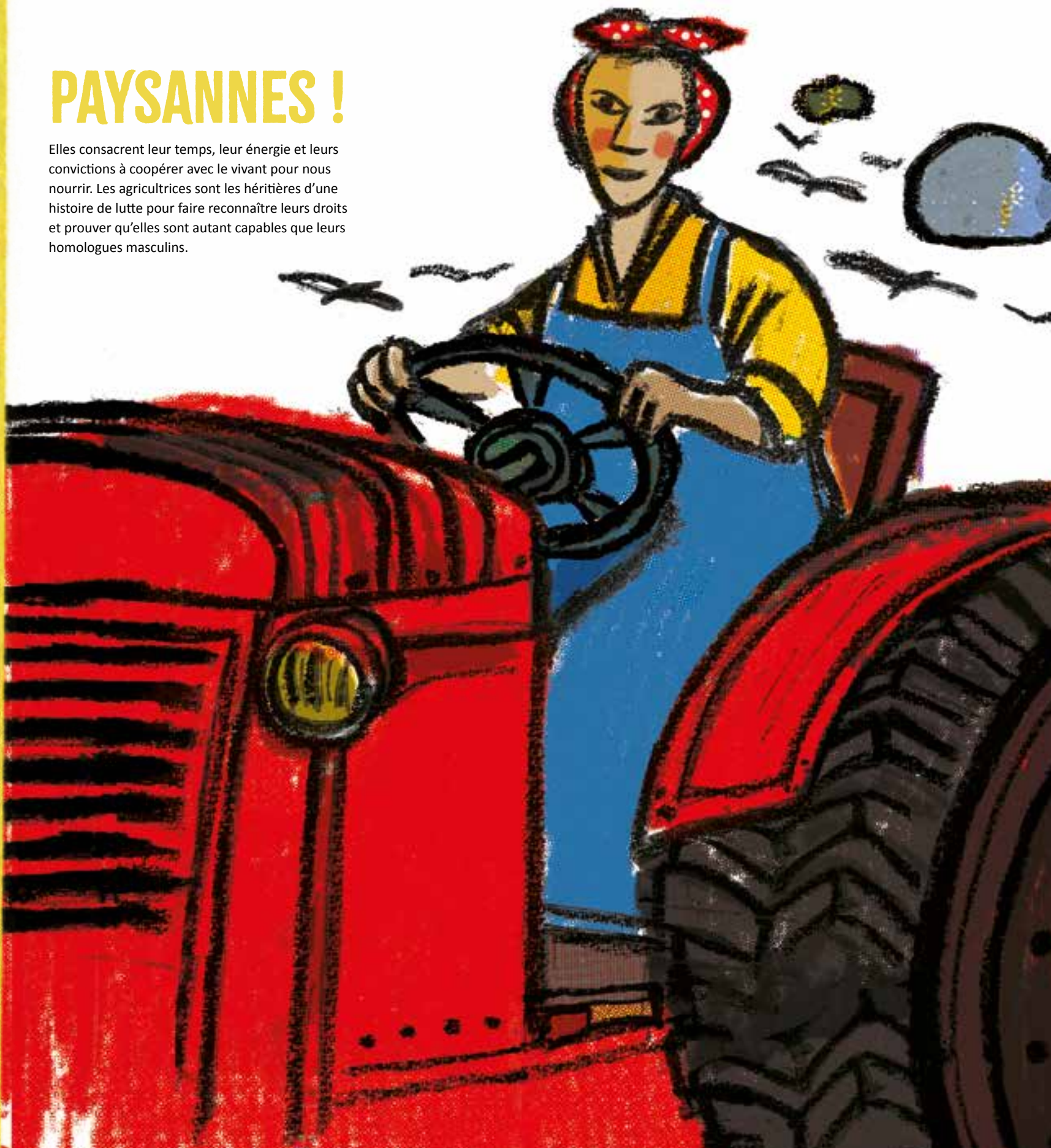


LA FEUILLE

PAYSANNES !

Elles consacrent leur temps, leur énergie et leurs convictions à coopérer avec le vivant pour nous nourrir. Les agricultrices sont les héritières d'une histoire de lutte pour faire reconnaître leurs droits et prouver qu'elles sont autant capables que leurs homologues masculins.



03

LA COOP EN VIE EN VRAI

Pierre Gabreau, maraîcher en mode collectif. Consommatrices, consommateurs, la coopérative a besoin de vous !

10

CEUX QUI NOURRISSENT

La Rocheraie, ferme vivante

14

CE QUI NOUS LIE

Sabrina, boxeuse affirmée. Entendu chez Scarabée.

04

NOS ENGAGEMENTS EN ACTES

Objectif zéro déchet.

12

PORTRAIT DE FAMILLE

Paysans de nature, biodiversité à la ferme.

15

EN PERSPECTIVE

Transformer *La Feuille* en nichoir à hirondelles. Le coup de cœur de la MCE.

06

DÉCRYPTAGE

Paysannes !

13

CÔTÉ MAGASINS

Du compost vraiment très local. Les trognes, viande de bœuf bien élevée. Des bouchons de liège pour un monde solidaire. Zéro choco pointé.

16

À TAAABLE !

Financier aux épinards. PRENEZ DATE !

2026 EST UNE ANNÉE PARTICULIÈREMENT DENSE POUR SCARABÉE

Dense parce qu'elle marque une phase de transition importante pour notre coopérative.

Depuis plusieurs mois, nous avons engagé un ensemble de travaux, d'améliorations et d'investissements internes. Leur objectif est simple et exigeant à la fois : donner à nos équipes de meilleurs outils de travail et améliorer encore les conditions d'accueil et de service pour vous, nos client-es. Ces évolutions vont se traduire par de nombreux changements, parfois visibles, parfois plus discrets, dans nos magasins et nos restaurants (mais aussi dans les coulisses !). Il pourra s'agir de nouveaux équipements, d'évolutions dans les systèmes de vrac, de changements de balances, d'ajouts de meubles ou de services, ou encore d'ajustements dans nos organisations quotidiennes.

Ces transformations demandent de l'adaptation. Elles sollicitent fortement nos salarié-es, qui doivent à la fois s'approprier de nouveaux outils et vous accompagner dans ces phases de transition. Cela suppose de la pédagogie, de l'écoute, parfois de la patience, le temps que chacun chacune trouve ses nouveaux repères. Nous comptons donc sur votre compréhension et votre bienveillance pour nous aider

à traverser ces périodes de changement. De notre côté, nous resterons attentifs à vos besoins, à vos usages et à vos retours, afin de vous guider au mieux au quotidien !

Ces investissements s'inscrivent dans une vision plus large. Ils répondent à notre stratégie à horizon 2027 et à notre volonté collective de donner à Scarabée les conditions de sa réussite sur le long terme. Ils doivent nous permettre de continuer le travail que nous aimons et que nous défendons : innover dans nos pratiques, développer de nouveaux services, renforcer nos exigences sur le cahier des charges, soutenir les productions locales, proposer des nouveautés en restauration et faire évoluer nos modèles pour répondre aux enjeux bioclimatiques et sociaux d'une société en profond chambardement.

L'objectif est clair : renforcer la robustesse de notre coopérative. Une robustesse indispensable pour rester fidèles à nos valeurs, mais aussi pour déployer des projets à impact, à la hauteur de ce que doit être une coopérative engagée sur son territoire et attentive à l'avenir.

Enfin, nous souhaitons rappeler que Scarabée est avant tout une coopérative vivante et ouverte. Les consommateurs et les consommatrices, les associations et les fournisseurs peuvent aussi prendre part à la SCIC et contribuer activement à la vie et aux orientations du projet. Cette diversité est une richesse précieuse, et elle est plus que jamais nécessaire pour traverser les transitions à venir.

Merci pour votre confiance, votre patience et votre engagement à nos côtés. C'est ensemble que nous construisons, pas à pas, la suite de l'aventure Scarabée.

Hugo Mouraret, président du directoire de Scarabée

PIERRE GABREAU, MARAÎCHER EN MODE COLLECTIF.

La Ferme des 5 sens est associée de la coopérative depuis les débuts de la SCIC. Une évidence pour cette ferme collective qui conjugue les projets à l'impératif pluriel !

« Avant d'être associée, la ferme fournissait déjà Scarabée. La Ferme des 5 sens est un projet collectif : on a l'habitude de s'impliquer dans des groupes pour coopérer, agir ensemble. Alors les formats coopératifs comme celui de Scarabée, ça nous parlait. Lorsque Scarabée s'est formée en SCIC, ça nous a paru assez cohérent d'y rentrer.



PAROLE D'ASSOCIÉ

S'associer, ça concrétisait ça, ce lien avec Scarabée. Humainement, ça se passait déjà bien avec l'équipe des fruits et légumes. Et puis Scarabée, pour nous, c'est un client qui a une éthique, qui nous paye bien, qui nous fait confiance.

Le monde de la bio a longtemps eu le vent dans le dos, aujourd'hui on l'a plutôt à contresens. Pourtant, il y a de gros enjeux sur l'agriculture. C'est important de montrer qu'on a des intérêts communs. La SCIC rassemble autour d'un projet commun. Les fournisseurs veulent

vendre bien, les salariés veulent travailler dans de bonnes conditions, les clients veulent manger correctement. Pour y arriver, il faut le faire ensemble. Et tenir compte du fait que les intérêts des autres sont favorables à nos propres intérêts.

DEVENEZ COPROPRIÉTAIRE D'UNE FERME CITOYENNE ET ENGAGÉE

Vous avez sans doute déjà dégusté le pain paysan ou cuisiné les choux, patates douces, carottes et fenouil de la Ferme des 5 sens. Cette ferme collective, associée de Scarabée, est aussi une coopérative d'intérêt collectif. Pour acheter des terres et accueillir de nouvelles activités, elle propose aux citoyennes et citoyens engagé-es de prendre part à son projet, concrètement.

Pour devenir sociétaire de la Ferme des 5 sens, **SCANNEZ !**



CONSUMMATRICES, CONSOMMATEURS, LA COOPÉRATIVE A BESOIN DE VOUS !

