



**BIO** Ariège -  
Garonne  
Les Bio en 09 et 31



# LA FEUILLE BIO ARIÈGE-GARONNE

septembre 2024

## SOMMAIRE

### Réglementation/Aides

- Nouveautés réglementaires page 2
- Aides et subventions page 3

### Fruits

- Gérer l'irrigation dans son verger page 4
- Lutter contre les pucerons page 5
- Les agrumes rustiques : la suite ! page 6

### Maraîchage

- Obtenir la densité de semis visée page 7
- Gestion de l'eau page 8
- Se lancer en demi-gros page 9
- Cotations mensuelles locales page 10
- Solution contre la punaise verte ? page 11

### PPAM

- Collectif «Plantes pour l'élevage» page 12
- Utiliser des plantes en élevage page 12
- Structurer des filières PPAM bio page 13
- Mutualiser avec d'autres producteurs page 14

### Commercialisation et organisation

- Nos formations et rencontres techniques page 14

### Grandes cultures et fourrages

- Macérations et Thés de Compost Oxygénés (TCO) page 15
- Bilan des essais menés par le GIEE « Sols en Transition » page 16

### Élevage

- Introduction de l'élevage dans les fermes céréalières page 19
- Récupération des eaux de pluie page 20
- Conséquences de la congélation/décongélation de viande page 21

### Projets alimentaires territoriaux

- Restauration collective page 24
- Accessibilité Alimentaire et Sensibilisation page 26

### Communication

- Semaine de la Bio page 28

## EDITO

Fin août 2024, deux biologistes de renom Gilles Boeuf (président du Muséum d'histoire naturelle de 2009 à 2015) et Marc André Selosse (professeur au Muséum) affirment dans une tribune au « Monde », que les coûts de santé publique engendrés par les pollutions agricoles et industrielles dépassent de beaucoup les gains de pouvoir d'achat par lesquels on les justifie. Ils en appellent à en finir avec la procrastination, qui « *sauve l'existant en sacrifiant l'avenir* ».

Oui, l'usage de pesticides et d'engrais de synthèse est néfaste pour le climat, les sols et la biodiversité mais aussi néfaste pour la santé publique, et en premier lieu pour celle des agriculteurs qui les utilisent. Ceux-ci présentent, selon la cohorte Agrican, 54 % de lymphomes plasmocytaires et 20 % de myélomes multiples de plus que la moyenne française ; à 55 ans, c'est 13 % de maladie de Parkinson en plus.

A propos de pesticides, qui avait dirigé la mise en place du plan Ecophyto et s'était félicité en 2009 d'avoir amorcé « *le mouvement vers une agriculture durable, moins de pesticides, moins d'eau, plus d'attention à la terre...* » ? (*Libération, 05-09-2024*) Notre nouveau premier ministre, Michel Barnier !

Après un début d'année 2024 qui aura vu le plan Ecophyto « mis en pause » et une remise en cause globale des normes environnementales, espérons qu'il se souviendra de ses expériences précédentes de ministre de l'Agriculture et ministre de l'Environnement (principe pollueur payeur) au moment de nommer son ministre de l'Agriculture.

Celui-ci pourra au choix, redonner à l'agriculture biologique sa place de moteur de la transition agro-écologique avec des moyens et une visibilité à la hauteur des enjeux, ou bien continuer à réinventer l'eau tiède en continuant à soutenir la HVE et en laissant quelques opportunistes cyniques continuer à profiter du flou à grand coup d'hectares de coriandre non récolté, ou de primes à la bio pour animaux conventionnels pacageant des estives fraîchement et opportunément converties ...

A Bio Ariège-Garonne, avec vous adhérents, avec l'équipe de salarié(e)s, nous continuerons à promouvoir « la Bio partout pour tous ». Pour cela, nous serons entre autres présents aux Pyrénéennes à Saint-Gaudens du jeudi 19 au dimanche 22 septembre.

Philippe Assemat et Tom Fleurantin

PS : Malheureusement, il est d'autres sujets qui font souffrir les animaux et leurs éleveurs en ce moment. Nos pensées chaleureuses vont aux éleveurs et éleveuses qui voient leurs troupeaux décimés par la FCO et nous appelons de nos vœux une prise en considération par nos décideurs de la détresse vécue sur les fermes.



Notre programme de  
**RENCONTRES TECHNIQUES**  
et **FORMATIONS**  
2024-2025  
vient de sortir !

## Association Bio Ariège-Garonne

Antenne 09 : 6 route de Nescus - 09240 La Bastide de Sérour - Tél. : 05 61 64 01 60  
Antenne 31 : 21 rue de la République - 31270 Frouzins - Tél. : 05 34 47 13 04  
Mail : bio-ariège-garonne@bio-occitanie.org



# RÉGLEMENTATION / AIDES

## NOUVEAUTÉS RÉGLEMENTAIRES

### Sortie des agneaux – Modification de la fiche « Accès à l'extérieur des animaux bio »

Source : Fédération nationale d'agriculture biologique (FNAB)

La FNAB avait demandé une révision de la réglementation concernant les agneaux abattus avant six mois, en tenant compte des conditions météorologiques et climatiques des différentes régions, les marges de manœuvres de l'exploitant·e dans la gestion de son troupeau, la sensibilité d'un changement alimentaire pour l'agneau, la prise en compte de systèmes de naissance, engraissement et abattage « en hiver » ou « agneaux de Pâques », tout en s'assurant d'un temps minimal aux pâturages/à l'extérieur.

Suite à la consultation de l'INAO, la nouvelle réglementation stipule que « **Les agneaux abattus avant 6 mois doivent avoir eu accès à un espace de plein air (aire d'exercice extérieure et/ou à des pâturages) pendant au moins 30 jours, quand les conditions le permettent.** »

### Nouvelles exigences bio pour les hydrolats et les eaux florales

Source : Ecocert

Depuis 2023, le caractère alimentaire des hydrolats et eaux florales doit être clairement indiqué sur l'étiquette et dans tous les documents descriptifs (notice, fiche technique, garantie d'alimentarité, etc.). Cette mesure vise à distinguer les produits **alimentaires certifiables en bio** selon le règlement européen de ceux destinés à un usage **cosmétique, non certifiables en bio**.

**Depuis le 1<sup>er</sup> août 2024**, il n'est plus possible d'étiqueter ni de certifier un hydrolat et/ou une eau florale non alimentaires en bio. Le non-respect de ces conditions sera considéré comme une non-conformité.

**Période de transition :** pour les hydrolats et eaux florales non alimentaires déjà certifiés et étiquetés (préemballés ou produits intermédiaires) avant le 1<sup>er</sup> août 2024, la certification biologique reste valide jusqu'à écoulement des stocks.

**Pour rappel, les opérations et les dates d'étiquetage doivent être enregistrées : ces éléments sont vérifiés lors des audits.**

## Les légumes sous serres chauffées toujours incompatibles avec les principes de la bio

Extrait du communiqué de la FNAB du 11/07/2024

[...] **Le jeudi 11 juillet 2024, le CNAB a donné un nouveau délai aux serres chauffées bio - jusqu'à 2030 - pour passer des énergies fossiles aux énergies renouvelables.** Rappelons que ce délai ne concerne que les anciennes serres chauffées certifiées bio avant le 01/01/2020. Pour toutes les nouvelles serres chauffées, l'obligation de recourir aux énergies renouvelables est déjà en vigueur depuis 5 ans. Selon nos estimations, ce report ne concerne qu'une trentaine de producteurs au

regard des 14 000 producteurs de légumes bio en France (dont une large majorité de maraîchers) qui n'ont pas recours au chauffage de leurs serres.

Néanmoins nous déplorons que les 5 années qui se sont écoulées n'aient pas véritablement été mises à profit par les opérateurs pour s'affranchir des énergies fossiles. C'est pourquoi la FNAB a déposé une motion qui vise à faire un point d'étape annuel sur les actions menées pour que ces serristes passent aux énergies renouvelables.

Sur le fond, **la FNAB soutient depuis toujours que le chauffage des serres est incompatible avec les principes de la bio**, car il ne respecte en aucun cas la saisonnalité de la production, pas plus que celui de la protection du climat. Nous considérons que la bio se doit d'être exemplaire dans les transformations qui s'imposent à notre système agricole et alimentaire. Aussi, nous continuerons de défendre ces principes auprès du consommateur, à l'INAO et auprès des instances européennes, pour qu'à terme, ces pratiques soient abandonnées. »

## AIDES ET SUBVENTIONS

## « Dispositif unique » de subvention aux investissements en Occitanie

L'appel à projet 2024 a débuté le 4 juin pour les « demandes minimales ». Les demandes complètes sont ouvertes **du 4 septembre au 11 décembre 2024**. Le dépôt des dossiers a lieu sur le site de dépôt dématérialisé des demandes d'aide « Euro-pac » : <https://www.europe-en-occitanie.eu/Euro-pac>

## Principales nouveautés 2024 du dispositif d'aide direct mis en place par la Région Occitanie :

- Evolution des plafonds et taux d'aide : Taux de subvention plafond de 55 % pour les agroéquipements et hors agroéquipements, bonification plus élevée pour les JA/NA (20 % en 2024), bonification unique de 10 % pour SIQO, AB ou ZM (pas de cumul possible entre SIQO, AB et ZM), baisse du taux d'aide à 35 % pour les CUMA.
- Quelques ajustements de la grille de sélection (un nombre de points plus élevé pour les nouveaux installés et une diminution du nombre de points pour les CAD).
- Modification de la liste des dépenses : Sont désormais inéligibles : tracteurs de montagne, gyrobroyeurs, broyeurs, épareuses (restent éligibles en CUMA).

Nouvelles dépenses éligibles : motofaucheuse de montagne, centre d'emballage des œufs et matériel (mireuse, dateuse...), ronds de longe en filière équine.

**Pour plus d'informations sur le dispositif d'aide unique**, vous pouvez consulter la feuille bio d'août 2023 et le site [laregion.fr](http://laregion.fr) en cherchant « Dispositifs d'aides à l'investissement dans les exploitations agricoles ».

## Besoin d'aide ? Rappel des dispositifs pour vous accompagner

La MSA a mis en place un **numéro** pour être mis-e en relation avec des psychologues formés aux problématiques agricoles (jusqu'à 5 rdv possibles avec le même interlocuteur).

Vous pouvez aussi vous rendre sur la plateforme Pass'Agri, elle recense tous les dispositifs proposés par la MSA en cas de difficultés.



Des agriculteurs ont créé un **mouvement de lutte contre l'exclusion en milieu rural : Solidarité Paysans**. Ils travaillent à accompagner et défendre les familles, aider les agriculteurs à faire valoir leurs droits en justice et à préserver l'emploi.



Si vous pensez être concerné-e ou l'un-e de vos proches, prenez contact avec l'association la plus proche de chez vous :

– Ordas d'en haut 09240 ALLIERES - 06 38 18 21 65  
[ariego@solidaritepaysans.org](mailto:ariego@solidaritepaysans.org)

– Maison de l'Agriculture, 32 rue de Lisieux 31300 TOULOUSE - 05 61 23 61 79  
[hautegegaronne@solidaritepaysans.org](mailto:hautegegaronne@solidaritepaysans.org)

Les **Chambres d'Agriculture disposent de cellules « Réagir »** dédiées aux dossiers des agriculteurs en difficulté pour trouver des solutions et proposer un accompagnement personnalisé, variable d'un département à l'autre, tenant compte des particularités territoriales.



