner l'Occitanie à la première place des régions agritouristiques pour tous ;
- créer une véritable synergie entre activité agricole et activité touristique ;
- valoriser les territoires, les patrimoines et les savoir-faire.

Toutefois, certains freins sont identifiés et notamment, l'absence d'offres compréhensibles à l'échelle régionale, engendrant une faible visibilité sur les marchés nationaux et internationaux.

Un travail est donc engagé par la Direction de l'Économie Locale, du Tourisme, de l'Agriculture et de l'Alimentation pour développer de nouvelles offres agritouristiques sur les territoires des Grands Sites Occitanie.

À la suite de la campagne de communication déployée cet automne pour positionner l'Occitanie en tant que destination aux multiples saveurs, le Comité régional du Tourisme et de Loisirs (CRTL) a besoin d'offres agritouristiques homogènes et attractives à proposer aux consommateurs.

Il s'agit de recenser/créer et d'afficher sur les différents canaux de communication du CRTL, une collection d'offres présentant le meilleur des expériences à vivre autour de productions agricoles d'Occitanie sous signe de qualité.

### Les offres à faire remonter au CRTL doivent proposer a minima :

- une expérience à la demi journée et jusqu'à 1 jour, accompagnée d'une nuit, pour inciter à l'itinérance autour des produits régionaux.

Retrouvez le détail de cette sollicitation à partir du lien ci-après : [https://drive.google.com/file/d/1zr9xCSQ1Ts0s\\_gKlaQRgb-C1KCIDDwm0/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1zr9xCSQ1Ts0s_gKlaQRgb-C1KCIDDwm0/view?usp=sharing)

ainsi que la trame du contenu de l'offre souhaitée par la Région, «Création d'une fiche Offre Saveurs Occitanie» : [https://docs.google.com/document/d/1E5sE0-libLHSryNceHONdrc1eIZfHeZ-/edit?usp=drive\\_link](https://docs.google.com/document/d/1E5sE0-libLHSryNceHONdrc1eIZfHeZ-/edit?usp=drive_link)

Plus d'information : contactez [Armandb](#) ou directement [Céline Guérin](#) au CRTL.

## AIDES DE LA RÉGION

Pour la période 2023-2027, la Région Occitanie a ouvert de nouveaux dispositifs d'accompagnement des exploitations agricoles pour répondre aux enjeux de compétitivité, de transition agroécologique et d'adaptation au changement climatique.

Les projets soutenus portent notamment sur :

- L'amélioration de la compétitivité des exploitations, l'augmentation de la valeur ajoutée des produits et la recherche de nouveaux marchés ;
- L'adaptation et la résilience des exploitations agricoles au changement climatique ;
- La préservation des ressources naturelles (eau, sol, air et biodiversité) ;
- La lutte contre le réchauffement climatique ;
- L'amélioration des conditions de travail et du bien-être au travail ;
- La diversification des activités.

En savoir plus

- [S'informer sur le dispositifs FEADER Occitanie pour l'aide aux investissements dans les exploitations agricoles](#)
- [Consulter les dispositifs d'aides à l'investissement](#)

Contact

Lucas MAYOU – Chargé de mission exploitations agricoles, transformation à la ferme et agritourisme : [lucas.mayou@laregion.fr](mailto:lucas.mayou@laregion.fr)

 **INFO**  
Les prochaines Assises de l'Agritourisme auront lieu le jeudi 2 octobre prochain à Auzeville (31)

## LES VERS DE TERRE SONT-ILS LES NOUVEAUX MEILLEURS AMIS DES HUMAINS ?

Ces êtres qui pourraient vous sembler repoussants au premier abord sont en réalité nécessaires à de nombreuses fonctions essentielles du sol. Les vers de terre jouent un rôle dans la mise en place de la structure du sol qui influe notamment sur l'infiltration, la rétention d'eau et la capacité des racines à s'étendre. Ils permettent un déplacement de la matière organique plus profondément dans le sol afin qu'elle soit dégradée. Leurs galeries, riches en matières organiques, contribuent également à augmenter les surfaces d'échanges sol-atmosphère et à offrir des conditions de vie très propices aux micro-organismes vivant dans le sol. En outre, ils limitent l'érosion du sol en freinant le ruissellement des eaux grâce à la rugosité de surface créée par leurs déjections. Pareillement à d'autres animaux comme les arthropodes, les lombrics sont donc très importants en agriculture en participant grandement à la fertilité des sols.