Nicole Dartois est cliente de Scarabée depuis 1988 et sociétaire depuis 1993 ! Présidente du conseil de surveillance et impliquée dans la coopérative depuis dix ans, elle lance aujourd'hui un appel aux consommateurs et consommatrices. Car il faut faire entendre votre voix.

« Scarabée a été créée il y a plus de quarante ans, par des personnes soucieuses de ce qu'elles mangeaient mais aussi du monde dans lequel elles voulaient vivre. Notre coopérative de consommateurs s'est transformée en SCIC (société coopérative d'intérêt collectif) pour donner aussi de la voix aux producteurs et productrices, aux salarié-es et aux partenaires, et prendre des décisions partagées avec toutes les parties prenantes de Scarabée. Le 25 novembre 2021, les consommatrices et consommateurs de Scarabée ont décidé de partager le pouvoir. Mais nous ne l'avons pas abandonné. Nous sommes encore là. Et nous devons continuer à faire entendre notre voix. Aujourd'hui, j'appelle les consommatrices et consommateurs à se saisir de cette opportunité. Ce projet de développement de la bio sur notre territoire ne peut exister et se développer de façon harmonieuse que si vous y contribuez. Acheter chez Scarabée c'est fondamental, devenir sociétaire de la SCIC, c'est participer aux décisions de notre coopérative : c'est un acte concret de plus pour défendre notre vision du monde.

Nos magasins sont la partie visible du projet. Derrière, il y a le soutien aux agriculteurs et agricultrices bio,

notre participation à une économie sociale et solidaire locale, la protection de la biodiversité... En vingt ans, nous sommes passés de quatre-vingts producteurs locaux à deux cent quatre-vingt-six fin 2025. Ce n'est pas rien ! Nous, consommateurs et consommatrices, ne pouvons avoir de réel pouvoir que si nous sommes partie prenante du projet. En étant sociétaire de Scarabée, nous participons à quatre ou cinq réunions par an pour mettre en place concrètement des projets au service de la bio et d'un monde plus juste. On y discute, on y débat, on y construit ensemble. Il nous faut nous emparer de notre rôle citoyen. La destruction de notre habitat est inquiétante. Cette érosion à bas bruit qui continue à avancer est un véritable danger pour les générations qui nous suivent. Nous, consommateurs et consommatrices, devons continuer à nous mobiliser pour dire oui, pour dire non, et être acteurs et actrices du développement de l'agriculture bio... et bien plus ! Consommatrices, consommateurs, vous avez du pouvoir, servez-vous-en ! Rejoignez la coopérative.



Vous avez encore des questions ? Rencontrez Nicole Dartois, présidente du conseil de surveillance. Écrivez-nous à scic@scarabee.coop



OBJECTIF ZÉRO DÉCHET.

Comment avancer sur la voie du zéro déchet ? Scarabée avance sur tous les fronts pour vous proposer des solutions qui contribuent vraiment à préserver la planète.

1. VRAC DANS TOUS LES RAYONS

Faire ses achats en vrac est un acte devenu presque ordinaire chez Scarabée. Et pour cause, cela fait quinze ans que nos magasins le proposent avec la volonté farouche de faire des achats en vrac une routine qui ne pose plus question. Pourquoi ? Parce qu'en plus d'être économique, le vrac limite les déchets d'emballage en vous permettant d'apporter vos propres contenants réutilisables à l'infini.

Finis les jolies boîtes en carton et tout le marketing qui va avec. Finis les flacons en plastique qui terminent au mieux au recyclage, au pire sur le septième continent, ce vortex de déchets qui empoisonne le Pacifique nord et ses habitant-es. Finis les quantités superflues et le reste au rebut. Pour vos produits d'alimentation, d'hygiène ou d'entretien, nous acceptons tous les contenants !



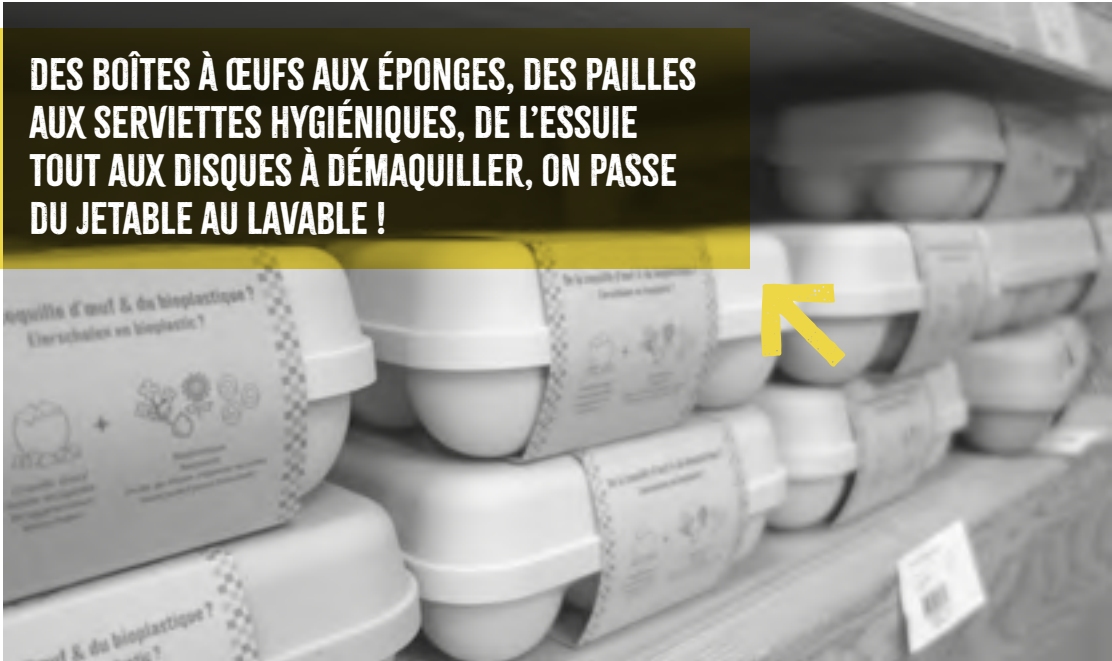
CHEZ SCARABÉE, MÊME LE DENTIFRICE ET LE DÉODORANT SONT VENDUS EN VRAC !

2. EN MODE RÉUTILISABLE

Comment avancer simplement sur la voie du zéro déchet ? Grâce aux alternatives lavables et réutilisables bien sûr ! Scarabée vous aide à atteindre cet objectif ambitieux en vous proposant de nombreuses possibilités. Boîtes à œufs composées de coquille d'œuf et de bioplastique fabriqué à partir d'huile végétale recyclée, manches de brosses à dents à base de granulés de liège ou de coquilles Saint-Jacques, culottes menstruelles ou disques à démaquiller en coton biologique lavables, éponges et essuie-tout lavables, gourdes pour compote réutilisables, sachets en tissu pour vos produits en vrac... la liste est longue d'objets du quotidien qui aident à sortir du tout jetable. Et font entrevoir la possibilité d'une vie sans déchets inutiles.



Avec En Boîte le Plat, emportez vos repas Pique-Prune dans des boîtes en verre consignées.



DES BOÎTES À ŒUFS AUX ÉPONGES, DES PAILLES AUX SERVIETTES HYGIÉNIQUES, DE L'ESSUIE TOUT AUX DISQUES À DÉMAQUILLER, ON PASSE DU JETABLE AU LAVABLE !

3. LE VERRE EN BOUCLE

Recycler c'est bien, réemployer c'est encore mieux. Plutôt que de jeter vos bouteilles en verre, nous vous proposons tout simplement de les remettre en circuit ! La consigne des bouteilles en verre permet de les réutiliser sans passer par la casse et la refonte qui ont un coût environnemental important. En 2025, vous avez rapporté plus de 39 000 bouteilles qui ont pu être lavées et remises en circuit avec la complicité de nos partenaires locaux. Chapeau bas !

2025 a aussi été l'année de l'expérimentation d'une petite ressourcerie de bocaux qui a trouvé place dans notre magasin de Saint-Grégoire. Bonne nouvelle : cette expérimentation fonctionne tellement bien qu'elle devrait être répliquée dans les magasins de Cleunay, Papu, Cesson et Vern.

39 000
bouteilles en verre nettoyées et remises en circuit en 2025 grâce à nos partenaires... et aussi grâce à vous !

LE RÉEMPLOI DES BOUTEILLES EN CIRCUIT COURT PERMET D'ÉCONOMISER
33 % D'EAU
75 % D'ÉNERGIE
ET 80 % DE CO₂

4. RECYCLAGE PARTOUT, DÉCHETS NULLE PART !

Que faire de ces petits objets du quotidien pour ne pas les laisser filer à l'incinérateur une fois usagés ? Leur donner une seconde vie pardi ! Chez Scarabée, on récupère. Les bouchons plastiques, les bouchons de liège et même les brosses à dents. Grâce à nos partenaires, les bouchons de liège se transforment en isolant (lire page 13), les bouchons de plastique en containers de tri et les brosses à dents... en mobilier urbain !



Déposez-nous vos brosses à dents usagées de toutes marques, elles seront broyées et transformées en paillage ou fondues pour être transformées en mobilier urbain. Merci Bioseptyl !

PAYSANNES !

Elles travaillent chaque jour dans les champs ou à la ferme. Elles consacrent leur temps, leur énergie et leurs convictions à coopérer avec le vivant pour nous nourrir. Elles représentent un agriculteur sur trois. Les agricultrices sont les héritières d’une histoire de lutte pour faire reconnaître leurs droits et prouver qu’elles sont autant capables que leurs homologues masculins.

Elles sont 220 000 à travailler chaque jour dans les champs ou à la ferme. 220 000 agricultrices qui consacrent leur temps, leur énergie et leurs convictions à travailler avec le vivant pour nous nourrir. Un agriculteur sur trois est en réalité une agricultrice.

Et puis il y a aussi ces 114 000 femmes mariées à des agriculteurs qui travaillent sur les fermes sans statut et donc sans protection sociale. Autant dire des invisibles. Depuis la nuit des temps agricoles, les femmes ont travaillé dans les fermes, s’occupant de la basse-cour, de la traite, du potager, de la préparation des repas des travailleurs... Pourtant, il aura fallu attendre la fin du XX^e siècle pour qu’elles commencent à être reconnues !