## Impact de la FCO sur les aides PAC : reconnaissance de la force majeure

Source : Ministère de l'Agriculture et de la souveraineté alimentaire

Le code rural et de la pêche maritime (art. D. 614-29) stipule que les bénéficiaires des aides PAC conservent leur droit à recevoir ces aides en cas de force majeure ou de circonstances exceptionnelles les empêchant de respecter les critères d'éligibilité, engagements ou obligations. La FCO, en tant qu'épizootie, peut être considérée comme un cas de force majeure.

Les éleveur-euses affectés par la FCO ne pouvant plus remplir certains critères d'éligibilité (tels que le ratio de productivité, le taux de chargement, ou le maintien des animaux durant la période de détention obligatoire), peuvent demander la reconnaissance de la force majeure auprès de la DDT(M). **Cette demande doit être envoyée par courrier dans un délai de 30 jours ouvrés après la confirmation de la contamination par prélèvements PCR/sérologie**. Les résultats d'analyse doivent être joints au courrier, accompagnés de pièces justificatives prouvant l'ampleur des pertes liées à la maladie. Les demandes seront examinées au cas par cas par les DDT(M).

Lisa Nautré

# FRUITS

## Gérer l'irrigation dans son verger

Le 23 mai 2024, Bio Ariège-Garonne a organisé une rencontre d'une demi-journée sur la gestion de l'irrigation dans un verger bio avec Anne Penavayre, conseillère arboriculture au Conseil Départemental 31 et Stanislas Poudou, conseiller agronomie et irrigation à la Chambre d'Agriculture d'Ariège. Les 15 participant.e.s ont pu visiter les Vergers de Saint-Gènes de Manuel Billières au Carlaret (09) et découvrir ses choix.

Anne Penavayre et Stanislas Poudou ont d'abord présenté et comparé les 3 systèmes d'irrigation existants : le goutte-à-goutte (1 ligne ou 2 lignes de part et d'autre du rang de plantation), la microaspersion, et l'aspersion sur frondaison. Les participant.e.s et les intervenant.e.s ont pu échanger sur les contraintes et avantages des différents systèmes en fonction des caractéristiques spécifiques des vergers (type de sol, gestion de l'enherbement, temps de travail, coût, débit disponible, etc.).

### Comparaison des différents systèmes d'irrigation

	Goutte à goutte (GAG)	Micro-aspersion	Aspersion sur frondaison
Caractéristiques générales	1 ou 2 goutteurs / arbre avec des débits de 1,6 à 4 l/h => pluvio de 0,25 à 1 mm/h Plusieurs apports / jour	1 ou 2 micro-jets ou micro-asperseurs par arbre avec des débits de 30 à 40 l/h => pluvio de 1.5 à 4 mm/h 1 ou + apports/semaine	Asperseurs de 12x12 à 24x24 avec des débits de 1.5 à 1.8 m3/h => pluvio de 3 à 6 mm/h
Débit d'installation	4-15 m3/h/ha	20-50 m3/h/ha	20-50 m3/h/ha
Avantages	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Irrigation localisée</li> <li>- Besoin de débit et pression faibles (1 bar)</li> <li>- Limite le salissement des parcelles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Irrigation localisée (plus large que GAG)</li> <li>- Besoin de débit et pression modérés (2bar)</li> <li>- Garde le feuillage sec</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Antigel possible (si 40 m3/h/ha)</li> <li>- Irrigation de la surface totale du verger</li> <li>- Opportun en sécheresse estivale (fin juillet - début août)</li> </ul>
Inconvénients	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nécessite un système de filtration puissant</li> <li>- Programmation et fractionnement indispensables pour maintenir le bulbe tout au long de la saison</li> <li>- Peut être insuffisant si longue période de sécheresse en été</li> <li>- Non adapté aux espèces très gourmandes en eau et sensibles au gel (ex: kiwi)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nécessite un système de filtration puissant</li> <li>- Débit et pression plus élevée qu'en GAG</li> <li>- Gestion enherbement plus compliquée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Besoin de débit et pression élevés (4-5 bar)</li> <li>- Lessive les traitements</li> <li>- Favorise les maladies</li> </ul>

Ont ensuite été présentés et comparés différents systèmes de suivi et gestion de l'irrigation : bilan hydrique, suivi du calibre, sondes tensiométriques et sondes capacitives.

### Comparaison des différents systèmes de suivi

	Bilan Hydrique	Suivi de calibre	Sondes tensiométriques	Sondes capacitives
Niveau de précision	Moyenne à faible	Faible	Bonne	Bonne
Prix	Gratuit	Gratuit	Suivi manuel 830€ ou suivi automatique 1 100 € + abonnement	Entre 1 500 et 2 000 € + abonnement
Autonomie pour interprétation	Totale	Totale	Totale après détermination des seuils min et max	Totale après détermination des seuils mini et max
Points d'attention	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaissance de la Réserve Facilement Utilisable (RFU) et de l'Evapo-Transpiration Réelle (ETR)</li> <li>- Chronophage si variétés nombreuses</li> </ul>	en complément d'une autre technique	Importance du choix des emplacements (3 paires de sondes avec minimum 2 profondeurs mesurées : 25-30 cm et 50-60 cm)	Importance du choix de l'emplacement car 1 seul par parcelle (avec 6 profondeurs tous les 10 cm) => réaliser test de conductivité du sol

Différentes aides pour le matériel et les outils d'aide à la décision existent au niveau national ([Planification Ecologique de FranceAgrimer](#)), régional ([Dispositif Unique](#), [Pass petits investissements](#)) et au niveau du département de la Haute-Garonne ([hydraulique agricole](#), [équipement des nouveaux installés en 31](#)).



### Pour aller plus loin :

- [La présentation de la rencontre technique du 23/05/2024](#) à retrouver sur le Centre de Ressources Bio Occitanie.
- Les [bulletins hebdomadaires Hydrologie et Conseil Irrigation Arboriculture](#), de Stanislas Poudou de la Chambre d'Agriculture 09.
- Les [bulletins Arboriculture](#) avec un encart Irrigation du Conseil Départemental 31 et de la Chambre d'Agriculture 31.
- Le mode d'emploi du [calcul du Bilan Hydrique](#) de la Chambre d'Agriculture 64.
- La fiche [Evaluer la réserve utile de son sol](#) de la Chambre d'Agriculture 09.

Eléonore Mahée



## Lutter contre les pucerons cendrés, mauves, noirs et verts dès l'automne !

En mars dernier, Alex Franc a donné une formation sur les principales maladies et ravageurs dans les vergers, sur sa ferme de Vernou à Saint Quirc (09). Une rencontre technique sur sa ferme a également eu lieu début juin pour les observer en plein développement.

**2024 a été une année exceptionnelle, avec une très forte pression en pucerons cendrés** du pommier, mauves du poirier et noirs du cerisier, sûrement due aux conditions de pousse élevées au printemps et à l'humidité importante en avril-mai-juin. Les pucerons sont **venus réguler les excès de pousse**.

Ces 3 pucerons et les pucerons verts du pêcher ont le même cycle de développement. Ils attaquent les pousses des fruitiers au printemps et migrent en mai/juin sur d'autres plantes annuelles. Ils peuvent faire énormément de dégâts, jusqu'à tuer de jeunes plants. Leur présence est à relier à la fertilisation et au fonctionnement du sol, notamment les vitesses de minéralisation en verger.



Dégâts d'un puceron cendré sur pommier

© Alex Franc

Ces pucerons attaquent les feuilles lors de leur cycle :

Saison	Stade du puceron	Lieu de développement	Remarques
Hiver	Œuf	Litière du sol	
Printemps (mars-avril)	Œuf > Adulte	Fruitier	Ecllosion des œufs à la fin des gelées nocturnes et quand T° > 15°C et reproduction des femelles fondatrices par parthénogénèse
Printemps (avril-juin)	Adulte	Fruitier	Explosion des colonies
Été	Adulte	Autre plante hôte annuelle	Migration
Automne	Adulte > Œuf	Feuilles du fruitier	Reproduction mâle-femelle et pontes

Avant de réaliser des traitements, des actions peuvent être mises en place :

- **A l'automne, limiter les pontes grâce à une barrière physique à l'argile blanche calcinée liquide** (recommandation Alex Franc : SOKALCI Arbo): 1er traitement après la récolte et avant la chute des feuilles (50 kg/ha dans 500L/ha) en septembre, à ajuster selon l'espèce et la variété + renouvellement après chaque pluie (20 à 30kg/ha).
- **Attirer les prédateurs des pucerons** (araignées, coccinelles, chrysopes) en quantité importante : par exemple **en implantant des engrais verts de**

**légumineuses à proximité** (vesce, fève, pois, sain-foin) ou d'autres plantes sensibles aux pucerons (rumex) à ensuite rouler dans les inter-rangs du verger (plutôt que broyer) fin avril / début mai.

- **Supprimer les rameaux infectés à la main (taille en vert).**



Larve de coccinelle

© Alex Franc

La lutte directe est plus efficace **contre les fondatrices en février-mars**. Pour cela, après les gelées nocturnes et si la température est supérieure à 15°C, on traite les feuilles avec un **mélange d'huiles** (blanches, colza ou tournesol) **et de terpène** de pin avec un dosage de 10 L/ha. Attention, ne traitez pas les fleurs, ces huiles ont un effet insecticide.

Les produits à base d'huile de Neem (Neemazal et Oikos) peuvent être utilisés comme « solution pompier » et appliqués le soir : avant fleur (3 L/ha) et/ou après fleur (2 L/ha). A ce jour, ils ont une dérogation renouvelée chaque année, mais leur homologation définitive n'est pas acquise (produit soupçonné d'être tératogène = de provoquer des malformations fœtales).

La lutte pour limiter les colonies est quasiment vaine. N'hésitez donc pas dès la fin de votre récolte à commencer vos traitements à l'argile blanche !



Alex Franc et Eléonore Mahée

## AGENDA

### STOCKAGE DES FRUITS A PEPIN ET MAINTIEN DE LA QUALITE EN AGRICULTURE BIOLOGIQUE

20 novembre 2024 - 9h -17h - Les Vergers de Saint-Genès, Le Carlarret (09)

Intervenante : Pascale WESTERCAMP, CTIFL Montauban

### ASSOCIATION DE LA PRODUCTION DE FRUITS ET D'ELEVAGE

7 février 2025 - 9h-17h - Ferme de Latour, Saverdun (09)

Intervenant : Arnaud DUFILS, INRAE

**D'autres dates à venir : consultez régulièrement le Fil d'Info Bio, Le Fil Bio « Fruits » et notre site internet [www.bio-ariege-garonne.fr](http://www.bio-ariege-garonne.fr)**

## Les agrumes rustiques : la suite !

Les agrumes rustiques provoquent un réel engouement. Nous avons donc proposé en 2024 deux formations sur cette thématique : le 26 mars avec Olivier Biggio, co-auteur du livre « Agrumes résistant au froid à cultiver en pleine terre » et le 16 mai avec Mathieu Vessières des pépinières Vessières.