Passez au ver  
pour vos  
déchets !



Les vers de terre se différencient en trois principaux groupes : les épigés, les endogés et les anéciques. Vous retrouverez plus facilement les épigés dans les premiers centimètres du sol et dans la matière organique.

Ces petits vers variant de 1 à 5 cm de long avec un diamètre inférieur à 2 mm participent à la fragmentation de la matière organique et améliorent ainsi la fertilité des sols, ce sont donc des saprophages, c'est-à-dire qu'ils se nourrissent de matière organique en décomposition (végétale ou animale). Ils sont aussi les plus sensibles à la prédation (ex. : *Obama nungara*), aux variations climatiques et aux facteurs anthropiques tels que le labour des horizons de surface et l'usage de produits phytosanitaires. En général faiblement représentés dans les terres cultivées, ils peuvent tout au plus s'établir dans les couches de mulch ou

dans les prairies pluriannuelles. Il vous sera plus rare d'observer des endogés, car ces lombrics de taille moyenne (3 à 16 cm) ne vivent que dans le sol et ne remontent que rarement à la surface. Ils creusent des galeries horizontales ou subhorizontales peu solides et temporaires et filtrent leur substrat pour se nourrir (géophages). Enfin, ces grands vers que vous avez sûrement l'habitude de croiser appartiennent aux anéciques. Ils vivent dans l'ensemble du profil du sol et forment des galeries verticales ou subverticales permanentes et ouvertes en surface. Ils récupèrent la matière organique à la surface durant la nuit puis l'enfouissent dans leurs galeries. Ils sont ainsi saprogéophages. Ils permettent ainsi le brassage et le mélange de la matière organique et inorganique notamment par les déjections, appelées turricules, qu'ils laissent à la surface. Les anéciques effectuent des migrations saisonnières : ils vivent plus en profondeur en été et en hiver pour se protéger du froid et de la sécheresse. Vous pouvez noter qu'en France, il existe une centaine d'espèces de lombrics, mais la plus représentée, pareillement en Europe, reste le *Lumbricus terrestris*.

### Méthode d'échantillonnage des vers

Il vous est possible d'estimer la proportion de vers de terre sur une parcelle par différentes méthodes d'échantillonnage dont celle se basant sur une solution d'eau et de moutarde.

Pour chaque arrosage, diluer 150 g de moutarde forte dans un arrosoir de 10 L d'eau. Veillez à le faire lors de températures entre 15 et 25 °C en moyenne.

1. "Nettoyer" la zone d'échantillonnage pour que les vers de terre soient visibles (enlever les plus grandes herbes, feuilles mortes, branches, etc.)
2. Pour 1 m<sup>2</sup> étudié, appliquer à 15 minutes d'intervalle 2 épandages (10 l chacun) de moutarde diluée (ne pas hésiter à arroser plus large que le m<sup>2</sup>), de façon homogène sur toute la surface grâce à une rampe d'arrosage.
3. Entre les deux épandages et pendant un quart d'heure à la suite du deuxième, récolter (seulement dans la zone délimitée) les vers de terre qui remontent à la surface (précaution : bien attendre qu'ils soient complètement sortis de leurs galeries pour ne pas les couper.)
4. Les placer dans une bassine remplie d'eau pour les rincer puis les identifier/compter. N'oubliez pas ensuite de les libérer !