■ Des stéréotypes bien tenaces

Il faut dire que le monde agricole n’échappe pas tout à fait à la réalité. À commencer par les stéréotypes de genre qui se font écho de générations en générations, maintenant les femmes à certaines places qui leur reviendraient « naturellement », la belle affaire ! Prendre soin des bêtes et des naissances, ça c’est un travail pour les femmes. Tenir les comptes de la ferme, ça c’est un travail pour les femmes. Organiser les ventes

à la ferme, ça c’est un travail pour les femmes. La liste pourrait s’allonger encore de tâches prétendument particulièrement adaptées aux femmes.

Si cette conception paraît à mille lieues d’une société égalitaire qui tente de creuser son sillon, les préjugés liés au genre des personnes sont encore bien tenaces. Singulièrement dans le monde rural et agricole. Cela pourrait paraître un poncif. Malheureusement c’est bel et bien la réalité, encore aujourd’hui. Y compris sur les fermes bio.

■ Se faire une place

Au plus haut niveau de l’État, le ministère de l’Agriculture dresse le même constat : « *Aujourd’hui, près de 80 % des agricultrices constatent des inégalités liées à leur genre dans leur quotidien, et deux tiers d’entre elles considèrent qu’il est plus difficile pour une femme de se faire une place dans le monde agricole.* » Se faire une place : une rengaine que l’on entend souvent lorsqu’on écoute des témoignages d’agricultrices. Qu’elles

aient quatre-vingts ans ou vingt-cinq, elles disent la même chose : il m’a fallu trouver ma place, me faire ma place, créer mon activité sur la ferme pour avoir ma place... Visiblement, on ne naît pas agricultrice, on le devient, avec force preuves que les femmes en

PARTICULIÈREMENT MARQUÉE DANS LE MONDE AGRICOLE, LA DIVISION GENRÉE DU TRAVAIL ASSIGNE PRIORITAIREMENT LES HOMMES À LA SPHÈRE PRODUCTIVE ET LES FEMMES À LA SPHÈRE REPRODUCTIVE, TOUT EN ACCORDANT UNE PLUS GRANDE VALEUR AUX TÂCHES MASCULINES. AGROBIO 35

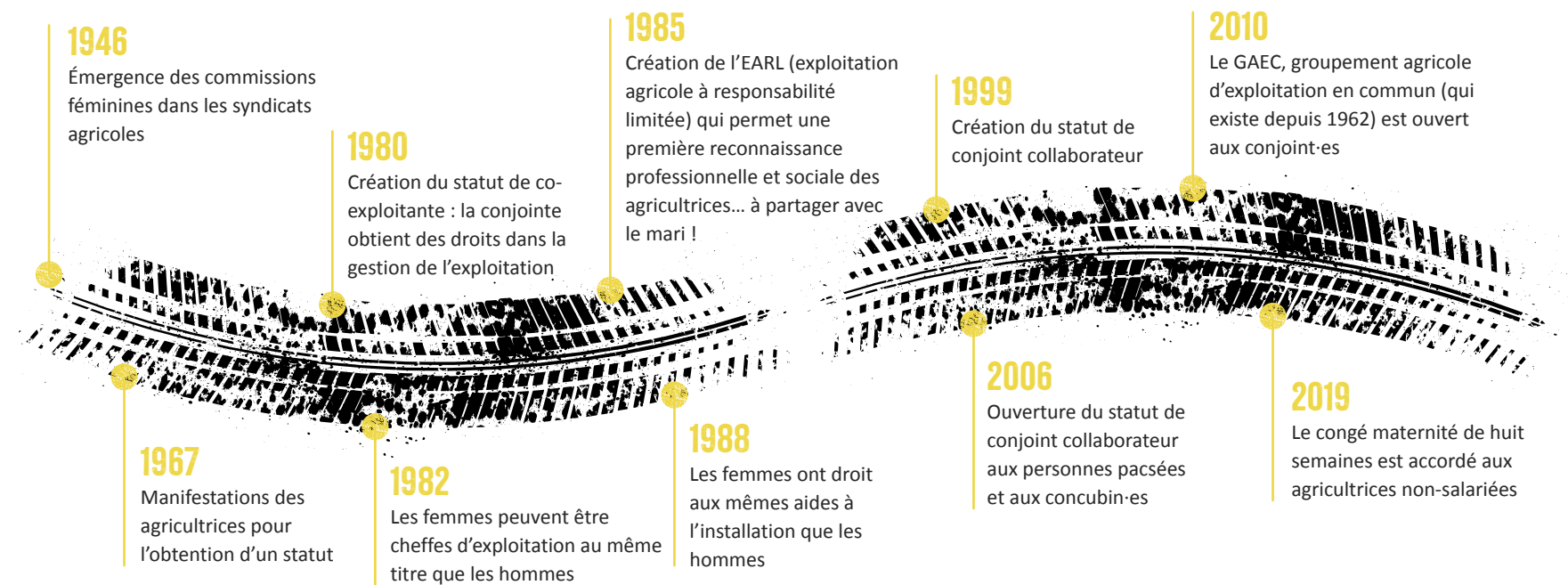
sont autant capables que les autres. Et doivent en plus jouer avec une contrainte spécifique aux fermes : l’imbrication de la vie familiale et de la vie professionnelle. Qui débouche, vous l’aurez peut-être deviné, sur une charge mentale liée aux tâches domestiques qui revient majoritairement aux femmes. Là encore, le monde de la bio n’y échappe pas : selon une enquête menée par la Fédération nationale d’agriculture biologique en 2018, 66 % des agricultrices bio en couple hétérosexuel prennent en charge la totalité ou presque du travail domestique.



LE SAVIEZ-VOUS ?

- Les femmes **représentent 29 % des actifs agricoles** et **¼ des chefs d’exploitation**.
- Les agricultrices **gagnent en moyenne 29 % de moins** que les agriculteurs.
- La **retraite des agricultrices est inférieure de près de 17 %** à celle des agriculteurs.
- Les agricultrices ont **presque 3 fois plus de troubles musculosquelettiques** que les agriculteurs.
- Dans le cadre de l’installation agricole, **les prêts accordés aux femmes sont 2,5 fois plus longs que pour les hommes**.
- **114 000 femmes** mariées à des agriculteurs travaillent à la ferme **sans statut**.

LE SINUEUX CHEMIN DES DROITS DES AGRICULTRICES



■ Une reconnaissance gagnée de haute lutte

La reconnaissance du travail des femmes est le premier nœud du problème. Et c’est l’histoire d’une lutte que nous pourrions raconter ici. La question du statut pourrait paraître technique, si celui-ci n’avait pas pour conséquence un moindre accès aux droits et à la protection sociale. Et puis l’ignorance de ce que font les femmes agricultrices, de leur capacité à produire. Et en fin de compte, leur invisibilisation.

Saviez-vous qu’avant 1980, elles n’avaient tout simplement aucun droit sur la gestion des fermes ? Saviez-vous qu’il aura fallu attendre 1985 et la création des exploitations agricoles à responsabilité limitée (EARL) pour qu’elles disposent des mêmes droits que leur époux ? Saviez-vous que ce n’est qu’en 1999 et l’apparition du statut de conjoint collaborateur – et dans les faits, il s’agit surtout de conjointes collaboratrices – pour qu’elles aient enfin un droit à la retraite et aux prestations sociales en cas d’accident du travail ou de maladie professionnelle ? Et que ce n’est qu’en 2006 que ce statut a été ouvert aux personnes pacsées et aux concubin-es ?

■ Parcours de la combattante

Si les femmes gagnent peu à peu des droits, la reconnaissance de leurs capacités à égalité avec celles des hommes est encore un pari à gagner. Car les préjugés continuent de tenir la dragée haute. Et les obstacles s’accumulent pour les femmes, dès la formation au métier. « *Les filles sont cantonnées dans des tâches subalternes (entretien des jardinières, entretien des boxes, nettoyage des ustensiles nécessaires à l’alimentation des animaux, etc.) et les garçons dans des activités valorisées (insémination des animaux, tronçonnage des arbres, préparation des terres agricoles, taille*

de la vigne, machinisme, etc.) » : c’est le triste constat que dresse Sabrina Dahache, enseignante-chercheuse en sociologie, qui a focalisé plusieurs travaux sur les dynamiques du genre dans les formations professionnelles et les professions agricoles et rurales.

Devenir agricultrice est un véritable parcours de la combattante. Car une fois formée, avec tout ce que cela suppose de sang-froid et de persévérance pour faire fi des préjugés sexistes qui ont la peau dure, il faut s’installer. Accéder à la terre, accéder aux prêts bancaires pour s’équiper. Là encore, les barrières liées au genre se dressent devant chaque agricultrice.

Pour être agricultrice, il faut de la terre. Pour avoir de la terre, il faut hériter. Ou il faut la louer. Ou il faut l’acquérir. En France en 2022, moins d’un tiers des terres agricoles sont la propriété de femmes. Sans compter qu’une bonne part d’entre elles les possèdent en indivision... avec leur conjoint ou leur frère !

Si les terres agricoles se transmettent plus souvent de père en fils que de mère en fille, les femmes cumulent les difficultés d’accès au foncier, y compris lorsqu’il s’agit de solliciter les banques pour un prêt. Non seulement les femmes doivent déployer beaucoup plus d’énergie pour convaincre qu’une femme est capable de mener à bien un projet agricole, mais lorsqu’elles décrochent leurs prêts, ils sont « *plus modiques pour elles que ceux qui sont consentis pour leurs homologues masculins* » expliquait déjà Sabrina Dahache devant le Sénat en 2017, en constatant « *des écarts en termes de durée de prêts allant de vingt-cinq ans en moyenne pour les femmes à dix ans pour les hommes.* »

Le projet collectif *Dégenrons l’agriculture* a réuni plusieurs réseaux agricoles pour mieux comprendre et lever les freins spécifiques rencontrés par les femmes qui souhaitent s’installer en agriculture. Une mine d’informations à découvrir sur : www.degenronslagriculture.fr

■ Femmes de

Soyons clairs, les femmes agricultrices n’ont été jusqu’à l’orée du XXI^e siècle que des « femmes de ». Et aussi des « filles de », des « belles-filles de ». En 1957, les premières commissions féminines de la FNSEA avaient pour objectif de « faire sa place dans le monde de l’homme » ! Soixante-dix ans plus tard, les clichés perdurent. Et la lecture du roman graphique *Il est où le patron*¹ écrit par une autrice et cinq paysannes est à ce titre assez éloquente. Dès qu’un visiteur franchit le portail de la ferme, partout où elles se rendent, sur le marché, à la chambre d’agriculture ou à la mutualité sociale agricole (MSA), les femmes sont renvoyées à leur supposé mari. C’est que le sexisme ordinaire est toujours bien présent, dans la société en générale et *a fortiori* dans le monde agricole. Un monde pensé par les hommes, pour les hommes.