Suite à ces 2 formations et à la demande de plusieurs participant-e-s, un groupe Whatsapp « Agrumes rustiques » a été créé pour permettre à la trentaine de participant-e-s d'échanger sur l'avancée de leurs projets de conduite d'agrumes rustiques, partager leurs questionnements et apprentissages, des ressources techniques et formations et s'organiser pour des commandes groupées. Une première commande groupée aux pépinières Vessières a d'ailleurs été lancée cet été.

Vous souhaitez rejoindre ce groupe Whatsapp ? N'hésitez pas à adhérer à notre association et contacter Eléonore à [eleonore.mahee@bio-occitanie.org](mailto:eleonore.mahee@bio-occitanie.org) ou 06 13 01 35 42.

Une formation avec Mathieu Vessières sur la taille des agrumes rustiques à la pépinière Vessières près de Perpignan aura lieu le 6 mars 2025.



© Esther Roccella

Des formations « Initiation » pourront être envisagées à l'automne 2025.

N'hésitez pas à relire l'article de la Feuille Bio de Mai 2024 (page 3) pour en apprendre plus sur la conduite des agrumes rustiques, le choix des variétés adaptées au terroir...



Eléonore Mahée



### Nos publications :



**Retrouvez nos publications et les documentations techniques du Centre de Ressources Documentaires de Bio Occitanie sur [docs.bio-occitanie.org](http://docs.bio-occitanie.org)**



# MARAÎCHAGE

## Obtenir la densité de semis visée

Lors de la réunion bilan des actions menées dans le cadre du DEPHY Ferme, les maraîchers ont souligné la difficulté à obtenir la densité de semis souhaitée avec des semoirs manuels. Un groupe de travail a donc été mis en place pour réfléchir à cette problématique. L'intérêt d'un semis réussi est d'avoir un meilleur développement des plants par la maîtrise de l'enherbement, l'aération du feuillage et donc de limiter le recours aux produits phytosanitaires.



Le 24 juin dernier, les maraîchers se sont alors réunis sur une ferme pour préparer les semis à venir. Au vu de la complexité due à la spécificité des fermes et des pratiques de chaque maraîcher, les apprentissages seront partagés sous forme de fiches témoignages auquel les maraîchers du territoire et d'ailleurs pourront s'identifier pour s'approprier les techniques qui leur seront utiles.

Une trame commune de relevés des informations a été créée et mise à disposition dans un tableau interactif. Les principales informations à noter sont : la densité de semis visée au mètre carré, l'itinéraire technique cultural précis et les méthodes et techniques de semis qui influent sur le résultat (par exemple, marcher sur le rang pour rappuyer les graines, réaliser un passage à vide avec le semoir pour faire la trace sans obstacle,

passer deux fois avec le semoir sur la même ligne, choisir des graines de calibre inférieur à 1,8 mm, prévoir 20 % de semences en plus...). Pour vérifier la densité réellement obtenue, au stade deux feuilles vraies, les maraîchers ont compté le nombre de plantes sur cinq placettes représentatives de la parcelle.

Dans le but d'aller plus loin dans la précision de semis, un essai va être mis en place sur deux fermes et au CFPPA de Pamiers, pour le semis de carottes début octobre sous serre. Des bobines de papier ensemencé par ISITOP avec la variété Napoli F1 vont être déposées sur un sol préparé, puis recouvertes de terre ou de sable. Ensuite, les maraîchers arroseront régulièrement afin que le papier se désagrège et laisse place au semis recherché. Les résultats obtenus avec cette technique seront comparés à ceux issus des itinéraires habituels des maraîchers.

Les fiches témoignages qui découleront de ce travail collectif seront diffusées sur la page Ecophyto Pic du groupe : <https://ecophytopic.fr/dephy/groupe-dephy-maraichage-bio-ariege-garonne>



Pour ce travail collectif, les maraîchers se sont réunis à la ferme de Légumes en Salat. A gauche, la parcelle venant d'être semée, à droite celle bâchée pour un prochain semis.

*Delphine Da Costa*



Nos publications :



Retrouvez nos publications et les documentations techniques du Centre de Ressources Documentaires de Bio Occitanie sur [docs.bio-occitanie.org](https://docs.bio-occitanie.org)

# Retour sur la rencontre autour de la gestion de l'eau aux Jardins du Buréou

Lundi 8 juillet à Poucharramet (31), une quinzaine de maraîchers ont participé à une matinée co-organisée par Bio Ariège-Garonne et la Chambre d'Agriculture 09. Dans un premier temps, Hervé Henry de la société Arc-en-Ciel a expliqué le fonctionnement de la gestion de l'eau à l'aide de sondes tensiométriques. Ensuite, les maraîchers des Jardins du Buréou et de la Ferme des Mille Pas ont présenté précisément le pilotage en cours sur leur ferme.

Ce temps a également été l'occasion d'échanger plus globalement sur les contraintes liées aux restrictions d'eau et aux solutions possibles pour les maraîchers. Au cours de la visite de la ferme qui a clôturé la rencontre, les maraîchers ont partagé leurs expériences sur divers points techniques.

## Suivi aux Jardins du Buréou :

Sol : très limoneux 72 % (24 % de sables et 4 % d'argiles) ; Serre : 8,50 m x 50 m ; Plantation : 28 mars 2024 ; mono-rangs de plants espacés de 50 cm ; Sondes placées à 25 cm et 50 cm de profondeur sur le rang du milieu ; Variétés sur le rang : Matina, Précoce de Quimper et Marmande.



L'objectif de départ est de laisser monter les courbes autour de 30/40 cb afin d'inciter les racines à descendre. Ensuite, il faut viser la zone de confort (verte) sur tout le profil (25 et 50 cm) et la stabilité des courbes. Pour y arriver, les agriculteurs testent des fréquences et des doses d'eau différentes afin de voir leurs effets sur la réponse du sol.

Notons que les variétés cultivées sur le rang étudié sont plus précoces mais moins productives que celles cultivées sur les rangs de part et d'autre. Ainsi, Hervé Henry souligne qu'elles auront besoin de moins d'eau, il faut donc être vigilant sur la lecture des courbes alors situées dans la zone de confort.

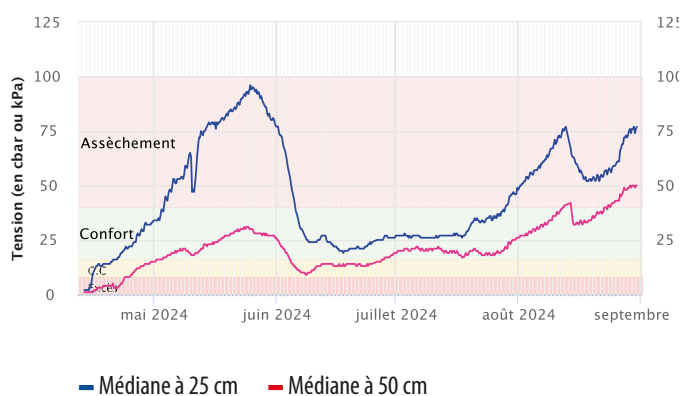
Cette étude précise de l'irrigation a été l'occasion de réaliser un suivi du taux de nitrates dans le sol. Au moment de la plantation les maraîchers ont apporté 100 U/ha d'azote. Lors de prélèvements le 10 juin, la lecture des résultats avec le Nitratest et leur report sur les grilles SERAIL et PILAZO indiquait un taux faible. Les maraîchers ont alors apporté 50 U/ha en plus, dans l'allée sous forme d'engrais organiques et ont positionné une gaine de goutte-à-goutte afin de les minéraliser. Début juillet, les plants avaient repris de la vigueur et les nouveaux résultats obtenus dans le sol étaient satisfaisants (167 U/ha). La teneur était encore faible dans les pétioles (200 mg/L) mais la migration du sol vers la plante devait être en cours.

Ces suivis sur fermes alimentent les bulletins irrigations hebdomadaires réalisés par la Chambre d'Agriculture 09 et Bio Ariège-Garonne : <https://ariege.chambre-agriculture.fr/productions-techniques/cultures/gestion-de-leau/les-bulletins-de-conseil-irrigation/>

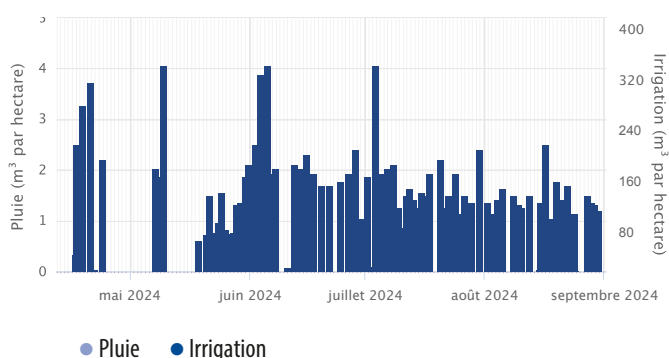
Une matinée de restitution des suivis sur les sept fermes accompagnées se tiendra le mardi 14 janvier 2025 à La Bastide de Besplas (09). L'après-midi sera consacrée à la visite des Jardins de Canabera.

*Delphine Da Costa*

Graphes des médianes (en cb)



Graphes compteur ou 2<sup>ème</sup> pluivio





# Conseils de maraîchers pour se lancer en demi-gros

Début 2024, Bio Ariège-Garonne, a mené une enquête pour la Communauté de Communes du Pays de Mirepoix, auprès de 5 maraîchers ariégeois vendant pour la plupart majoritairement en demi-gros depuis au moins 1 an et demi. Ils avaient débuté en vendant majoritairement en vente directe. Nous vous proposons une synthèse de leurs retours d'expérience enrichie d'extraits du guide *Produire et Vendre ses légumes en demi gros, Sud & Bio, 2017*.

## Pourquoi se lancer en demi-gros ?

Avoir ses week-ends, se recentrer sur la production, envisager d'externaliser la logistique, diminuer la charge mentale, le stress et la fatigue liées à la vente directe...

## Quel profil pour le demi-gros ?

Il faut avoir un profil technique, qui aime la relation BtoB (commerce entre entreprises), la mécanisation, la gestion d'équipe et l'approche partenariale (avec les clients et avec les collègues pour se compléter). Il ne faut pas avoir peur d'avoir un peu plus de charge administrative qu'en vente directe.

Selon les maraîchers interrogés, il est plus difficile de se lancer en demi-gros pour un débutant.

Le débouché demi gros peut être considéré comme majoritaire ou complémentaire. Certains maraîchers se positionnent sur des créneaux particuliers : légumes pour lesquels sa ferme a de très bons rendements, légumes spécifiques, approvisionnement de magasins proches d'un de leurs lieux de vente directe...