## Fiche d'identification du *Lumbricus terrestris*

### *Lumbricus terrestris*

annélides -> oligochètes -> *Lumbricus terrestris*

#### Description

- taille : 15 à 25 cm
- couleur : dégradé de marron foncé à clair
- clitellum : bien marqué, parfois orangé
- queue : plate, légèrement plus foncé au bout



#### Répartition mondiale



#### Ecologie

- Anéciques
- Rôle: brassage et enfouissement dans les galeries de la matière et inorganique notamment par les déjections
- Localisation -> échelle mondiale : dans le domaine continental  
-> échelle régionale : métropole  
-> échelle locale : dans les terriers jusqu'à 2,5 mètres

### Point info sur *Obama nungara* : prédateur des vers de terre

*Obama nungara*, prédateur généraliste des invertébrés du sol, tels que les vers de terre, les gastéropodes et autres plathelminthes terrestres, a été détecté en métropole en 2013. Originaire d'Argentine, il s'est très vite répandu sur le territoire et possiblement dans vos jardins. Ce ver plat mesurant 52 mm à 108 mm à l'état adulte perturbe ainsi l'environnement dans lequel il évolue et pourrait engendrer une réduction de la biodiversité à long terme.

Sélène Waessem

Stagiaire à Accueil Paysan Occitanie - mai 2025



### Sources :

> Jossi, W., Zihlmann, U., Anken, T., Dorn, B. et Van der Heijden, M., 2011. *Un travail du sol réduit protège les vers de terre*, pp.432-439. Disponible sur : [https://agriculture-de-conservation.com/sites/agriculture-de-conservation.com/IMG/pdf/lombrics\\_suisse.pdf](https://agriculture-de-conservation.com/sites/agriculture-de-conservation.com/IMG/pdf/lombrics_suisse.pdf)

> Université de Rennes 1, UMR EcoBio, Station Biologique de Paimpont. *Mieux connaître les vers de terre*. Disponible sur : <https://www.observatoire-agricole-biodiversite.fr/upload/attachment/6092b71dad76a418617559.pdf#:~:text=les%20vers%20de%20terre%20Comment%20d%C3%A9terminer>

> Daniel Cluzeau, Université de Rennes 1. *Déterminez les vers de terre*. Disponible sur : Microsoft PowerPoint - 12-01-16\_Fiche photos categ éco\_amoindrie.ppt [Mode de compatibilité] (observatoire-agricole-biodiversite.fr)

> Foray, E., Langlois, E., 2018, *L'utilisation des vers de terre comme outils de restauration écologique de prairies humides (Yville Sur Seine) : conséquences pour les communautés épigées et endogés* Disponible sur : [https://rever9.sciencesconf.org/data/program/REVER\\_9\\_Communication\\_FOREY.pdf](https://rever9.sciencesconf.org/data/program/REVER_9_Communication_FOREY.pdf)

## MIEUX FAIRE CONNAÎTRE L'ACCUEIL PAYSAN :

### UNE DYNAMIQUE COLLECTIVE POUR VALORISER LES ACTIVITÉS À LA FERME

À l'écoute des attentes du terrain et notamment des paysans du réseau, nous avons récemment engagé une action de valorisation des activités et des points de vente à la ferme à destination du grand public. L'objectif : faire découvrir l'accueil paysan dans toute sa richesse, en particulier auprès des familles, qu'elles soient locales ou simplement de passage sur notre territoire.

#### Un appel à contribution

Cette initiative vise à mettre en lumière les nombreuses offres accessibles à la journée : visites de fermes, animations pédagogiques, points de vente de produits fermiers, ou encore accueils à vocation sociale. Autant d'occasions pour petits et grands de s'immerger dans la vie agricole, de consommer local et de tisser du lien avec ceux qui font vivre nos campagnes. Afin de centraliser et diffuser cette offre, [un appel à contributions](#) a été lancé auprès des adhérents. Grâce aux retours collectés, un espace dédié a été créé sur le [site régional](#) : [www.accueil-paysan-occitanie.com/decouvrir-la-ferme/](http://www.accueil-paysan-occitanie.com/decouvrir-la-ferme/) recensant de manière claire et attractive les propositions suivantes :

- points de vente à la ferme
- visites guidées de fermes
- fermes pédagogiques et animations
- formes d'accueil à vocation sociale.

Chaque fiche met en avant les spécificités de chaque ferme (dates d'ouverture, horaires, tarifs, type d'accueil...) pour permettre aux visiteurs de programmer facilement leurs découvertes.