Alors comment fait-on quand on a un gabarit fluët et que l’on nage dans la combinaison de travail ? Comment fait-on quand on a une force moins puissante, quand on a une taille moins haute et qu’il faut manipuler des machines et des outils pensés à hauteur d’hommes ? Dans son livre blanc publié en 2024, la MSA – la sécu des agriculteurs et agricultrices – en a même fait une de ses quinze propositions pour lever les freins à l’exercice des métiers agricoles par les femmes : obtenir une parité dans les commissions d’homologation du matériel pour intégrer de nouveaux critères (morphologie, poids du matériel...).

■ AFFRANCHIES DU REGARD MASCULIN, LES AGRICULTRICES PARTAGENT LEURS VÉCUS, SE FORMENT ET SE TRANSFORMENT.



AVEC AGROBIO 35, QUATRE FORMATIONS RÉSERVÉES AUX FEMMES PERMETTENT AUX PAYSANNES DE SE FORMER EN NON-MIXITÉ.

■ Se former, se transformer

Pour se libérer des injonctions liées au genre, des paysannes se réunissent, partagent leurs vécus et se forment, épargnées du poids du regard des hommes. Cela, ce n’est pas si nouveau – les commissions féminines ont émergé après-guerre dans les syndicats agricoles. Ce qui est nouveau en revanche, c’est la mise à distance de la complémentarité des rôles sur la ferme en fonction des genres. Et l’on se formera sans complexe à des tâches traditionnellement attribuées aux hommes. Si la non-mixité est pour cela un outil qui a fait ses preuves (*lisez notre entretien avec Anaïs Fourest ci-contre*), le catalogue de formation d’Agrobio 35, syndicat de paysan·nes bio d’Ille-et-Vilaine, en est l’illustration : cette année, quatre formations sont réservées aux paysannes. On y apprendra le travail du métal, l’entretien de la tronçonneuse et la mécanique tracteur. Et aussi les gestes et postures qui préservent le corps malgré les rudes mises à l’épreuve.

■ Les paysannes, aux manettes de la transition agroécologique

En attendant la reconnaissance à tous les niveaux, les femmes s’adaptent. Comme dans tous les milieux au demeurant. De fait, les paysannes s’orientent vers des projets plus sobres. Sur de plus petites surfaces, avec des méthodes moins mécanisées et moins gourmandes en intrants. C’est ce que pointe Clémentine Comer, sociologue dont la thèse en sciences politiques portait en 2017 sur la cause des agricultrices en Bretagne : « Statistiquement, les femmes s’installent davantage en filière bio, souvent dans des activités diversifiées avec de l’accueil à la ferme par exemple. »²

Les femmes seraient-elles les motrices d’une approche agroécologique de l’agriculture ? C’est ce que semblent exprimer plusieurs études. Peut-être les cailloux dans les bottes qu’elles doivent apprendre à supporter dès les jeunes années et à tous les stades de l’installation paysanne les auront orientées vers des pratiques viables et durables ? Peut-être ces cailloux sont aussi

ceux qui indiquent le chemin vers une pratique agricole qui prend en compte les écosystèmes dans leur globalité ? Peut-être le *care* auquel on renvoie souvent les femmes est une vraie solution ? C’est en tout cas ce que conclut une étude de l’Adage 35³ sur le rôle et la place des agricultrices dans les changements vers une transition agroécologique : « Le *care pourrait être mis en avant comme une solution pour conserver des systèmes viables et vivables pour toutes les espèces. [...] Il ne doit plus être une injonction liée au genre afin que tous et toutes puissent s’en emparer, réinventer les normes de masculinité et de féminité et partager la charge mentale de la transition agroécologique.* »



TRACT’HER

Atteindre l’égalité entre les hommes et les femmes en agriculture, une perspective que la Fédération nationale de l’agriculture biologique et ses déclinaisons bretonne et bretonnienne veulent accompagner de manière très concrète. En Bretagne, le programme Tract’her est une initiative inédite pour améliorer les conditions de travail des femmes sur les fermes. Le programme permet de diagnostiquer l’égalité sur les fermes volontaires et d’engager des actions pour rééquilibrer.

■ Parité (ou presque)

Au-delà des actions concrètes de terrain qui permettent aux femmes de gagner peu à peu en reconnaissance et en autonomie, comment faire entendre sa voix dans un monde dominé par les hommes ? On sait à quel point les syndicats sont des endroits où se jouent certains combats. On sait aussi que les femmes y sont encore largement sous-représentées. Les choses sont peut-être en train de changer. Sans aller jusqu’à parler de parité, à la FNSEA comme à la Confédération paysanne, on réserve des places aux femmes dans les instances de gouvernance.

La parité, Agrobio 35, l’a atteinte, il y a quatre ans. Aujourd’hui lors des réunions du conseil d’administration, les temps de paroles sont chronométrés et répartis de manière égalitaire. Pas de réunion le soir, pas de réunion le mercredi. Et Yann Jaffré son directeur d’affirmer : « *Sur la place des femmes, on a changé beaucoup de choses à plein de niveaux. Ça ouvre des perspectives, de la facilité pour les agricultrices et celles qui veulent le devenir.* » Oui, agricultrice est un métier de femme. Oui, les femmes peuvent aussi bien que les hommes mener des projets agricoles en toute autonomie. Leur en laisser la possibilité, vraiment, est un pari gagnant-gagnant, pour les droits des femmes et pour la protection du vivant.

1. *Il est où le patron*, Maud Bénézit & Les Paysannes en polaire, Marabulles, éditions Marabout
2. *Basta !*, mars 2024, « Si les agricultrices ont acquis des droits, c’est parce qu’elles se sont battues pour ».
3. L’Adage 35 est une association bretonnienne d’élèveurs et d’élèveuses en système herbager autonome et économe.

LES ELLES DU POUVOIR.

Le groupe des Elles de l’Adage 35 réunit depuis 2017 des paysannes qui se retrouvent en non-mixité choisie pour échanger sur leurs vécus, se former et travailler sur la question de la place des femmes en agriculture. Rencontre avec Anaïs Fourest, animatrice du groupe.

Comment est né le groupe Les Elles de l’Adage ? Pour répondre à quelles problématiques, en réponse à quel constat ?

À rebours de ce qui se fait habituellement, le groupe s’est constitué sur la proposition du président de l’époque (à qui la conjointe avait soufflé l’idée dans l’oreillette – mais ça, nous ne l’avons su que plus tard !). En 2017 donc, la proposition d’un groupe en non-mixité a été faite à un conseil d’administration majoritairement composé d’administrateurs. La seule administratrice de l’époque était d’ailleurs plutôt réfractaire à cette idée au départ : elle était très active dans son groupe local par ailleurs, mais ne comprenait pas la non-mixité.

Il y avait de la motivation à investiguer le sujet. Car finalement, on voit peu de paysannes dans les groupes de l’Adage, alors que sur les fermes adhérentes, il y en a. Nous voulions analyser ce qui les freine à venir en formation, en groupes de réflexion. Et organiser des espaces dédiés qui leur permettent de partager leurs vécus.

En 2019, nous avons fait un travail, avec les femmes, pour mieux connaître les paysannes de l’Adage. Nous voulions comprendre les raisons pour lesquelles elles viennent ou ne viennent pas en formation.

Et puis nous avons organisé des formations en non-mixité. Au départ, l’envie, c’était de travailler sur les enjeux autour du genre en agriculture. Et de travailler ces enjeux individuels en collectif, pour monter en compétences. Aujourd’hui, ça continue presque exactement dans ces objectifs-là.

Vous organisez des formations pensées par des femmes pour des femmes, de quoi s’agit-il ?

On a mis en place des formations en non-mixité pour les paysannes élèveuses. Sur la conduite de tracteurs, la tronçonneuse, l’électricité, les enduits en terre crue, la mécanique, le travail du métal, la construction bois charpente, la taille et la greffe d’arbres fruitiers... Des formations très techniques, stéréotypées. Mais il y a eu aussi des formations sur les gestes et les postures, qui ont permis de faire de l’autoconstruction d’outils adaptés. Et puis aussi des formations à l’autodéfense verbale, à la transformation du fromage. Notre gamme est large ! Cette année, il y aura des formations d’accompagnement à la contention, d’aide au vêlage et de résolution de conflits.

Le groupe détermine lui-même son programme, en fonction des besoins, des problématiques du moment. S’il y a les compétences au sein du groupe, on les valorise. Les paysannes prennent alors la place d’intervenantes. Parfois, c’est du partage entre toutes :



chacune vient avec ses outils, ses questions. On est sur de l’éducation populaire très collective.

La non-mixité, à quoi ça sert ?

Effectivement ça ne parle pas à toutes nos adhérentes. Il y a des paysannes que ça a intéressé tout de suite, d’autres qui sont venues par curiosité, d’autres qui ne sont jamais venues.

La non-mixité, ça permet, sinon de libérer la parole, du moins de lui donner une place. Et une *autre* place. On se permet plus facilement d’exprimer ses doutes, avec beaucoup moins de jugement, en s’autorisant à s’affranchir du regard des homologues masculins qui, consciemment ou plus souvent inconsciemment, mettent un niveau de pression. En mixité, plein de choses positives se passent. Mais pour beaucoup de paysannes, il y a une forme de pression qu’elles se mettent elles-mêmes à vouloir montrer qu’elles sont capables, qu’elles savent faire. Être en non-mixité permet de s’affranchir de cela : je vais m’autoriser à partager mes connaissances et mes non-connaissances.