## Conseils à un maraîcher voulant se lancer en demi-gros :

- ▶ Faire une étude de marché et **trouver les débouchés avant de se lancer**.
- ▶ Être **bon techniquement** et aimer approfondir certaines cultures **et se spécialiser**.
- ▶ Avoir un **outil de production adapté** :
  - Avoir une **surface supérieure à 5 ha** et produire en grande quantité.
  - Avoir les équipements adaptés et dimensionnés afin de pouvoir **répondre aux exigences des débouchés** : calibre, propreté, conditionnement et étiquetage.
  - Avoir des équipements pour réduire le temps, la pénibilité, les pertes (chambres froide et tempérée).
  - **Bien savoir utiliser ses machines et les entretenir** pour les avoir toujours prêtes à l'emploi. La mécanisation permet de réduire la main d'œuvre mais nécessite de bien **anticiper pour rester réactif** avec cette main d'œuvre réduite
  - Avoir un **bâtiment bien conçu et fonctionnel** composé de différents espaces : stockage avec contrôle de la température et de l'humidité, lavage, préparation des commandes (tri, calibrage, conditionnement, pesée, étiquetage)
- ▶ **Adapter son calendrier de production aux débouchés** (ex : pas/moins de commande en été par la restauration collective) **et avoir une gamme de légumes réduite et adaptée** à son contexte pédo-climatique et aux besoins des clients (ex : courges n'ayant pas besoin d'être pelées).

## Témoignages

« A mon installation, j'ai préféré me concentrer sur une gamme réduite de légumes, plutôt qu'avoir le sentiment de « m'éparpiller » sur 20, 30 ou 40 légumes. Sur une petite gamme, on a moins le droit à l'erreur, mais on peut aussi passer plus de temps sur la technique des légumes qu'on produit et se perfectionner au fil des saisons. »

*Fabien Icre, Ferme du Champ du Saule (09)*

« Ne pas hésiter à anticiper tout ce qui est possible de l'être »

*Antoine Martin, GAEC de Faurejean (09)*



Photo : Antoine Martin, GAEC de Faurejean

- ▶ Mettre de l'énergie et du temps pour **communiquer régulièrement** :
  - Avec les collègues en demi-gros pour s'entendre, planifier, définir les conditions (= gage de coopération plutôt que de compétition).
  - Avec les clients pour construire et entretenir des relations partenariales de qualité et résilientes.
- ▶ **Diversifier ses débouchés** pour compenser la faible diversité des cultures.
- ▶ Calculer ses coûts logistiques (avec l'outil Logicout) et **optimiser sa logistique** avant de démarrer un nouveau débouché car les prix de vente en demi-gros sont inférieurs à ceux en vente directe ; nous vous conseillons de **calculer vos prix de revient** pour définir des prix de vente rémunérateurs (cf page 5 Feuille Bio Mars 2023).
- ▶ **Oser faire sa place** dans les magasins d'abord **en complément de la gamme déjà présente en rayon**.

Intéressé.e par le débouché de la restauration collective ? Une formation aura lieu au 1<sup>er</sup> trimestre 2025.

Bio Ariège-Garonne est en contact régulier avec les acteurs du demi-gros et communique régulièrement leurs besoins.

**Pour toute question liée à la commercialisation et notamment celle en demi-gros, n'hésitez pas à contacter Eléonore Mahée, 06 13 01 35 42, [eleonore.mahee@bio-occitanie.org](mailto:eleonore.mahee@bio-occitanie.org)**

*Eléonore Mahée*

**Pour aller plus loin :**

[Guide Produire et Vendre ses légumes en demi gros, Sud & Bio, 2017](#)

[Etude des débouchés demi gros en légumes biologiques, Bio Ariège-Garonne, 2022 et son annexe \(fiches acheteurs-distributeurs\)](#)

[Carte des débouchés en demi-gros, Bio Ariège-Garonne, 2022 \(non exhaustive\)](#)

[Fiche répondre à un appel d'offre en restauration collective, Bio Ariège-Garonne, 2022](#)

## Des cotations mensuelles locales en fruits et légumes biologiques

Vous pouvez retrouver **chaque mois une synthèse des relevés des prix des légumes et fruits bio en vente directe et demi-gros, à l'échelle départementale et régionale**, réalisée par les membres d'Interbio Occitanie.

Les prix « vente directe » et « magasins » correspondent aux prix de vente du producteur. Les prix « gros-

sistes » correspondent au prix de vente du grossiste à ses clients : le prix d'achat du grossiste au producteur est donc certainement de 30% inférieur a minima.

**Où les retrouver ?** sur le forum maraîchage ou via notre site [www.bio-ariège-garonne.fr](http://www.bio-ariège-garonne.fr) > Produire Bio > Commercialisation maraîchage.

**Envie de participer en partageant vos prix de manière anonymisée ?** 12 maraîchères et maraîchers de Bio Ariège-Garonne sont contributeurs en 2024, tous en vente directe (marchés, paniers, vente à la ferme) et 4 d'entre eux en demi-gros. Merci à eux de participer chaque mois au relevé !

Vous souhaitez les rejoindre à partir de début 2025 ? N'hésitez pas à contacter Eléonore Mahée, 06 13 01 35 42, [eleonore.mahee@bio-occitanie.org](mailto:eleonore.mahee@bio-occitanie.org).

**Vous vous questionnez sur comment fixer vos prix ?** N'hésitez pas à relire l'article « Mes produits sont-ils vendus au juste prix ? » de la Feuille Bio de Mars 2023 (page 5) pour vous aider à calculer vos prix de revient et ainsi définir des prix de vente rémunérateurs.

Bio Ariège-Garonne peut organiser une formation sur cette thématique et Eléonore Mahée maîtrise l'outil créé par la FNAB et Richard Laizeau, n'hésitez pas à la contacter si vous êtes intéressé.e.

*Eléonore Mahée*

COTATION LEGUMES ET FRUITS BIO VENTE DIRECTE DE DEMI GROS - OCCITANIE - 2024  
Semaine 29 (15 au 21 juillet 2024)



Coordination et synthèse : CRA Occitanie - Cédric Portal

Collecte des données : APABA, Civambio 34, Civambio 66, Biocivam 11, Bios du 32, Bio 09-31, CDA 81, CDA 30, GAB 65, Bio du 46, CDA 46

PRODUIT	UNITE DE VENTE	Ariège		Aude		Aveyron		Haute Garonne	
		Moyenne Vente directe	Moyenne magasins	Moyenne Vente directe	Moyenne magasins	Moyenne Vente directe	Moyenne magasins	Moyenne Vente directe	Moyenne magasins
LEGUMES									
pas de données									
Ail frais	kg	12,0						15,3	
Ail sec	kg	12,0		11,0					
Aillet	botte							2,3	2,0
Artichaut camus	kg	4,5							
Artichaut violet	kg					0,8	0,8		
Asperge verte	kg								
aubergine	kg			4,0					
blanche	kg								
Aubergine violette	kg	4,5		4,3		3,9	4,4	4,4	
Aubergine noire	kg	5,0		4,0				4,7	
Betterave crue	kg	2,8				3,9	3,9	3,1	
Betterave crue	botte	2,5		2,5				2,7	2,0
Betterave cuite	kg								
Blette	kg	5,0	4,5			3,9	3,9	3,6	3,0
Blette	botte	2,3	1,7					2,7	2,0
Mini blette et blette pied	kg								
Carotte fanes	botte	2,7						2,9	2,5
Carotte	kg	2,8		2,5					

# Une solution contre la punaise verte ?

Les attaques de la punaise verte *Nezara viridula* deviennent une réelle problématique dans les cultures de tomates, aubergines et concombres notamment : têtes et fleurs piquées et qui sèchent, fruits piqués déformés et invendables, ...



Concombre et tomate piqués par des punaises



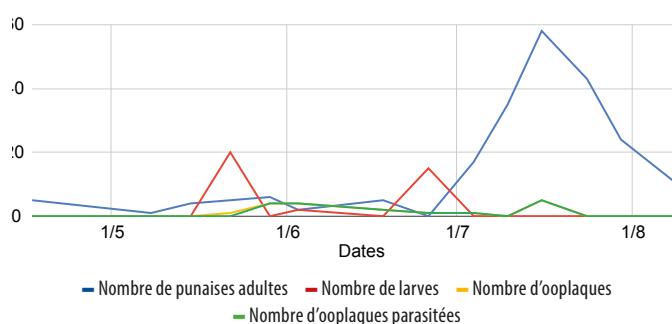
Le repérage des oöplaques et l'observation à la loupe ont permis de voir des éclosions de *Trissolcus* en direct

Dans le cadre du DEPHY Ferme, quatre fermes ont réalisé des lâchers de l'auxiliaire de culture *Trissolcus basalis*, hyménoptère qui vient pondre dans les œufs des punaises.

De fin avril à fin juillet, sept lâchers de *Trissolcus basalis* ont été effectués dans la culture étudiée et le nombre de punaises adultes, de larves, d'oöplaques et d'oöplaques parasitées ont été comptabilisés afin de voir l'évolution de la population des punaises.

Exemple de suivi sur une ferme :

## Evolution de la population de *Nezara viridula* dans la culture étudiée



Les résultats sont en cours de synthèse et seront présentés lors de la journée de restitution ouverte à tous les maraîchers du territoire, **le mardi 28 janvier 2025 à Montsaunès (31)**.

Delphine Da Costa



## AGENDA

### ECHANGES SUR LES PRATIQUES AGROECOLOGIQUES EN MARAÎCHAGE BIO : DEPHY FERME

19 septembre 2024 - 12h-14h - Saint-Gaudens (31)  
Intervenant : Bio Ariège-Garonne

### MAITRISER LA CULTURE DU POIREAU ET DE L'OIGNON EN AGRICULTURE BIOLOGIQUE

26 septembre 2024 - 9h30-17h30 - Martres-Tolosane (31)  
Intervenant : Thierry MASSIAS

### S'INSPIRER DE L'EXPERIENCE D'UN VERGER MARAÎCHER DE PLUS DE 10 ANS

17 octobre 2024 - 9h30-17h30 - Verdun sur Garonne (82)  
Intervenant : Ludovic LAFON PLACETTE

### LEGUMES DE PRINTEMPS SOUS ABRIS

22 octobre 2024 - 9h30-16h - Lieu à définir (31)  
Echanges entre maraîchers

### LIRE ET INTERPRETER LES ANALYSES DE SOLS

5 novembre 2024 - 9h30-17h30 - Mauvaisin (31)  
Intervenants : Thomas BROUÉ et Alban REVEILLE

### S'ADAPTER AU CHANGEMENT CLIMATIQUE

Du 18 au 21 novembre 2024 - 9h30-17h30 - Lieu à définir (11)  
Echanges entre maraîchers

### GESTES ET POSTURES

2 décembre 2024 - 9h-17h - Lézat sur Lèze (09)  
Intervenants : Grégory BERSOULLE, kinésithérapeute-maraîcher et MSA

### ENTRETIEN DU PETIT MATERIEL

10 et 11 décembre 2024 - 9h30-17h30 - Terrebasse (31)  
Intervenant : L'Atelier paysan

### Inscription obligatoire

D'autres dates à venir : consultez régulièrement le Fil d'Info Bio, Le Fil Bio « Maraîchage » et notre site internet [www.bio-ariège-garonne.fr](http://www.bio-ariège-garonne.fr)

# PPAM (PLANTES À PARFUM, AROMATIQUES ET MÉDICINALES)

## Venez rencontrer le collectif « Plantes pour l'élevage » le 15 novembre !

Bio Ariège-Garonne accompagne le collectif « Plantes pour l'élevage » composé de productrices-cueilleuses de PPAM, d'éleveurs et de vétérinaires. Ce collectif expérimente depuis 2022 l'usage de compléments alimentaires à base de plantes en élevage, dans une logique de prévention notamment pour répondre aux problématiques de drainage du foie, lutte contre le parasitisme et/ou immunité.