#### Des supports pour vos lieux

Pour prolonger cette dynamique sur le terrain, des supports visuels ont été réalisés et sont désormais disponibles sur [ce lien : https://drive.google.com/drive/folders/1aRttbTgpvuQ1n1LToaB-Aotjk4mEfOwj](https://drive.google.com/drive/folders/1aRttbTgpvuQ1n1LToaB-Aotjk4mEfOwj)

Affiches, flyers ou encarts à intégrer dans un livret d'accueil sont autant de moyens de faire circuler l'information. Nous invitons chaque structure à les afficher dans ses lieux de passage : salle de séjour, chambre d'hôtes, boutique, coin cuisine... afin de signaler aux visiteurs qu'un réseau vivant et solidaire d'Accueil Paysan les attend tout autour !

#### Ensemble, faisons rayonner l'accueil paysan !

En comptant sur l'engagement de chacun, nous renforçons collectivement la visibilité de nos fermes et de nos savoir-faire. Cette action s'inscrit dans une volonté partagée de faire découvrir la richesse de notre territoire à travers le prisme d'une agriculture humaine, locale et ouverte sur le monde.



## UN LIVRET D'ACCUEIL À LA FERME : UN OUTIL SIMPLE POUR UN ACCUEIL CHALEUREUX ET PROFESSIONNEL

Dans la continuité de notre action pour promouvoir les activités à la ferme auprès du grand public, nous souhaitons mettre en lumière un outil essentiel pour valoriser votre accueil : le livret d'accueil. De nombreux paysans du réseau nous ont fait part de leur intérêt pour disposer d'un exemple ou d'un modèle de ce support. En réponse, nous vous proposons désormais une version personnalisable, disponible au format Canva, simple à adapter et à imprimer.

#### Pourquoi créer un livret d'accueil ?

Le livret d'accueil est bien plus qu'un simple document informatif : il est le premier lien entre vous et vos hôtes. Il reflète votre identité, votre manière de vivre et d'exercer le métier de paysan, tout en offrant un cadre rassurant aux visiteurs.

#### Ses principaux atouts :

- offrir un repère aux visiteurs dès leur arrivée, en leur donnant les clés pour bien vivre leur séjour.
  - présenter votre ferme, vos valeurs et vos activités, de manière claire et conviviale.
  - communiquer les informations pratiques : horaires, règles de vie, fonctionnement des lieux, consignes de sécurité, contacts utiles...
  - mettre en avant les produits fermiers en vente sur place ainsi que les animations proposées.
  - créer du lien avec le territoire en recommandant d'autres structures du réseau Accueil Paysan à visiter (visites, marchés, fermes pédagogiques...).
- Ce support vient donc compléter les outils de visibilité évoqués dans notre précédent article, et s'inscrit pleinement dans notre volonté collective de faire rayonner l'accueil paysan sur nos territoires.



#### Des ressources pour vous accompagner

Pour vous aider à créer votre propre livret d'accueil, nous mettons à disposition :

- un [modèle de livret personnalisable](#) sur la plateforme [Canva](#)
- un [exemple de contrat de location](#) avec un règlement intérieur clair et adapté au contexte rural
- un modèle d'affiche des prix pour [vos meublés](#) et [vos chambres d'hôtes](#) ou services proposés à la ferme

Des outils similaires sont également accessibles depuis votre [espace adhérent](#) ; dans la [boîte à outils](#) ou sur simple demande auprès du réseau.

#### Un geste simple, un impact fort

Le livret d'accueil, bien pensé et bien présenté, permet non seulement de professionnaliser votre offre d'hébergement, mais aussi d'améliorer l'expérience des visiteurs, de fluidifier les échanges, et de renforcer la valeur humaine de votre accueil.

En affichant également les supports visuels communs dans vos lieux d'accueil (flyers, affiches, encarts...), vous contribuez à faire connaître d'autres lieux du réseau à vos visiteurs. Ainsi, vous devenez acteur d'un accueil solidaire et en réseau, où chaque ferme valorise les autres.