Ça crée de la sororité aussi. Ce n’est pas pour ça qu’on vient, mais ça la crée, vraiment. Il y a de la solidarité, de l’écoute, de l’encouragement. Ça crée des choses riches humainement, individuellement et collectivement.

En 2021, nous avons réalisé une étude sur les trajectoires des groupes non-mixtes et ce que cela produit. Ce qui en est ressorti, c’est que ça crée du

pouvoir. Du *pouvoir avec*, du *pouvoir intérieur* et du *pouvoir de faire*. C’est différent du *pouvoir sur*.

Le *pouvoir avec* c’est ce qui est de l’ordre du réseau social – mais celui de la vraie vie, autour de l’entraide et de la sororité. Ça agit pour l’émancipation des femmes individuellement et collectivement.

Le *pouvoir intérieur* est quelque chose de plus individuel. On prend conscience des effets du genre et de ce que ça crée sur soi, de son rapport au travail et à énormément de choses. Ça permet de prendre confiance en soi, de déculpabiliser. Ça crée de l’estime et de la confiance. Qui serviront collectivement aussi.

Le *pouvoir de faire* permet de prendre une nouvelle place, d’oser mettre en place un nouvel atelier sur la ferme, un nouveau modèle, de donner son avis, de prendre des décisions, de s’affirmer. Sur sa ferme ou dans des instances professionnelles.

Avec plus de huit ans de travail avec les élèveuses, que dites-vous des effets que la non-mixité produit ?

Ça produit des effets positifs à plusieurs niveaux. Pour les paysannes qui participent à ces groupes. Pour ce que ça fait bouger sur leurs fermes.

Ça produit aussi des choses dans le réseau, dans nos structures, des prises de conscience plus globales. Ça fait évoluer au-delà du groupe lui-même. Ça crée des discussions, ça crée des débats. L’existence d’un groupe non-mixte amène des questions sur les enjeux de genre au-delà du périmètre des fermes, dans la société en général. C’est une ouverture, une prise de conscience pour tout le monde.

Nos adhérentes passées par le conseil d’administration sont impliquées dans les cuma, les associations de remplacement, les syndicats. Dans le groupe des Elles et parmi nos adhérentes en général, plusieurs ont pris des responsabilités extérieures.

Aujourd’hui, il nous faut diffuser plus largement, en mixité. Amener de véritables prises de conscience. Partager nos travaux, on le fait. Mais entre les partager et les vivre ce n’est pas la même chose. Les paysannes qui ont cheminé ont pris conscience, pas parce qu’on leur a dit mais parce qu’elles ont éprouvé. Comment faire vivre et pas uniquement entendre ? Nous aimerions que ce soit notre prochain jalon. C’est très ambitieux, mais nous y œuvrons avec conviction !

+ D’INFOS

www.adage35.org

LA ROCHERAIE, FERME VIVANTE.

À Corps-Nuds se trouve une ferme bien vivante, qui cultive en biodynamie les céréales, les pommiers et l'esprit du collectif. Rencontre avec une paysanne engagée pour le vivant.



Hasard du calendrier, c'est au nouvel an lunaire que nous avons rendu une petite visite à Mathilde Simonneaux. Fille, petite-fille et arrière-petite-fille de paysannes. Et sœur aussi, de trois hommes dont le plus jeune, Clément, l'a rejoint dans l'aventure de la ferme il y a quelques années.

Si nous voulions aller traîner nos bottes sur les terres de Corps-Nuds, ce n'est pas uniquement pour admirer le champ de seigle en cours de levée, le verger de plein vent et le clocher aux airs de bulbe en arrière-plan. C'est pour comprendre ce qui se cache derrière ces bouteilles élégantes et ces sachets de farine si fluide que même la T80 est apte à la pâtisserie la plus raffinée. Nous n'y sommes pas allés par quatre chemins, nous avons pris le bus et marché six cents mètres : elle est là, accolée au centre-bourg de Corps-Nuds, la ferme de la Rocheraie.

■ Une histoire de famille

La ferme de la Rocheraie, c'est d'abord une histoire de famille. Et l'histoire de Mathilde est intimement liée à celle de la ferme. « Mon arrière-grand-père a gagné l'Épi d'or. Mon grand-père a installé une porcherie et il a été l'un des premiers à avoir un tracteur. Mes parents l'ont convertie en bio et ont mis en place la fabrication de jus de pomme et de farine. À trente ans, je me suis installée sur la ferme. » À la Rocheraie, on est paysan de père en fils et de mère en fille. Une histoire de transmission et d'adaptation. Avec un enjeu : non pas

celui de conserver la propriété des terres, mais celui de maintenir la fertilité des sols.

Avant de poser définitivement ses bottes sur la ferme familiale, Mathilde s'est nourrie d'expériences à l'autre bout de la terre, en Polynésie et en Haïti. « Dans le monde, ce sont les paysans qui sont les plus pauvres, ça m'a toujours insurgé. » Son credo : la souveraineté alimentaire. Pas celle que l'on nous sert aujourd'hui pour justifier des pratiques délétères qui épuisent les sols et essorent les personnes qui les cultivent. Celle qui donne aux paysannes et paysans le pouvoir de nourrir et de se nourrir de son travail. En Polynésie, en Haïti, en Normandie et aussi à Corps-Nuds.

■ La ferme comme bien commun

Au moment de la transmission de la ferme d'une génération à l'autre, cela a été presque comme une évidence d'en confier la propriété à la foncière Terres de liens pour lui garantir sa vocation agricole en bio. Car au-delà de la difficulté à acquérir ces terres qui avaient été fragmentées au fil des générations et des successions, ce qui compte le plus pour Mathilde, ce n'est pas la propriété des terres et des bâtiments agricoles, mais bien ce qui se passe sur la ferme. Ce qui se produit de collectif aussi. « Aujourd'hui, je ne suis pas propriétaire de la ferme. Ça me rassure en m'ôtant un poids. Ça ouvre aussi des possibilités pour faire du collectif » explique la paysanne.

Alors les premières années on explore le collectif, on réunit des porteurs et porteuses de projets, on cogite, on débat, on teste, on prend des décisions collectivement. Ici, il y a eu du maraîchage avec Laura, des brebis laitières avec Hugo, de la boulange pendant quatre ans. Et finalement, c'est avec d'autres qu'on invente des collaborations : Jean-Christophe, éleveur bovin à Brie troque volontiers fumier contre paille, et fait paître ses vaches sur les parcelles de la Rocheraie lorsqu'elles sont en prairie. Chacun y trouve son compte : les vaches de Jean-Christophe mangent de la bonne herbe bio, les prairies de Mathilde sont fertilisées pendant quatre ans avant d'accueillir les cultures de céréales pendant les quatre années suivantes.

■ Du champ au moulin

Des céréales, il y en a de plusieurs sortes sur la ferme de la Rocheraie. Du blé et du sarrasin principalement, du seigle et de l'épeautre, un peu de maïs aussi. Toutes cultivées avec des semences paysannes, sélectionnées

année après année par Mathilde, avec le soutien de l'équipe de Véronique Châble à l'Inrae et de la jeune entreprise *D'une graine aux autres* dont nous avons dressé le portrait dans le numéro 116 de *La Feuille*. Ici, la biodiversité cultivée est au cœur de l'écosystème. Car la diversité des semences est la garantie d'une adaptation aux aléas inhérents à l'agriculture. Une semence adaptée est une semence qui s'adapte pourrait-on dire. Alors la paysanne élabore des mélanges de graines, qui nourrissent aussi bien les personnes qu'elles préservent les sols et trouvent leur juste place dans l'écosystème. Sur les vingt hectares cultivés en céréales, il y en a un qui est précisément dévolu à accueillir la production de semences.

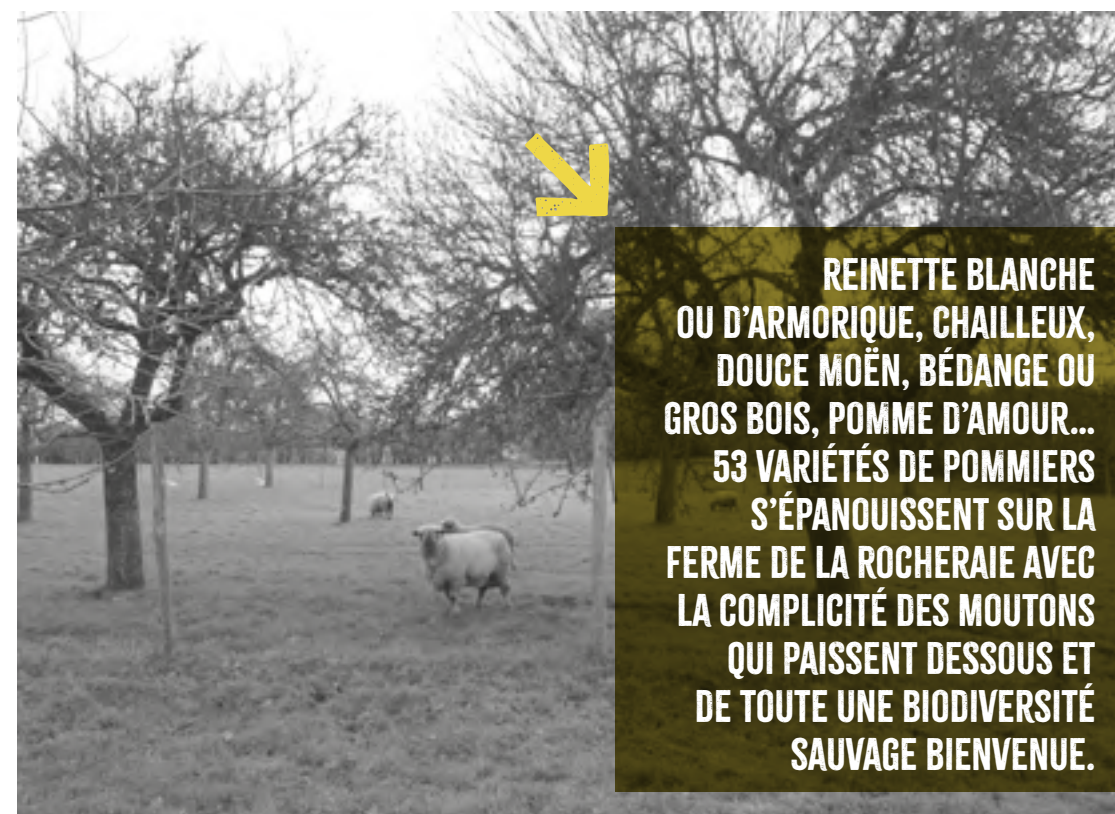
C'est ainsi qu'on cultive par exemple du seigle de Pluvigner, une variété qui atteint facilement les deux mètres quarante, là où les céréales sont souvent modifiées pour ne pas dépasser la hauteur du genou. Ce jour de février, le seigle ne mesure encore qu'une vingtaine de centimètres et il a bien talé : le premier brin a permis à quatre ou cinq autres de s'enraciner. Et avec toute l'eau qui est tombée cet hiver, on attend

« SÉLECTIONNER LES VARIÉTÉS, C'EST FABULEUX CAR C'EST INFINI. »

le bon moment pour passer la herse étrille : l'outil qui permet le désherbage mécanique, autrement dit sans recours aux produits chimiques. Grâce à ses dents courbées, elle déracinera les petites plantes dont on ne veut pas, mais laissera en place le seigle qui a déjà bien pris racine et, au pire, couchera avant de se redresser droit vers le ciel (et le soleil qu'on attend avec impatience).