Une enquête a été menée cet été par Marie Kivits, stagiaire à Bio Ariège-Garonne, pour connaître les besoins des éleveurs en matière de gestion du bien-être du troupeau et leur utilisation de produits à base de plantes. Merci aux 150 éleveurs et éleveuses bio, de toutes productions qui y ont déjà contribué ! Les résultats seront partagés dans la Feuille Bio de décembre 2024.

La rencontre annuelle « Bilan & perspectives » aura lieu le vendredi 15 novembre 2024, à la Communauté de Communes du Volvestre à Carbone, de 9h à 12h30.



Au programme : Bilan de la 2<sup>e</sup> année d'expérimentation, lancement de nouveaux produits, présentation et échanges sur la nouvelle fiche de suivi de cure avec la vétérinaire Clotilde Sibille, perspectives pour l'année 3. Cette rencontre sera suivie d'un déjeuner partagé.

Vous faites partie de l'expérimentation ou êtes intéressés par le projet et souhaitez en savoir plus sur leur philosophie, leur démarche et leurs produits, n'hésitez pas à vous inscrire à cette journée via [notre site internet](#).

*Eléonore Mahée*

## Monter en expertise sur l'utilisation des plantes en élevage avec Philippe Labre

Bio Ariège-Garonne poursuit la professionnalisation et la montée en expertise de l'utilisation des plantes en élevage avec la venue de Philippe Labre, vétérinaire naturothérapeute avec une expertise de 40 ans. Il est fondateur des laboratoires Gentiana PhytoLabo et auteur des livres de Médecine naturelle en élevage : Homéopathie chez les bovins, ovins et caprins (Tome 1) et Phytothérapie et aromathérapie chez les ruminants et le cheval (Tome 2).

Il interviendra mercredi 9 octobre 2024 dans la formation « Utilisation des plantes et huiles essentielles fonctionnelles en élevage (Approfondissement/Expert) ».

Cette formation est réservée aux producteurs et éleveurs ayant des bases solides en phyto-aromathérapie.

Au programme : les processus essentiels de la santé en élevage, l'utilisation des plantes et des huiles essentielles fonctionnelles pour le soutien et l'activation des fonctions physiologiques, introduction à la nutrition fonctionnelle (2 exemples) et surtout des études de cas des participant.e.s et de Philippe Labre !

Vous êtes déjà expérimenté-e ? Alors n'hésitez pas à vous inscrire !

*Eléonore Mahée*

# S'inspirer de l'expérience d'autres filières pour structurer des filières PPAM bio en Ariège et Haute-Garonne

Le projet FIL'PPAM porté par la FNAB et des groupements régionaux et départementaux, financé par France Agrimer, a permis d'élaborer en 2024, un guide recueil compilant des retours d'expériences variés et des repères méthodologiques sur la structuration et le développement de filières PPAM bio françaises, courtes ou longues.

## Quelles sont les grandes étapes pour commercialiser en commun et se structurer en filière ?

- 1. Interconnaissance et alignement :** Apprendre à se connaître par des temps de convivialité et d'entraide et des voyages d'étude. S'aligner autour de principes, valeurs, enjeux et objectifs communs, et les formaliser.
- 2. Cadrage du projet :** Notamment sur des aspects économiques, techniques, organisationnels et juridiques pour valider la faisabilité du projet et créer des conditions favorables à sa réussite.
- 3. Lancement puis évolution**

Quelques points facilitants	Quelques freins
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vouloir vraiment travailler ensemble.</li> <li>• Disposer d'une capacité de financement initiale ou accès à subventions.</li> <li>• Avoir un positionnement clair appuyé sur une étude de marché.</li> <li>• Travailler en contrat équitable.</li> <li>• Bénéficier d'un accompagnement.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intérêt collectif (versus intérêts individuels) pas suffisamment identifié.</li> <li>• Manque de formations techniques, en gestion financière et organisation d'une structure, en stratégie de commercialisation et communication.</li> <li>• Manque d'animation du collectif.</li> </ul>

Les structures interrogées remontent souvent qu'un accompagnement leur a été nécessaire notamment pour animer et maintenir la motivation. Bio Ariège-Garonne est là pour vous accompagner n'hésitez pas à nous contacter !



Pour aller plus loin : le [guide-recueil FIL'PPAM](https://www.produire-bio.fr) est à retrouver sur le site [produire-bio.fr](https://www.produire-bio.fr).

## Zoom sur 2 filières nées de la volonté de cueilleurs et producteurs souhaitant mieux valoriser leurs plantes

**PAM Ardèche** (p 28-30) créé en 1991, sous la forme d'un Groupement d'Intérêt Economique issu d'une coopérative pour répondre à la demande existante des industriels de l'aval tout en ayant plus de pouvoir de négociation et s'assurer une rémunération correcte. Aujourd'hui c'est une SARL à 12 associées, avec 25 producteurs, 3 salariés, des produits secs et congelés, 95% des ventes en France (cosmétiques, compléments alimentaires, agroalimentaire).

**La SAS Aiganha** (p 33-34), créée en 2021 dans les Hautes-Alpes compte aujourd'hui 5 associé.e.s. Ce projet est né de la volonté de se répartir les travaux et ne pas être seul sur sa ferme, de commercialiser ensemble et de coopérer plutôt que de se concurrencer. Depuis 2021, il y a eu acquisition de matériel en commun, développement d'outils de communication externe (plaquette commune, logo, site internet) et interne et depuis 2023 les premières ventes et le développement d'outils de gestion.

*Eléonore Mahée*

## AGENDA

### UTILISATION DES PLANTES ESSENTIELLES FONCTIONNELLES EN ELEVAGE (APPROFONDISSEMENT)

9 octobre 2024 de 9h30 à 17h30 – La Bastide de Sérou (09)  
Intervenants : Philippe Labre, vétérinaire naturothérapeute, fondateur de Gentiana PhytoLabo

### REUNION ANNUELLE BILAN & PERSPECTIVES DU COLLECTIF « PLANTES POUR L'ELEVAGE »

15 novembre 2024 de 9h à 14h – Communauté de Communes, Carbonne (31)

Intervenants : les membres du collectif.

### GESTES ET POSTURES EN MARAICHAGE ET PRODUCTION DE PPAM DIVERSIFIES

2 juin 2024 de 9h à 17h – Ferme du Peyrou, Lézat-sur-Lèze (09)  
Intervenants : Grégory Bersoullé, kinésithérapeute-maraicher, Alizée Vallecant et Arnaud Calmes, infirmière et conseiller en prévention à la MSA

**D'autres dates à venir : consultez régulièrement le Fil d'Info Bio, Le Fil Bio « PPAM » et notre site internet [www.bio-ariege-garonne.fr](http://www.bio-ariege-garonne.fr)**

## Envie de mutualiser avec d'autres producteurs ?

En plus de l'appui au collectif « Plantes en élevage », Bio Ariège-Garonne a accompagné une petite dizaine de producteurs et productrices de PPAM entre fin 2022 et avril 2024 dans un projet de commercialisation en commun. La constitution du groupe a évolué au fur et à mesure des mois pour se stabiliser et permettre la création d'un catalogue commun et commencer à définir la vision et le discours du collectif et les débouchés prioritaires à démarcher. Suite à de nouveaux mouvements, le groupe a convenu qu'il était devenu trop petit pour poursuivre sa démarche de commercialisation en commun. Le projet est donc actuellement en pause mais pourrait être relancé !

Forts de nos retours d'expérience et de ceux issus du guide FIL'PPAM, Bio Ariège-Garonne est prêt à vous accompagner dans des projets de mutualisation et d'entraide (production, transformation, commercia-

lisation...). Vous avez une envie, un projet ? N'hésitez pas à me contacter !

Notez d'ailleurs que Bio Ariège-Garonne organise prochainement :

- la formation « (Re)travailler sa stratégie de commercialisation » avec William Mairesse, les 30 et 31 octobre 2024, avec le CIVAM 31,
- la rencontre « Comment construire un outil de gestion de l'entraide ? » avec l'association Hum'Agri, le 7 novembre 2024,
- la visite de 2 magasins de producteurs : le Recantou à Toulouse et Cultures Paysannes à Cugnaux, le 13 novembre 2024.

N'hésitez pas à vous inscrire.

*Eléonore Mahée*



### Nos publications :



Retrouvez nos publications et les documentations techniques du Centre de Ressources Documentaires de Bio Occitanie sur [docs.bio-occitanie.org](https://docs.bio-occitanie.org)

## COMMERCIALISATION ET ORGANISATION

Retrouvez nos formations et rencontres techniques de l'automne 2024 sur les sujets commercialisation, organisation du travail et logistique

### **(RE)TRAVAILLER SA STRATEGIE DE COMMERCIALISATION**

30 & 31 octobre 2024, 9h-17h30 + 3h en distanciel Hiver 2025 par William MAIRESSE de Hauts les Courts, en Haute-Garonne. Co organisé avec CIVAM 31

### **COMMENT CONSTRUIRE UN OUTIL DE GESTION DE L'ENTRAIDE ?**

7 novembre 2024 – 14h – 17h, par l'association Hum'Agri (la Bastide de Sérrou, 09)

### **STRUCTURER UN GROUPEMENT DE VENTE : VISITE DE 2 MAGASINS DE PRODUCTEURS**

13 novembre 2024, 12h30-18h, par Florence Gouazé (Le Recantou, Toulouse), Valérie Milhorat (Cultures Paysannes, Cugnaux)

### **CALCULER LE COÛT DE SES LIVRAISONS EN CIRCUITS COURTS**

9 décembre 2024, 14h-17h, par Eléonore Mahée (La Bastide de Sérrou, 09 ou Cazères, 31)

**Inscription obligatoire**

**D'autres dates à venir : consultez régulièrement le Fil d'Info Bio, et notre site internet [www.bio-ariege-garonne.fr](http://www.bio-ariege-garonne.fr)**

# GRANDES CULTURES ET FOURRAGES

## Macérations et Thés de Compost Oxygénés (TCO) : faites-nous un retour d'expérience en vue de la rencontre en décembre

À la suite des formations et rencontres de la saison passée, des agriculteur-riche-s se sont lancés dans les macérations et les thés de compost oxygénés.

Vous pouvez retrouver les comptes-rendus des rencontres sur le Centre de Ressources Documentaires Bio Occitanie : [docs.bio-occitanie.org](https://docs.bio-occitanie.org).

**Une journée de rencontre sur ces sujets est prévue en décembre. Vous pouvez dès à présent vous y inscrire sur notre site : [www.bio-ariege-garonne.fr](https://www.bio-ariege-garonne.fr) > Produire Bio > Rencontres et formations.**

Je reviendrais vers vous lorsque la date et le lieu seront définis.