## ET VOILÀ BIOCYPELE EST PASSÉE !

Du côté d'Accueil Paysan Tarn, c'était une belle réussite. Avec Marine et Danielle, nous sommes vraiment contentes de ces moments d'échange, de découverte et de partage autour du réseau. On remet ça l'année prochaine !

Bloquez déjà dans vos agendas : le dimanche 24 et lundi 25 mai 2026 !

Florianne, Le Verdet (81)



## CREER SA RANDO PAYSANNE

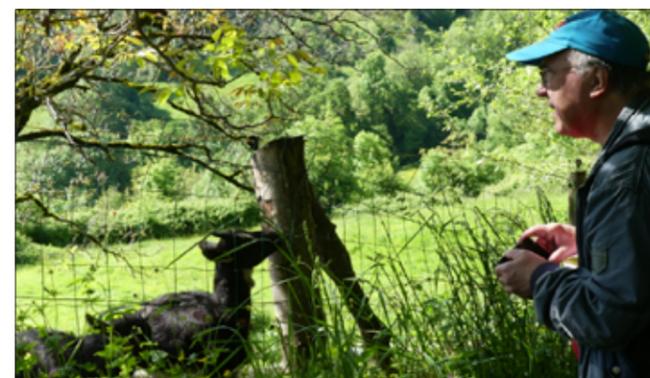
La FNAP vient de mettre à jour le guide « Créer sa Rando Paysanne », afin de vous accompagner au mieux dans la création de vos projets sur vos territoires.

Pour consulter le nouveau guide et toutes les autres ressources mises à votre disposition, rendez-vous sur la page « [Créer une rando paysanne](#) » (accessible depuis la boîte à outils du blog).



## LES RANDOS PAYSANNES, UN EXEMPLE

J'ai déjà parlé ici des vacances chez Accueil Paysan. Outre les joies de la campagne, ces vacances permettent de nombreuses rencontres avec des personnes passionnantes. Mais tout le monde ne connaît pas Accueil Paysan, organisation souvent éclipsée par le marketing d'entreprises commerciales bien plus visibles. C'est une des motivations des randos paysannes : faire découvrir des membres d'Accueil Paysan. Le principe : on randonne et on rencontre (on mange, aussi). Et on parle aux chèvres.



Ainsi, en mai de cette année, j'étais pendant cinq jours dans l'Aveyron, entre Cransac et Conques, à la rando organisée par Jean-Marie Delcamp. Le groupe comptait sept personnes et nous avons pu découvrir les beaux paysages (à cette époque, c'est très vert), et échanger avec des gens remarquables, aussi bien néoruraux qu'héritiers de très vieilles lignées paysannes. Difficile de citer tous ceux et toutes celles qui nous ont accueillis (merci mille fois à toutes et tous), donc je ne vais mentionner que l'association Serpentine, au Perdigal (près de Firmi), qui mène depuis des années un projet associatif particulièrement audacieux, au milieu de la forêt (« développer et promouvoir des activités agricoles, artisanales, sociales, pédagogiques, culturelles

généralant des dynamiques humaines et du lien social en milieu rural »).

Puisque dans les valeurs d'Accueil Paysan, il y a les communs, c'était l'occasion d'ajouter deux points sur OpenStreetMap, donc notamment les habitats

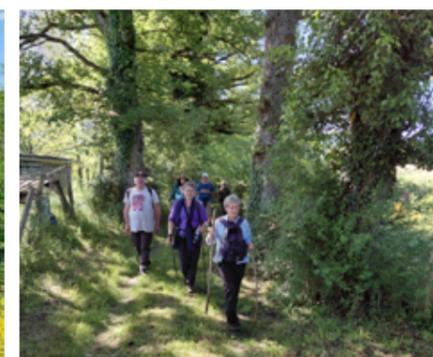


troglydiques.

Bref, inscrivez-vous aux randos paysannes et allez randonner. C'est en général tout à fait accessible physiquement (ceux qui me connaissent savent que je ne suis pas spécialement sportif) et les paysages, les repas et les rencontres valent largement la peine (l'Aveyron, ça monte, parfois).