Aussitôt moulue, aussitôt vendue : il ne faut pas plus d'un mois à la farine toute fraîche de la Rocheraie pour rejoindre les cuisines de celles et ceux qui sauront la transformer en petites merveilles.



REINETTE BLANCHE
OU D'ARMORIQUE, CHAILLEUX,
DOUCE MOËN, BÉDANGE OU
GROS BOIS, POMME D'AMOUR...
53 VARIÉTÉS DE POMMIERS
S'ÉPANOUISSENT SUR LA
FERME DE LA ROCHERAIE AVEC
LA COMPLICITÉ DES MOUTONS
QUI PAISSENT DESSOUS ET
DE TOUTE UNE BIODIVERSITÉ
SAUVAGE BIENVENUE.

Sur la ferme de la Rocheraie, les céréales sont toutes en « haute paille » : à maturité, elles mesurent au moins un mètre cinquante. Alors bien sûr, elles peuvent verser et avoir un rendement plus faible, mais elles sont digestes, même pour les estomacs les plus sensibles. Car ce que l'on veut ici dit Mathilde, c'est avant tout « des produits bien vivants qui font du bien. »

Défi semence du moment : élaborer le bon mélange pour pouvoir produire du sobacha, ce sarrasin torréfié destiné à l'infusion. Encore un peu de patience, cela ne fait que quatre ans que l'équipe est sur le coup !

Une fois sélectionnées, une fois semées, une fois moissonnées, une fois triées, les céréales filent au moulin, ou plutôt aux moulins. Car depuis que Clément a rejoint l'aventure il y a quelques années, on s'est équipé d'un second moulin. Toujours un modèle Astrié, la Rolls des moulins. Avec sa meule de pierre finement ciselée, il a le bon goût de ne pas écraser les grains mais de les dérouler pour en libérer la farine en toute délicatesse. Et préserver du même coup tous les nutriments présents dans la farine. « Cela donne une farine très fine mais nutritionnellement meilleure » explique Mathilde. Heureux les camarades des boulangeries les plus engagées, de quelques bonnes tables et de toutes les cuisines ordinaires qui transforment cette farine de Corps-Nuds en tartes, en pains et en gâteaux.

■ Du verger au pressoir

Et puis il y a le verger. Trois hectares de pommiers de haute tige, un verger de plein vent où les trois cent quatre-vingts arbres sont espacés d'une dizaine de mètres. L'espace qu'il leur faut pour s'épanouir sans se pousser dessus et éviter la propagation d'éventuelles maladies. L'espace aussi qui accueille les quelques brebis et neuf agneaux tout juste nés la nuit précédant notre visite. Ici, les animaux sont de précieux alliés :

les moutons cassent les galeries des campagnols, préviennent les infestations d'araignées rouges grâce au suint qu'ils déposent en se frottant aux troncs et fertilisent les sols.

Mais revenons à nos pommiers. « J'ai conservé les arbres de haute tige car c'est beaucoup plus résilient : les racines vont puiser profondément dans le sol, les arbres s'expriment dans leur nature propre, ils sont plus rustiques et moins sensibles aux maladies » détaille la paysanne qui a replanté en arrivant sur la ferme. Un nouveau verger qui a mis huit ans à donner. Mais vivra encore quatre-vingts ans au moins ! Cette année a été une année à pommes. Cinquante tonnes ramassées à la main une fois les fruits au sol. Ce qui est bien quand on diversifie les variétés, c'est qu'en plus d'être complémentaires en termes de goût, leur maturité s'étale sur la saison !

À la Rocheraie cette année, la récolte s'est étalée de début septembre à mi-décembre. Et les cinquante variétés de pommes de la ferme ont été transformées en trente mille litres de jus. Pomme, pomme-coing, pomme-gingembre, pomme-betterave, les recettes sont élaborées en suivant un principe : le goût ! Et chaque cuvée est différente. Le jus de pomme nouveau est le plus sucré, le plus concentré car il a pris le soleil de l'été. Puis l'on dégustera la cuvée de cœur de saison et la cuvée tardive, chacune avec sa spécificité. « Chaque cuvée a un goût différent explique Mathilde, il y a des variations dues aux saisons : le jus, c'est du vivant. » On ne révélera pas le petit secret des jus uniques de la ferme de la Rocheraie mais ce que l'on peut dire, c'est que les terrains schisteux comme celui d'ici produisent des pommes bien concentrées en goût. Et qu'un mélange de pommes à cidre, de pommes à jus et de pommes acides donnera du caractère au breuvage.

À l'automne, lorsque les fruits sont mûrs, débute la course au jus. Alors il faut être cinq et bien organisés pour que les pommes soient pressées au plus près de la récolte pour exprimer toutes leurs potentialités. « On récolte le lundi tout à la main, le mardi on presse, le jeudi on pasteurise et on met en bouteille par lots de trois mille litres. » Toutes les semaines de septembre à décembre ! Il en aura fallu cette année, des sessions de transformation, pour préparer les bonnes bouteilles qui rejoindront bientôt les tables des plus fins gourmets et de tous les enfants gourmands.

Ce jour de février, le calme règne sur la ferme. Le pressoir se repose, le moulin moud et une brebis est en train d'agneler paisiblement. Bientôt il faudra penser décoction et badigeon. Avant le printemps, la décoction de prêle préviendra les maladies cryptogamiques et limitera la prolifération des champignons. Le badigeon, lui, est un mélange de petit lait et de bouse de vache appliqué sur les troncs tous les cinq ans : il nourrira et protégera les arbres pour leur permettre de donner le meilleur.

Pratiquer une agriculture qui prend soin du vivant et des écosystèmes, c'est bien ce que font Mathilde et Clément sur la ferme de la Rocheraie. Ce n'est pas qu'un conte de fée que l'on pourrait vous raconter pour le nouvel an lunaire, c'est une histoire, une vraie. Avec aussi ses déboires parfois. Qu'on ne s'y trompe pas, « la réalité, c'est aussi beaucoup de galères » mais Mathilde est positive, toujours. Et nous lance comme un message à diffuser largement : « Venez ! Venez vous installer en agriculture ! On a besoin de paysannes et paysans pour préserver le vivant ! »



Zéro additif, zéro filtration : les jus de la Rocheraie préservent tout le meilleur.

PAYSANS DE NATURE, BIODIVERSITÉ À LA FERME.

Un collectif de paysan·nes, citoyen·nes et naturalistes se retrouve les manches pour accueillir et préserver la biodiversité sauvage, patrimoine commun indispensable à notre écosystème. Coup de projecteur sur Paysans de nature.

Les espaces agricoles occupent pas moins de la moitié du territoire français. C'est dire s'ils sont un levier majeur de préservation de l'environnement. Faire de l'installation agricole un outil de défense de la biodiversité sauvage, tel est l'objectif du réseau Paysans de nature. Né à l'initiative de paysannes et paysans et de la Ligue de protection des oiseaux (LPO) de Vendée face au triste constat de l'effondrement de la biodiversité, il ambitionne de contribuer à l'installation de fermes qui accueillent et protègent les oiseaux, insectes, amphibiens et autres mammifères. Toute une faune sauvage précieuse pour les écosystèmes et la pérennité de nos conditions de vie sur terre.

Mais pourquoi est-ce si important ? Tout simplement parce qu'il en est de notre survie ! La biodiversité sauvage, ce n'est pas juste de mignonnes petites bêtes ou des oiseaux qui chantent dans les arbres. C'est surtout le maillon essentiel de notre écosystème. Celui qui permet la vie, l'agriculture, l'alimentation. L'Inrae¹ ne dit pas autre chose en affirmant que « la biodiversité est essentielle à la résilience des écosystèmes, à la sécurité alimentaire et à la santé. »

Paysans de nature a conscience que ce bien commun est un patrimoine précieux à protéger, et même à développer. Outiller un réseau engagé de paysan·nes et de citoyen·es à l'échelle de petits territoires constitue sa mission principale. Comment ? Grâce à un panel d'actions qui permettent de former, de « recruter » de nouveaux et nouvelles paysannes, d'aménager les fermes et de modeler les paysages pour accueillir la biodiversité sauvage.

■ Dialogue permanent avec la nature

Au premier rang de ces outils, le « Dialogue permanent avec la nature » est une approche participative fondée sur l'observation de la vie sauvage sur la ferme par un triptyque citoyen·ne-paysan·ne-naturaliste.

Le dialogue permanent avec la nature - DPN pour les intimes - se déroule en deux temps. D'abord on organise une visite de ferme avec un ou une paysanne invitée et un ou une habitante du territoire sensible à la place laissée à la nature. Cette visite permet d'écouter et de comprendre le projet de la ferme. On y observe les choix techniques retenus pour l'alimentation des animaux, la fauche, les traitements vétérinaires, la gestion de l'eau... On regarde la manière dont sont pris en compte les éléments de paysage que constituent haies, mares, zones inondées, bords de rivière,



chemins creux, arbres têtards, buissons... On prend en compte aussi l'engagement sociétal de la ferme : accueil de stagiaires ou de sorties nature, veille foncière, organisation d'événements en lien avec la biodiversité.