D'ici là, si vous vous êtes vous-même déjà lancé-e-s dans les macérations et/ou TCO, n'hésitez pas à me contacter (Julie : 06 34 08 21 57 – [julie.guguin@bio-occitanie.org](mailto:julie.guguin@bio-occitanie.org)) pour partager vos impressions/résultats et votre méthode. L'objectif est de vous aider en vous permettant d'échanger avec d'autres agriculteur-riche-s motivé-e-s : tout seul on va plus vite mais ensemble on va plus loin !

Cette année, nous n'avons pas pu suivre des essais chez des agriculteur-riche-s et aimerions pouvoir en suivre l'année prochaine. Nous en discuterons en décembre lors de cette journée de rencontre.

Si nous n'avons pas suivi d'essais au champ, nous avons cependant pu visiter une ferme qui s'est lancée cette année avec les TCO. Une partie de la parcelle de blé dur associé à du trèfle n'a pas reçue de TCO (il n'en restait plus), elle constitue donc un formidable témoin !

Voici les photos :



Si visuellement la différence entre la partie ayant reçue des TCO et celle sans TCO est très marquée, il faut tenir compte du fait qu'il s'agit de la 1<sup>re</sup> année d'application des TCO, aucune mesure n'a été faite et les rendements du blé ne pourront pas être comparés.

L'idée est de pouvoir suivre quelques essais au champ l'année prochaine (avec une bande témoin sans application de TCO ou Macération), et de faire des mesures (biomasse, taille des épis et qualité des grains...). Nous co-construirons la méthode ensemble en décembre.

A bientôt !



Julie Guguin

## Nouveau ! Une communauté WhatsApp FLASH INFOS Grandes Cultures 09-31 et départements voisins



Rejoignez le nouveau groupe WhatsApp pour rester informés des **événements (journées techniques, rencontres, démonstrations...)** à venir en **Grandes Cultures** dans le 09, le 31 et les départements voisins. **Les membres ne pouvant pas envoyer de messages, vous ne croulerez pas sous les notifications !**

Si vous n'en faites pas encore partie et que vous voulez recevoir les infos, envoyez un message à Julie, animatrice Grandes Cultures, au 06 34 08 21 57.

# Bilan des essais menés par le GIEE Sols en Transition en 2023-24

Les membres du GIEE Sols en Transitions et les partenaires techniques (INRAE, GIP LIA, Itab, VGsol) se sont réunis le 13 juin 2024 pour faire le bilan des essais 2023-2024 et programmer les prochains.

L'objectif global de ce GIEE est d'« Identifier des mélanges de couverts végétaux et les itinéraires techniques associés, les plus adaptés au contexte et objectifs de l'agriculteur.rice tout en optimisant les services écosystémiques rendus. »

Pour cela, nous travaillons sur 3 axes :

- Améliorer la fertilité et la vie des sols (matière organique, azote, etc.)
- Réduire le travail du sol : destruction et gestion de l'interculture
- Maîtriser les coûts des couverts végétaux.

## Des essais sur les couverts hivernaux ont été menés par 8 agriculteur.trices sur 19 parcelles

Une étudiante en stage de fin d'études, Estelle Burc, a travaillé spécifiquement sur les couverts du GIEE pendant 6 mois, ce bilan s'appuie en partie sur son travail. Un stage de 6 mois à la même période sera reconduit l'année prochaine.

## Un contexte peu favorable à la mise en place des couverts hivernaux

Les couverts hivernaux ont été semés entre mi-septembre et mi-novembre 2023, ils ont été détruits entre fin mars et mi-avril 2024 (sauf pour un agriculteur qui fait du semis direct de soja dans du seigle : destruction le 20 mai).

L'hiver 2023-2024 est le 3<sup>e</sup> plus chaud jamais mesuré en France, avec notamment un mois de février particulièrement doux (Météo France, 2024). Cela s'est aussi ressenti à Muret (31) (Figure 1) où les températures maximales entre septembre et avril ont été supérieures aux températures maximales moyennes de saison (période de référence : 1991-2020). De même, les températures minimales ont aussi été toujours supérieures aux moyennes de températures minimales.

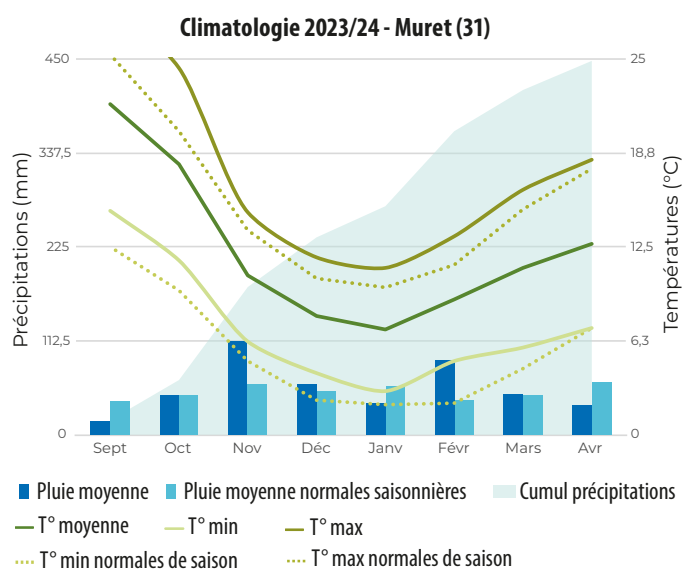
450 mm de précipitations ont été relevés à Muret entre septembre et avril cet hiver, soit 40 mm de plus que la moyenne (période de référence : 1991-2020). Les pluies ont été particulièrement importantes en novembre et février alors que nous avons manqué d'eau en septembre, janvier et avril (Figure 1).



Les agriculteur.rice.s du GIEE notent que, chaque année, il y a moins de pluies en septembre, nous avons comme un « deuxième été », puis un excès d'eau vient dégrader le développement des couverts. « Les plantes baignent dans l'eau » après avoir redémarrées. La sécheresse en septembre devient récurrente et se pose la question de la dégradation des sols.

## Les mélanges d'espèces sont privilégiés

15 des 19 couverts mis en place par les 8 agriculteur.rice.s de cette année sont des



**Figure 1 :** Précipitations (cumul et moyennes) et températures (moyennes, minimales et maximales) à Muret, et normales de saison, entre septembre 2023 et avril 2024 (source : Julie GUGUIN, Bio Ariège-Garonne).



**Couverts 2023-24 : Part des adventices dans la biomasse totale**

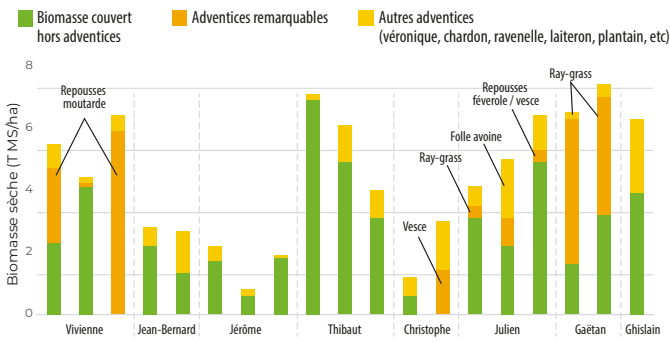


Figure 2 : Biomasse aérienne des différents couverts : espèces du couvert et adventices (Source : Julie Guguin, Bio Ariège-Garonne).



Quadrat sur un mélange composé de féverole, moutarde, radis chinois, radis fourrager et pois (+ Folle avoine et Ray Grass).

mélanges (les couverts monospécifiques étaient des témoins, sauf chez un des agriculteur-riche-s, qui a un couvert de seigle pour faire du semis direct de soja). Ils sont composés de 2 à 3 espèces pour 7 d'entre eux. 6 couverts sont des mélanges composés de plus de 5 espèces, par exemple : radis chinois/radis fourrager/féverole/moutarde/pois ou colza/trèfle blanc/trèfle d'Alexandrie/fenugrec/sarrasin.

**Les agriculteur-riche-s sont globalement satisfaits de leurs couverts**

Nous nous sommes rendus sur les parcelles des membres du GIEE qui ont fait des couverts cet hiver. Nous avons d'abord prélevé la biomasse aérienne avec 3 répétitions dans un quadrat de 1 m<sup>2</sup> aléatoirement dans la parcelle (Photo) puis ces biomasses ont été pesées.

Les biomasses des couverts du groupe dépassent pour la plupart la moyenne des biomasses des couverts en Occitanie de 3.3 T de matière sèche par hectare, couverts en conventionnels inclus (Figure 2). La biomasse des adventices a aidé les couverts à atteindre cette moyenne. La folle avoine et le ray-grass étaient particulièrement présents. Si ces adventices posent éventuellement des difficultés pour la destruction du couvert, avec des risques de présences dans les cultures suivantes, elles restituent aussi de l'azote.

Les biomasses sont ensuite rentrées dans le calculateur MERCI, qui estime les restitutions d'azote par les couverts (Figure 3). Le GIP LIA a mené des travaux pour comparer les estimations données par MERCI avec des analyses de sol et a validé la fiabilité de la méthode MERCI.

Les couverts sont classés par ordre croissant d'azote restitué sur la figure 3. On peut constater que les couverts qui restituent le plus ne sont pas systématiquement ceux qui piègent le plus d'azote. Ce résultat est connu de littérature scientifique, le choix des espèces et les proportions de chacune sont des éléments importants à prendre en

compte. Par exemple, dans une des fermes du GIEE, le couvert présentait une biomasse plus faible (1 T MS/ha de moins) sur la parcelle « en hauteur » que sur la parcelle « bas-fonds » (Figure 4). L'azote restitué par les couverts (composé du même mélange semé dans les mêmes proportions) est pourtant identique (entre 58 et 60 kg MS/ha). La féverole s'est plus exprimée sur la parcelle « hauteur », elle a développé une biomasse plus importante qu'en « bas-fonds ». La féverole permet de restituer plus d'azote que les autres espèces du mélange, car il s'agit d'une légumineuse.

D'autres légumineuses sont présentes et testées par le GIEE : la vesce, le fenugrec, le trèfle blanc et le trèfle d'Alexandrie. La restitution d'azote n'est pas le seul service écosystémique recherché par les membres du GIEE, ils souhaitent aussi un effet positif sur la structure du sol. L'avoine noir et le radis chinois ont notamment été choisis pour cela.

Les mauvaises conditions de semis (semis tardifs, parcelles parfois pas assez ressuyées au moment du semis) ont, selon les agri-expérimentateur-riche-s, favorisé la présence de ray-grass et la mauvaise levée de

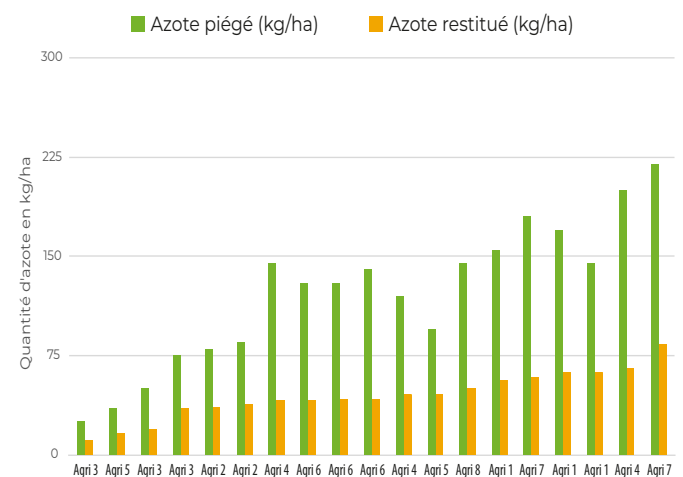


Figure 3 : Azote piégé et restitué au sol par couvert, selon le calculateur MERCI (source : Julie Guguin, Bio Ariège-Garonne).