Source : <https://www.bortzmeyer.org/rando-paysanne.html>



## LA DOUCE VADROUILLE A ENCORE FRAPPÉ !

Lors du week-end animé dans le Tarn, du 6 au 9 juin, elle a laissé son empreinte sur l'un des nouveaux circuits Rando-Paysannes, traversant le massif granitique du Sidobre.

Ce fut un bel échange, riche pour nous tous – accueillants et « randonneurs-influenceurs » – marqué par de beaux moments de partage.

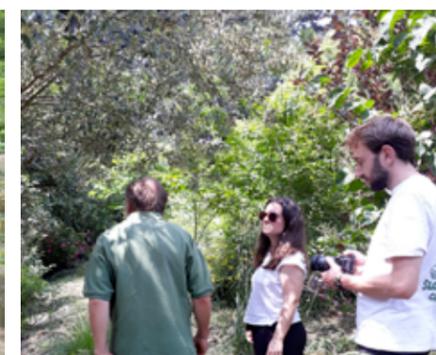
*Danièle Magnin - GITE DE LA TRUIE QUI FILE (81)*

Nos influenceurs ont expérimenté, à chaque étape chez les accueillants, le ressenti de ces parcours proposés. Ils en ont tiré une série de photos et de vidéos visant à valoriser l'offre d'Accueil Paysan et de ses adhérents.

Nos deux « Influenceurs » !



@ladoucevadrouille



## RENDRE L'AGRITOURISME ACCESSIBLE À TOUS

### Des solutions simples et mobiles pour accueillir les personnes en situation de handicap

L'accessibilité dans le secteur de l'agritourisme est un enjeu majeur pour garantir une expérience inclusive à tous les visiteurs, y compris ceux en situation de handicap. Bien que les normes d'accessibilité puissent sembler contraignantes, il est possible de mettre en place des aménagements temporaires, faits maison et mobiles, sans recourir à des installations permanentes en béton ou autre.

### Des aménagements simples et efficaces

Il n'est pas nécessaire d'engager de lourds travaux pour améliorer l'accessibilité de votre exploitation. Des solutions simples et peu coûteuses peuvent faire une grande différence :

- Rampes d'accès amovibles : des rampes légères et pliables permettent de franchir des marches ou des seuils sans difficulté. Par exemple, la rampe modulaire ROLL UP se déroule facilement pour une mise en place rapide.
- Barres d'appui mobiles : Installer des barres d'appui temporaires dans les sanitaires ou les zones de repos offre un soutien supplémentaire aux personnes à mobilité réduite.
- Sièges de douche pliables : Des tabourets de douche pliables et réglables en hauteur peuvent être mis à disposition pour faciliter l'hygiène personnelle des visiteurs.

Ces équipements peuvent être installés à la demande, en fonction des besoins spécifiques de vos visiteurs, et rangés lorsqu'ils ne sont pas utilisés.

### L'importance de l'accompagnement humain

Au-delà des équipements, l'accueil et l'accompagnement des personnes en situation de handicap sont essentiels. Proposer votre aide pour les déplacements ou les activités peut compenser certaines limitations physiques de votre site. Cette attention particulière est souvent très appréciée et contribue à une expérience positive pour vos visiteurs.

### Des exemples inspirants de fermes accessibles

De nombreuses fermes en France ont mis en place des solutions d'accessibilité, souvent avec des moyens simples et adaptés à leur environnement :

- [La Ferme des Délices Foréziens](#) (Loire) : Située

sur un terrain plat, cette ferme propose des abords goudronnés, des tables de pique-nique adaptées et met à disposition des chaises pliantes ou un fauteuil roulant sur demande. Les sanitaires sont accessibles avec un peu d'aide, et des documents d'aide à la visite sont disponibles pour les personnes malentendantes ou malvoyantes.