L'étape deux, c'est la « commission de progrès pour la biodiversité ». Une équipe rassemble paysan·nes, citoyen·nes et naturalistes autour de la ferme « auditée » pour établir ensemble les progrès à réaliser. Creuser une mare, planter cinquante mètres de haie, remplacer la paille par du foin fauché tardivement, accueillir un stagiaire sur tel sujet sont autant de préconisations qui l'engagent dans une trajectoire d'accueil accru de la biodiversité sur la ferme.

■ Un projet citoyen

Paysans de nature n'est pas un label. Paysans de nature n'est pas une association de protection de la nature en plus. Paysans de nature n'est pas un organisme agricole. Paysans de nature est un groupe de personnes, citoyennes, paysannes, naturalistes qui toutes tendent vers une volonté commune : développer une agriculture favorable à la santé des écosystèmes et donc à notre santé à tous et toutes !

Une ferme, deux fermes, trois fermes... aujourd'hui, elles sont plus de cent cinquante en France à nourrir la vision d'un monde où la biodiversité sauvage est (plus que) la bienvenue. Parmi elles on trouve Les Trognés, Plantago, Bréti'Graines, Le Berre, Fruits des bois. Quelques noms qui vous disent peut-être quelque chose, vous qui vous approvisionnez en bons produits paysans chez Scarabée !

SUR LA FERME DE MARINE PETIT À SAINT-AUBIN-D'AUBIGNÉ, LE COLLECTIF A CRÉÉ DES ABRIS À REPTILES, UNE MARE, UNE HAIE SÈCHE ET UN GÎTE À BELETES. BIENVENUE LA FAUNE SAUVAGE !

+ D'INFOS

www.paysansdenature.fr

1. Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement

DU COMPOST VRAIMENT TRÈS LOCAL.

Vous commencez à préparer vos plantations de printemps ? Vous voulez nourrir votre terre pour la rendre plus fertile ? Vous cherchez du compost vraiment très très local ? Nous avons ce qu'il vous faut ! Le compost de Rennes du compost est réalisé à Rennes à partir des biodéchets d'entreprises et de restaurants locaux, tout simplement. L'idée a germé dans la tête de trois femmes à une époque où un méchant virus rôdait partout sur la planète. Et puis le projet a poussé tranquillement. Aujourd'hui, la joyeuse équipe ne fait pas les choses à moitié : collecte à vélo, compostage au cœur de Rennes, organisation en coopérative (SCOP). Et surtout garantie



d'un compost apte à l'utilisation en agriculture biologique : pouvant atteindre une température de soixante-dix degrés lors de la transformation, le compost ne contient aucun résidu de pesticides. Et est plus efficace que le terreau.

Et puis en bonne entreprise de l'économie sociale et solidaire, Rennes du compost ne se contente pas de valoriser nos biodéchets pour en faire un compost « normé ». Elle accompagne aussi toutes celles et ceux pour qui préserver la planète rime avec réduction des déchets : ateliers sur la vie du sol, audit sur la réduction des déchets, formations au compostage, installa-

tion de composteurs et même accompagnement de projets de toilettes sèches ! Mais ça, c'est encore une autre histoire que nous vous raconterons peut-être un jour.

En attendant, nous vous proposons de nourrir votre terre avec du bon compost ultralocal concocté juste ici, à quelques centaines de mètres du magasin de Cleunay qui vous le propose désormais.

+ D'INFOS

www.rennesducompost.fr

LES TROGNES, VIANDE DE BŒUF BIEN ÉLEVÉE.

Elle est rouge, elle est persillée, elle est juteuse, elle est moelleuse, elle est tendre, elle est savoureuse. Bref, elle est exquise notre bonne viande de bœuf de race armoricaine ! Et vous savez quoi ? Nous sommes vraiment très heureux de l'accueillir sur les étals de nos boucheries. D'abord parce qu'elle est d'une qualité exceptionnelle. Et aussi parce qu'elle est produite sur une ferme qui cultive les valeurs de respect du vivant et de coopération. Sur les soixante hectares de la ferme des Trognés à Tresbœuf, on élève les vaches en plein air et on les nourrit exclusivement à l'herbe et au foin. Pas étonnant que leur viande soit si riche en oméga 3 et 6, ces acides gras polyinsaturés importants pour la santé.

En alternance avec la bonne viande de Bretonne pie noir, vous pouvez trouver dans vos magasins de Cleunay et Papu côtes et entrecôtes, faux-filet et biftecks, viande hachée et merguez de bœuf de race armoricaine, préparés avec soin par Yoann, Clément, Pascal, Johann ou Radomir.

+ D'INFOS

www.lestrognés.fr



ZÉRO CHOCO POINTÉ.

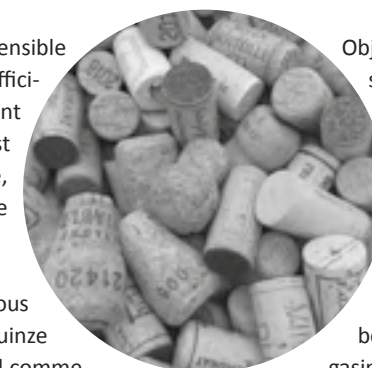
Dans la famille zéro choco, on demande les pépites ! Cuisinez gourmand en adoptant ces nouvelles pépites : appelées pistoles, ces petites gourmandises sont fabriquées à partir de pulpe de caroube cultivée en Italie. Torréfiées puis raffinées avec soin, elles s'utilisent en pâtisserie pour donner corps à toute vos envies. Il paraîtrait même qu'elles se laissent volontiers croquer en toute simplicité. Sans lait ni allergènes, avec moins de sucre qu'un chocolat au lait, elles conviennent à tous les régimes. Surtout à celui qui veut préserver la planète tout en ne cédant rien à la gourmandise.

Découvrez les pistoles de caroube au rayon épicerie ou au rayon vrac dans tous vos magasins sauf celui de la rue Vasselot.

DES BOUCHONS DE LIÈGE POUR UN MONDE SOLIDAIRE.

Léger, naturel, imputrescible, insensible à l'humidité et aux rongeurs, difficilement inflammable, bon isolant thermique et phonique, le liège est une ressource précieuse. Chez Scarabée, nous collectons les bouchons de liège pour leur donner une seconde vie.

L'association Les Colocaterre dont nous sommes partenaires depuis plus de quinze ans les récupère, les broie et les revend comme isolant. Et les euros perçus en échange, que deviennent-ils ? Ils financent des projets de solidarité pardi ! Comme par exemple celui de l'association Emmaüs Terre qui a reçu en novembre dernier un chèque de 2 000 euros pour poursuivre sa mission.



Objectif : permettre l'insertion de personnes en précarité par la fabrication de briques en terre crue et la construction écologique.

Du bouchon à l'insertion, il y a une voie que l'on vous propose d'emprunter une fois la bouteille bue ! N'hésitez pas à déposer vos bouchons de liège dans tous nos magasins, excepté celui de la rue Vasselot.

+ D'INFOS

www.lescolocaterre.org

LES SCARABÉES ONT DU TALENT !

Parce que derrière chaque personne qui vous accueille au restaurant, il y a un cœur qui vibre, des passions, des talents insoupçonnés, on a décidé de lever le voile pour vous présenter dans chaque numéro de *La Feuille* l'un de nos précieux scarabées.



SABRINA,
BOXEUSE AFFIRMÉE

Vous ne l'avez probablement jamais croisée en magasin. Sabrina manie les chiffres avec brio, la déclaration de TVA n'a aucun secret pour elle, l'expression « compte de résultat prévisionnel » ne lui donne pas de boutons et elle ne confond jamais actif et passif. Quand elle ne tape pas sur son clavier de comptable, elle enfle ses gants de boxe.

Sabrina, un mètre cinquante, quarante-cinq kilos : qui aurait cru qu'un si petit gabarit se lance avec autant d'enthousiasme dans la boxe ? Elle-même a du mal à y croire lorsqu'il y a quelques années une amie lui propose de l'accompagner à une séance. « *C'est un peu par hasard que je me suis mise à la boxe. Quand j'étais jeune, je faisais du patinage artistique !* »

Une séance juste pour tester. Et le virus de la boxe à la clef. Désormais, tous les vendredis en fin de journée, ce n'est ni apéro avec les amies, ni cocooning à la maison, c'est boxe ! Boxe féminine, avec douze femmes aussi mordues qu'elle. De vingt à cinquante ans, en mode intergénérationnel. On s'échauffe, on court, on fait des levers de genoux et des jumping jack, on s'étire, on fait un peu de cardio. Et on finit par un combat, ou plutôt une « opposition ». Car ici, on n'est pas des Rocky et Sabrina ne quitte pas le ring avec des bleus autour des yeux. Le respect de l'adversaire est la base et c'est le collectif qui porte les individus.

Et puis c'est un sport très complet où tous les muscles sont en action : « *ça dessine le corps, explique Sabrina, tu travailles tous les muscles. On ne trouve pas ça dans tous les sports.* »

Après une semaine intense de travail, quoi de mieux pour lâcher prise qu'une séance de boxe entre femmes ? Boxe anglaise, boxe française, kick boxing ou muay-thaï, toutes les manières de boxer sont bonnes pour évacuer les tensions. Surtout lorsqu'on est plutôt du genre cérébral comme Sabrina. « *Quand je boxe, je mets mon cerveau en mode off confie-t-elle, je lâche prise pour me concentrer sur les mouvements. J'évacue tout.* » Si la boxe lui a permis d'éviter le burn-out à une période où la vie n'était pas toute rose, c'est aujourd'hui devenu un rendez-vous qu'elle ne manquerait pour rien au monde. « *Si j'arrêtais, il me manquerait quelque chose. Ça me vide l'esprit, ça me fait du bien. Mon corps a besoin de faire du sport.* »

Surtout, la boxe lui a permis de s'affirmer. Elle qui avait tendance à vouloir toujours arranger tout le monde, à ne pas chercher d'histoire, a appris à s'imposer. « *Ça m'a donné confiance en moi. Je dis souvent oui. Avec la boxe, j'ai aussi appris à dire non* » dit Sabrina avec le sourire aux lèvres. Par contre, à la question de savoir si elle ne se laisserait pas tenter par une deuxième séance hebdomadaire la prochaine saison, il se peut fortement que ce soit un grand oui.