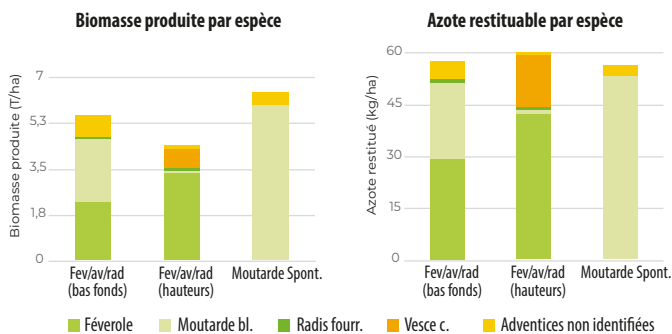


Figure 4 : Biomasses des couverts et azote restitué par espèce dans une des fermes des agriculteur.rice.s (Source : Estelle BURC, Bio Ariège-Garonne).

certaines espèces comme la phacélie, les radis ou la moutarde. Des difficultés à avoir du trèfle développé sont ressorties et la présence de dégâts de limaces sur la culture suivante est à surveiller pour certains. Les agri-expérimentateur.rice.s étaient plutôt satisfaits de leurs couverts (5 « satisfait à très satisfaits », 2 moyennement satisfaits et 1 plutôt peu satisfait), notamment pour la production de biomasse, l'amélioration de la fertilité

du sol et de la vie du sol. L'intérêt de l'avoine (associée à de la féverole par exemple) est ressorti plusieurs fois, malgré les subtilités de destruction demandées, en raison de son effet structurant sur le sol.

### Conclusion

Ces essais ont vocation à être reconduits et améliorés en fonction des objectifs des agriculteur.rice.s. Les couverts très complexes (7 espèces) vont être composés d'un peu moins d'espèces l'année prochaine. Les résultats obtenus avec le radis chinois et la phacélie ont donné envie à celles et ceux qui ne les avaient pas mis l'année dernière de les intégrer pour cet hiver.

On espère pouvoir semer tôt cette année et dans de bonnes conditions !

Les essais réalisés par 3 des agri-expérimentateurs sur la destruction des couverts hivernaux vous seront présentés dans la prochaine Feuille Bio.

Julie Guguin



## Introduction de l'élevage dans les fermes céréalières



Vous avez envie de pouvoir introduire de l'élevage dans votre ferme mais vous ne voulez pas devenir éleveur pour autant ? Vous voulez accueillir un troupeau sur vos parcelles pour les faire pâturer ? En bref, vous voulez travailler avec un éleveur ou une éleveuse ?

Rendez-vous à la page 19, on vous explique !

### AGENDA

#### INTRODUCTION DE L'ÉLEVAGE DANS LES FERMES CÉRÉALIÈRES

12 décembre 2024 - Martres Tolosane (31220)  
Intervenant.e.s : INRAE, BIOCIVAM11, INTER AGIT+, ATAG, témoignages d'agriculteurs

#### SOL ET AGRICULTURE RÉGÉNÉRATRICE

3 et 4 avril 2025 - Ferme dans le 31  
Intervenante : Gwladis FONTANIEU, Biosphere

#### BOTANIQUE ET RECONNAISSANCE DES ADVENTICES

10 avril 2025 – Ferme dans le 31 ou le 09  
Intervenant : Alain RODRIGUEZ, ACTA

#### AGRICULTURE DE CONSERVATION DES SOLS EN BIO (NIVEAU AVANCÉ SUR LES COUVERTS VÉGÉTAUX)

24 mars 2025 – Lieu à définir en 31  
Intervenant : Nicolas COURTOIS, AC Agro

#### RENCONTRE TCO/MACÉRATIONS

Décembre/mars 2025 - Ferme dans le 31 ou le 09

#### RENCONTRE GIEE SOLS EN TRANSITION : ESSAIS DESTRUCTION ET RÉDUCTION DU TRAVAIL DU SOL

Décembre - Ferme dans le 31 ou le 09

D'autres dates à venir : consultez régulièrement le Fil d'Info Bio, Le Fil Bio « Grandes Cultures » et notre site internet [www.bio-ariège-garonne.fr](http://www.bio-ariège-garonne.fr)

### Nos publications :



Retrouvez nos publications et les documentations techniques du Centre de Ressources Documentaires de Bio Occitanie sur [docs.bio-occitanie.org](http://docs.bio-occitanie.org)



# ÉLEVAGE

## Introduction de l'élevage dans les fermes céréalières

Le **12 décembre prochain** à Martres-Tolosane se déroulera la rencontre autour de l'**introduction de l'élevage dans les fermes céréalières**.

Cette journée, qui prévoit d'être riche en apports et témoignages, s'adresse aux éleveurs et aux céréaliers souhaitant travailler ensemble. L'objectif est de s'approprier les éléments pour envisager sereinement un partenariat.

L'introduction de l'élevage dans les fermes céréalières, bien planifiée et gérée, peut offrir des avantages économiques et environnementaux significatifs. En tenant compte des aspects techniques, juridiques, réglementaires, financiers et relationnels, les éleveurs et les céréaliers peuvent construire des partenariats solides et fructueux. La collaboration et l'interconnaissance sont essentielles pour réussir ces initiatives.

### Au programme, plusieurs interventions de spécialistes :

- **Clémentine Meunier** termine à peine sa thèse à l'INRAE sur le sujet. Elle a rencontré une vingtaine d'agriculteurs ayant réintégré de l'élevage dans des fermes spécialisées en productions végétales bio, en grandes cultures notamment, en Occitanie (surtout dans le Gers). Elle a aussi étudié des initiatives en Ecosse et en Californie. Elle abordera les différents aspects techniques, les infrastructures nécessaires et les leviers permettant de compenser les investissements : amélioration de la fertilité des sols, diversification des sources de revenus et gestion des rotations de cultures.
- **Carole Jousseins**, de l'Institut de l'Élevage (IDELE), co-pilote le projet Inter-AGIT+ qui étudie les intérêts du pâturage ovin et bovin des intercultures et qui vise notamment à lever les freins sociaux (travail, contexte juridique). Elle présentera les différents types de contrats qui peuvent encadrer ces partenariats, tels que les mises à disposition, les conventions pluriannuelles, prise en pension, prestations de services.
- **Andréa Cassagnes** du Bio Civam de l'Aude abordera les **aspects réglementaires**, en détaillant les

possibilités de collaboration entre les **producteurs bio et conventionnels**. Elle présentera aussi les possibilités sur le **plan financier** et l'articulation des différentes aides disponibles (aides PAC...).

- Enfin, l'accent sera mis sur la **communication et l'interconnaissance** comme clés du succès de ces partenariats grâce à l'intervention de **Pascale Calderan de l'ATAG**. Une communication efficace nécessite des réunions régulières et des échanges transparents pour aligner les objectifs et prévenir les conflits. La gestion des partenariats doit inclure des mécanismes de résolution des conflits et de prise de décision collective pour assurer une collaboration harmonieuse.

Le temps du **repas partagé** sera l'occasion de débiter les discussions pour ensuite poursuivre avec les **témoignages de producteurs** ayant déjà intégré l'élevage dans leurs exploitations céréalières.

Pour finir, **céréaliers et éleveurs d'un même secteur se réuniront en mini ateliers** pour discuter de leurs attentes, **de leurs défis et de leurs solutions potentielles**. Le but sera de renforcer les relations et d'ouvrir peut-être la voie à des collaborations efficaces, harmonieuses et durables.



Alors nous vous attendons nombreux-ses à **Martres-Tolosane le 12 décembre !**

Inscrivez-vous dès à présent par mail ou par téléphone auprès de Julie Guguin : 06 34 08 21 57 - [julie.guguin@bio-occitanie.org](mailto:julie.guguin@bio-occitanie.org) ou Corinne Amblard : 06 49 23 24 33 - [corinne.amblard@bio-occitanie.org](mailto:corinne.amblard@bio-occitanie.org).

# Conception d'un projet de récupération des eaux de pluie pour abreuver ses animaux

La récupération des eaux de pluie est une solution écologique et économique pour abreuver son troupeau. Elle nécessite de se questionner sur plusieurs étapes essentielles, de la **quantification des besoins en eau à la prise en charge par des financements publics**.

Une journée de rencontre organisée par Bio Ariège-Garonne y sera consacrée le 9 janvier 2025 afin d'aider les producteurs à concevoir leur projet en 5 étapes.

**1. Déterminer la quantité d'eau nécessaire pour abreuver votre troupeau.** (Les besoins en eau varient selon l'espèce, l'âge des animaux, le type de production (lait ou viande) et la saison).

**2. Évaluer la quantité d'eau de pluie collectable,** principalement grâce aux toits des bâtiments agricoles. (Dépend de la surface de collecte, de l'intensité, fréquence et période des précipitations, du coefficient de perte en fonction du type de toitures).

Grâce à des données locales, nous dimensionnerons le volume et type de réservoir nécessaire pour abreuver votre troupeau et ainsi faire tampon entre les périodes de pluie et les besoins en eau de votre élevage.

**3. Choisir** le type de réservoirs et les endroits adaptés pour faciliter la distribution de l'eau.

**4. Estimer le coût du projet** en incluant les gouttières et conduits (pour diriger l'eau des toits vers les réservoirs), réservoirs de stockage, systèmes de filtration (pour garantir une eau propre pour les animaux), pompes et systèmes de distribution (pour acheminer l'eau jusqu'aux abreuvoirs).

**5. Étudier les possibilités de financements** et démarches administratives afin de rendre ce projet encore plus attractif et durable.

**Cette rencontre aura pour but que chaque participant reparte avec les éléments propres à sa ferme** pour concevoir un système adapté à ses besoins et optimiser les ressources naturelles disponibles.

**Alors, rendez-vous le 09 janvier 2025 !**

*Corinne Amblard*



## Fièvre Catarrhale Ovine dans les élevages bio d'Ariège et Haute Garonne

L'élevage traverse en ce moment une crise très difficile. La FCO entraîne des taux de pertes rarement observés dans certains élevages. Face à des moments si difficiles, la solidarité reste de mise. Solidarité entre collègues paysan.nes, mais on espère aussi la solidarité entre la société et ses producteurs-trices. Au-delà de ces quelques mots de soutien évident, il y a sûrement des choses à construire pour aider les collègues les plus impactés à rebondir. Si on est encore au cœur de la tourmente au moment où j'écris ces lignes, on peut déjà réfléchir à ce qui peut être mis en œuvre pour aider le plus grand nombre pour redémarrer.

Toutes les idées sont les bienvenues et Bio Ariège-Garonne peut aider à les mettre en œuvre ! N'hésitez pas à contacter Lisa Nautré pour faire remonter vos situations de terrain et vos questionnements, notamment sur les spécificités de l'agriculture biologique (reconstitution du troupeau, cahier des charges. .).