- [La Ferme d'Argentin](#) (Alsace) : Malgré un terrain montagneux, cette ferme a aménagé un parcours avec une pente maximale de 4 % pour permettre la circulation en fauteuil roulant. L'aire de jeux est également inclusive, avec des équipements adaptés.
- [La Ferme de Léonie](#) (Jura) : depuis 1994, cette ferme accueille des personnes en situation de handicap avec des hébergements entièrement accessibles, des activités variées sur place, et des visites adaptées à tous.

### Ressources utiles

Pour vous accompagner dans la mise en place d'aménagements accessibles, voici quelques ressources fiables :

- [Tourisme & Handicap](#) : Propose des guides illustrés et des fiches pratiques pour adapter vos espaces d'accueil.
- [AccessTrip](#) : Une plateforme collaborative offrant des informations sur l'accessibilité des destinations touristiques.
- [Le Potager Extraordinaire](#)
- [Apidae Tourisme](#) : Fournit un guide de saisie pour valoriser les prestations accessibles dans les bases de données touristiques. [Terre d'Émeraude Tourisme](#)

En mettant en place ces aménagements simples et en offrant un accueil attentif, vous contribuez à rendre l'agritourisme plus inclusif et accessible à tous.

Si vous souhaitez obtenir des plans ou des conseils personnalisés pour adapter votre exploitation, n'hésitez pas à me le faire savoir. Je suis à votre disposition pour vous accompagner dans cette démarche.

Retrouvez le [guide illustré sur l'accessibilité](#).



## OLYSLOW - LE GUIDE DE VOS VACANCES AUTHENTIQUES ET ÉCORESPONSABLES

Nicolas Poillot, relais communication pour Accueil Paysan Bourgogne, a découvert lors de l'émission Carnet de campagne le [site Olyslow](#), un guide numérique en ligne qui recense des activités touristiques (hébergements, ateliers, visites...) inscrites dans une démarche de tourisme durable, éthique et responsable.

À titre individuel, dans le cadre de sa structure, Nicolas les a contactés afin de connaître les conditions pour figurer dans leur guide. Lors de ces échanges, il leur a présenté Accueil Paysan, ce qui a suscité leur intérêt. Ils proposent aujourd'hui de formaliser un partenariat avec Accueil Paysan Bourgogne, sous la forme d'une convention permettant aux adhérents de bénéficier d'une remise de 20 % sur les frais d'inscription à leur guide.

Si des adhérents d'Accueil Paysan en Occitanie sont également intéressés par cette démarche, [merci de nous en informer](#). Nous pourrions ainsi nous rapprocher d'Olyslow pour envisager la mise en place d'une convention similaire pour votre région. Plus d'info : [www.olyslow.fr](http://www.olyslow.fr)



### DÉCOUVREZ ÉGALEMENT : UN BON SPOT

Accueillez des voyageurs en van sur votre domaine et faites découvrir votre savoir-faire

<== [vidéo en cliquant sur l'image](#)

## CUISINE

C'est bientôt la saison des courgettes ! On en a souvent plus que nécessaire et pourtant, il y a tant de recettes à faire avec ce légume magnifique. Et on peut même puiser dans le sucré. Voici donc une recette de gâteau chocolat courgette. Il permet de remplacer le beurre (qu'on n'a pas ou qu'on évite de manger selon les cas). Très simple... et excellent.

### GÂTEAU AU CHOCOLAT COURGETTE

- Ingrédients**
- 3 œufs
  - 80 grammes de sucre complet
  - 80 grammes farine de riz
  - 250 grammes de courgette râpée sans la peau
  - 1 tablette de chocolat noir corsé
  - 1 sachet de levure (ou 1 c.à.s de bicarbonate de soude + 1 c.à.s de vinaigre)

### Préparation

- Mélanger œufs, farine et sucre
- Ajouter les courgettes râpées
- Faire fondre le chocolat et l'incorporer
- Faire cuire 15 à 20 mn dans un four à 150/180°



Virginie et Yann Pieters  
Accueil Paysan Aveyron

Remerciements à nos partenaires sur l'ensemble de nos actions avec le soutien de la DRAJES Occitanie et de la Région Occitanie



Et retrouvez nous sur : @AccueilPaysanOccitanie