« DU HAUT DE MON MÈTRE CINQUANTE, JE FAIS DE LA BOXE ET ÇA ME FAIT DU BIEN, AU CORPS ET À L'ESPRIT. »

» ENTENDU CHEZ SCARABÉE

" POURRIEZ-VOUS ME TRANSMETTRE VOTRE RECETTE DU FINANCIER AUX ÉPINARDS ? "

Fanny a dégusté ce plat alors qu'elle était en convalescence à la clinique toute proche de notre restaurant de Cleunay. Selon ses mots, il l'a vraiment aidé à récupérer et revêt une valeur particulière pour elle. Quel honneur pour nos cuisinières et cuisiniers ! Et il semble qu'Hippocrate avait raison de dire « *Que ton alimentation soit ta première médecine.* » Alors voilà, nous avons le plaisir de vous l'offrir, en page 16 de ce journal.

IL ÉTAIT UNE BERGÈRE.



Alors que la pratique-même de l'élevage est aujourd'hui contestée, Stéphanie Maubé, éleveuse militante qui défend une agriculture à taille humaine pour une alimentation de qualité, apporte sa contribution au débat.

Sa trajectoire est hors du commun. Parisienne née sur l'île de la Cité, elle menait carrière dans l'audiovisuel et le graphisme jusqu'à sa rencontre avec un éleveur de moutons dans le Cotentin. À trente ans, elle décide d'une reconversion radicale. Aujourd'hui, Stéphanie produit en bio des agneaux de grande qualité, dans un site exceptionnel et protégé. Son histoire, c'est celle d'une bergère se battant contre vents et marées pour l'avenir d'un métier qui reste en accord avec ses valeurs.

Journaliste et écrivain, Yves Deloison l'a suivie dans son travail quotidien, dans ses questionnements, dans ses échanges avec d'autres agriculteurs et des personnalités telles que Jocelyne Porcher, spécialiste de la relation de travail avec les animaux ou Stéphane Travert, ancien ministre de l'Agriculture et député de la Manche.

Avec ce livre, on en apprend beaucoup sur le métier, mais aussi sur ses conditions d'exercice éprouvantes.

Ce livre peut être emprunté au centre de ressources et de documentation de la Maison de la consommation et de l'environnement où vous trouverez également des ouvrages sur la faune et la flore, l'alimentation durable, des guides pratiques pour vos vacances à vélo, des ressources sur la construction et la rénovation écologique, l'habitat participatif, le jardinage au naturel...

IL ÉTAIT UNE BERGÈRE

Yves Deloison et Stéphanie Maubé,
Éditions du Rouergue, 2020



TRANSFORMER LA FEUILLE EN NICHOR À HIRONDELLES.

Le papier recyclé, c'est bien. Le papier réemployé, c'est mieux ! À chaque numéro de *La Feuille*, Scarabée vous propose une recette simple pour réutiliser les feuilles de votre journal préféré et lui donner une deuxième vie, tout aussi chouette que la première.

Avec le printemps qui pointe le bout de son nez, on attend avec impatience le retour des hirondelles, leurs ballets gracieux et leurs cris caractéristiques qui annoncent le retour des beaux jours. Pour les accueillir avec soin, nous vous proposons de réaliser un nichoir à hirondelles en papier mâché.

1. Pour commencer, réalisez une colle toute naturelle en faisant cuire à feu doux deux cuillers de farine et quinze à vingt centilitres d'eau que vous incorporerez progressivement jusqu'à obtenir une texture de béchamel.

2. Munissez-vous d'un grand bol qui servira de moule et recouvrez l'extérieur de film alimentaire.

3. Une fois que vous l'avez lue, que votre voisin l'a lue, que l'amie du voisin l'a lue et que la voisine de l'ami du voisin l'a lue aussi, découpez votre *Feuille* en grandes bandes de papier et encollez-les tout autour du bol en les superposant légèrement jusqu'à obtenir une épaisseur d'environ un centimètre.

4. Laissez sécher votre demi-sphère à l'air libre pendant deux jours.

5. Pendant ce temps, faites tremper deux boîtes d'œufs découpées en petits morceaux pour les ramollir.

6. Une fois sèche, désolidarisez votre demi-sphère de papier mâché et coupez-la en deux : vous obtenez deux nids. Fixez-les sur des planchettes de bois à l'aide de quelques clous.

7. Passez au mixeur les morceaux de boîtes d'œufs après les avoir égouttés et ajoutez une bonne dose de colle de farine toute fraîche comme celle que vous aviez réalisée à l'étape 1.

8. Enrobez les nids de ce carton-pâte en recouvrant bien les clous. Vous pouvez y inclure quelques morceaux de votre journal préféré.

9. Laissez à nouveau sécher les nids à l'air libre deux semaines.

10. Vos nichoirs sont prêts ! Ne reste plus qu'à les fixer en les espaçant de quelques mètres, à l'intérieur d'une grange disposant d'une ouverture ou bien sur le mur de votre maison juste sous l'avant-toit, en laissant un espace de quatre centimètres pour que les hirondelles puissent venir adopter leur nouvelle résidence secondaire.

FINANCIER AUX ÉPINARDS.

Le financier aux épinards est un grand classique de nos restaurants Pique-Prune. Il paraîtrait même qu'il ait aidé une fidèle cliente à retrouver de l'énergie ! Alors pour toutes les personnes fatiguées ou en pleine forme, nous offrons cette recette printanière.



INGRÉDIENTS

Pour le financier

- 330 g de poudre d'amande
- 200 g de poudre de noisette
- 30 g de farine de riz
- 30 g d'amidon de maïs
- 80 g de sucre
- 230 g de beurre ou de margarine
- 12 œufs
- 1,3 kg d'épinards
- 660 g de feuilles de blettes
- 1 à 2 gousses d'ail
- Sel

Pour la sauce

- 1 oignon
- 150 g de gorgonzola
- 40 cl de crème liquide
- 40 cl de lait
- Vinaigre de vin, de cidre ou balsamique
- 1 cuillère à soupe de fécule de maïs

RECETTE

1. Préchauffez votre four à 170°C.
2. Lavez les épinards et les feuilles de blettes dans une grande eau vinaigrée. Puis effeuillez-les et faites-les cuire à la vapeur ou suer dans du beurre dans une casserole pendant 5 à 10 minutes.
3. Faites fondre votre beurre jusqu'à une couleur noisette (pas plus !). Si c'est de la margarine, faites-la juste fondre.
4. Mélangez les œufs battus aux poudres de noisette et d'amande et ajoutez la farine, le sucre, l'amidon de maïs et le sel.

5. Mixez les feuilles d'épinards et de blettes avec l'ail.
6. Ajoutez cette purée verte et le beurre fondu à « l'appareil » à financier.
7. Coulez la préparation dans un moule à gratin. Vous pouvez rajouter des graines de tournesol, de courge ou des noisettes sur le dessus. Cuire 25 minutes à 170°C environ (ou moins fort si vous souhaitez qu'il garde une belle couleur verte, mais plus longtemps !).
8. Pendant la cuisson, réalisez la sauce : émincez l'oignon et faites-le suer dans une casserole, puis déglacez avec le vinaigre de votre choix.
9. Délayez l'amidon de maïs dans le lait froid. Puis ajoutez crème et fécule de maïs dans la casserole. Remuez au fouet régulièrement. Une fois le mélange chaud, ajoutez le gorgonzola. Dès qu'il est fondu, vous pouvez mixer.
10. Nappez le financier de cette sauce onctueuse et dégustez !

ET AVEC ÇA, QU'EST-CE QU'ON BOIT ?

Benoit, responsable de la cave du magasin de Cleunay, nous conseille.

Ce plat riche, végétal et crémeux appelle de la fraîcheur et un peu d'acidité. La cuvée **Florale**, vin blanc du Jura du **domaine des Ronces**, peut être une belle idée de dialogue gustatif. Ce chardonnay ouillé onctueux en bouche va apporter ce qu'il faut de vivacité et de finesse pour que la dégustation soit harmonieuse et gourmande. La belle fraîcheur va contrebalancer la crème, la texture ample répond à l'amande et à la noisette, le côté fruit blanc légèrement beurré va envelopper le tout.

PRENEZ DATE !

■ SOIRÉE DES HANNETONS

Vous avez la carte Scarabée ? Vous êtes adhérent·e de l'association Les Hannetons de la Ceresaie ! Venez échanger avec ses membres, découvrir l'univers de Scarabée et partager un pot festif.

Le 9 avril à 19 heures dans notre restaurant de Pique-Prune de Cleunay

Gratuit sur inscription



■ HACKER LE CAPITALISME POUR SAUVER LA BIODIVERSITÉ

Prendre les codes, non les maux : le nouveau capitalisme utilise le profit et la force du système pour restaurer le bien commun. Une conférence de Marie Le Berre, associée de la coopérative Scarabée.

Le 23 avril à 19 heures dans notre restaurant Pique-Prune de Cleunay

Gratuit sur inscription



DEMANDEZ LA RÉDACTION !

Une question vous taraude ? Un sujet vous dérange ? Une réflexion vous titille ? Parce que ce journal est surtout le vôtre, la rédaction accueille vos suggestions : redaction@scarabee-biocoop.coop

biocoop
| Scarabée

Scarabée, Société coopérative d'intérêt collectif
Directeur de la publication Hugo Mouraret
Rédaction et secrétariat d'édition Juliette Desmots
Direction artistique et mise en page Justine Seigneur
Illustration Benoit Morel
Impression Papier 100% recyclé, sans chlore ni azurant optique, encres végétales, impression par Media Graphic, SCOP implantée à Rennes.
Dépôt légal à parution
ISSN 1773-9292

Biocoop Scarabée c'est 9 magasins, 2 restaurants et 1 salon de coiffure et coloration végétale.

Plus d'informations sur www.scarabee-biocoop.coop et nos pages Facebook et Instagram.

Ne pas jeter sur la voie publique.