NB : à lire également la brève sur l'impact de la FCO sur les aides PAC en page 3.

*Mathias Chevillon*

Arrivée en juin 2024, je reprends le poste de Cécile Cluzet en tant qu'animatrice technique élevage pour les thématiques santé animale, systèmes herbagers, ainsi que la réglementation et les aides bio pour toutes les productions.

La coutume veut que les nouvelles recrues se présente, alors je m'y lance !

Mes passions agronomiques ont été variées : d'abord les PPAM, puis la production de semences paysannes, avant de jeter mon dévolu sur l'élevage. J'ai étudié les systèmes agraires, le fonctionnement des exploitations agricoles, les productions laitières et lainières ainsi que le rôle des femmes dans ces milieux.

Curieuse et touche-à-tout, j'ai enfilé plusieurs casquettes : ouvrière agricole, conseillère, ingénieure de recherche, bergère, trieuse de laine et apprentie tisserande. J'ai exploré différents modèles agricoles durables à travers le monde : la permaculture au Sénégal, l'agriculture naturelle au Costa Rica, la micro-agriculture bio-intensive au Nicaragua, et enfin le natural-farming en Inde. Après avoir voyagé par monts et par vaux, j'ai décidé de revenir poser mes valises chez moi, dans mes montagnes, en Ariège !

Vous en savez maintenant un peu plus sur moi ! Mais rien ne remplace les vraies rencontres, j'ai hâte de vous retrouver lors des formations, événements et autres projets !



*Lisa Nautré*

# Conséquences de la congélation et de la décongélation sur la qualité des viandes

**La vente de colis de viande en circuits courts implique une congélation par les consommateurs. Cet article a pour objectif de vous donner des réponses pour les clients sceptiques sur ce mode d'achat/conservation.**

Bien que la congélation soit efficace pour prolonger la durée de conservation, elle n'est pas sans conséquences sur la qualité des viandes. Les effets observables sont variés, influençant les aspects tels que la texture, la rétention d'eau, la couleur, la valeur nutritionnelle et la flaveur (goût et odeurs). Ils peuvent varier en fonction de plusieurs facteurs :

- Type de **conditionnement** ;
- Vitesse de **congélation** ;
- Durée de **stockage** ;
- Vitesse et conditions de **décongélation**.

Cet article récapitule les conséquences de ces 4 phases sur les différents critères de la qualité de la viande.

## Effets sur la texture de la viande

L'un des effets les plus visibles de la congélation sur les viandes est le changement de texture (jutosité et tendreté).

Lorsque la viande est congelée, l'eau contenue dans les cellules forme des cristaux de glace. La taille de ces cristaux dépend de la vitesse de congélation : une congélation lente, dite « ménagère », produit de gros cristaux, tandis qu'une congélation rapide, surgélation, produit de petits cristaux. C'est ce mécanisme qui engendre des dégradations au niveau de la jutosité.

- Les gros cristaux endommagent les parois cellulaires favorisant la sortie de l'eau vers le milieu extracellulaire, ce qui entraîne une perte de l'exsudat lors de la décongélation. Cela se traduit par une viande moins juteuse et plus sèche après la cuisson.



- Les petits cristaux causent moins de dommages cellulaires, préservant ainsi mieux la jutosité de la viande.

La congélation a peu d'effet sur la tendreté, bien que des variations aient été observées entre les espèces. Les études, souvent limitées à un seul morceau par catégorie, montrent les résultats suivants :

Catégorie de viande	Evolution de la tendreté
Faux-filet de bœuf	Diminution
Cotes d'agneaux	Augmentation
Côtelettes et rôti de porc	Augmentation
Cuisses et blancs de poulet	Diminution

Sources : Ferrier, 1997 ; Jeremiah, 1980 ; Jeremiah et al., 1990 ; Ristic 1982 ; Daudin, 1988.

Les fluctuations de température lors de la congélation et de la décongélation peuvent provoquer la dénaturation des protéines, modifiant leur structure et leur fonctionnalité. Cela affecte la capacité de rétention d'eau de la viande, influençant ainsi sa texture.

La décongélation a également un impact sur la tendreté et la jutosité de la viande.

La décongélation lente au réfrigérateur est généralement la meilleure méthode car elle permet à la viande de se décongeler uniformément, préservant l'intégrité des fibres musculaires et conservant ainsi sa texture. La décongélation à l'eau froide est une alternative plus rapide qui, si elle est bien gérée (en changeant l'eau toutes les 30 minutes), peut également maintenir une température sûre et préserver la qualité de la viande, tout en conservant sa tendreté et sa jutosité. En revanche, la décongélation rapide au micro-ondes peut entraîner une cuisson partielle et une perte de jus, rendant la viande plus sèche et moins tendre, ce qui favorise la prolifération bactérienne si elle n'est pas cuite immédiatement.

L'influence de la congélation sur les pertes en jus à la cuisson (congélation industrielle ou ménagère) est difficile à évaluer, tant les caractéristiques initiales des produits ainsi que les modalités de traitements appliqués (congélation, décongélation et surtout cuisson) peuvent varier.

Toutefois, il est observé que lors d'une cuisson modérée (< 60°C), les pertes sont plus importantes pour les viandes congelées que pour les viandes fraîches.

Lors d'une cuisson rapide et forte (> 60°C), il n'y a plus d'écart entre viande fraîche et viande congelée, car les modifications de structures liées à la congélation deviennent négligeables face à celles provoquées par la cuisson.

## Dégradation de la flaveur

L'oxydation des lipides est un processus chimique qui se produit lorsque la graisse entre en contact avec l'oxygène. Cette réaction forme des composés volatils responsables du rancissement et de la dégradation des qualités organoleptiques. Les viandes grasses sont particulièrement sensibles à cette dégradation. La mise sous vide avant congélation, comme pratiquée en vente directe ou dans les circuits professionnels, limite cette dégradation en réduisant le taux d'oxygène résiduel dans les emballages.

Cependant, la durée de stockage congelé impacte également la flaveur des viandes. Cette modification du profil sensoriel de la viande pourrait être due au fait que des précurseurs de la flaveur (les sucres résiduels, acides aminés, peptides ...) sont soit dégradés, soit entraînés par l'exsudat lors de la décongélation. Le tableau suivant présente quelques exemples de durées de conservation à l'état congelé pour différentes espèces :

Espèce animale	Morceaux / pièces emballées sous vide	Durée de conservation (mois)
<b>Bœuf</b>	Rôtis	12
	Steaks	12
	Viande hachée non salée	10
<b>Veau</b>	Rôtis, côtelettes	9
	Découpe	12
<b>Mouton</b>	Morceaux	18
		<b>12 et 24</b>
<b>Porc</b>	Rôtis, côtelettes	6
	Morceaux	10
	Lard maigre	12
<b>Poulet</b>	Découpe	12-18
		<b>18</b>

Sources : les valeurs indiquées en gras sont reprises de Evans et James (1993) ; les autres valeurs sont extraites des ouvrages de l'Institut International du Froid (IIF, 1972, 1986) ou citées par J.G.Sebranek (1996)

## Impact sur la couleur de la viande

La vitesse de la congélation impacte la couleur. Plusieurs constats peuvent être faits :

- Une viande congelée apparaît plus claire en raison des cristaux de glace formés à la surface, qui reflètent moins bien la lumière lors d'une congélation lente. Cependant, après décongélation, il n'y a pas de différence visible entre une viande congelée lentement ou rapidement.
- Des « brûlures » au froid, causées par une déshydratation superficielle (surtout si les viandes étaient mal protégées, par exemple lors de la mise sous vide non complète) ;
- Un brunissement autour de l'os, dû au passage d'hémoglobine de la moelle osseuse dans le muscle, puis à son oxydation ;
- Un jaunissement des tissus graisseux, liés à la dégradation des lipides.

## Impact sur la qualité bactériologique

La congélation est efficace pour inhiber la croissance des micro-organismes pathogènes. Cependant, certains micro-organismes peuvent survivre aux températures de congélation, puis redevenir actifs et se développer lors de la décongélation. C'est le cas de *Listeria monocytogenes*, à l'origine de troubles cliniques graves (méningites, avortements, septicémie, etc.) pouvant entraîner la mort.

**Pour limiter la prolifération microbienne et préserver la qualité des produits, la décongélation doit :**

- Éviter une trop grande différence de température entre le produit et son environnement ;
- Réduire le temps pendant lequel la température du produit est supérieure à + 1°C pour limiter la multiplication des bactéries ;
- Privilégier le mode de décongélation le plus adapté à vos besoins et moyens.

**Pour une décongélation sécurisée et efficace, voici de bonnes pratiques :**

- **Décongélation au réfrigérateur :** Décongelez les aliments dans le réfrigérateur à une température sécuritaire de 4°C ou moins. Cette méthode est la plus sûre car elle maintient les aliments à une température où les bactéries prolifèrent moins. Prévoyez suffisamment de temps, car cela peut prendre plusieurs heures ou jours selon la taille de l'aliment.
- **Décongélation à l'eau froide :** Immergez les morceaux de viande emballés dans de l'eau froide. Changez l'eau toutes les 30 minutes. Cette méthode

est plus rapide que la décongélation au réfrigérateur, mais demande plus d'attention.

- **Décongélation aux micro-ondes** : Utilisez la fonction de décongélation du micro-ondes, qui chauffe les aliments par intermittence pour éviter de les cuire. Les aliments doivent être cuits immédiatement après décongélation pour éviter la croissance bactérienne.
- **Cuisson directe** : Les petits morceaux de viande peuvent être cuits sans décongélation préalable. Ajustez le temps de cuisson pour tenir compte de l'état congelé.

**Dans tous les cas évitez la décongélation à température ambiante** pour empêcher les bactéries de se développer rapidement, ce qui rendrait les aliments dangereux à consommer.

## Impact sur la valeur nutritionnelle

La congélation a généralement un impact minime sur la valeur nutritionnelle de la viande, mais certaines pertes peuvent survenir. Les vitamines hydrosolubles, comme la vitamine C et certaines vitamines B, peuvent être partiellement détruites lors de la congélation. En revanche, les minéraux sont généralement stables et ne sont pas affectés de manière significative.

C'est lors de la décongélation que ces pertes en acide aminés essentiels, fer héminique et des vitamines citées plus haut sont définitives par entraînement dans l'exsudat mais elles restent limitées au regard de l'apport considérable de ces composés par la viande dans l'alimentation.

Corinne Amblard



## AGENDA

### TANNAGE DES PEAUX AU GRAS ET À LA FUMÉE

25, 26 et 27 septembre 2024 au Lieu-dit Breigne, Le Bosc (09000)

### UTILISATION DES PLANTES ESSENTIELLES FONCTIONNELLES EN ÉLEVAGE

9 octobre 2024 à La Bastide de Sérou (09240)

### MAÎTRISER ET OPTIMISER SON SECHAGE EN GRANGE

29 octobre et 8 novembre 2024 – Lieu à définir (09/31)

### RENCONTRE PATUR'AJUSTÉ #9

28 novembre 2024 – Lieu à définir (09/31)

### INTRODUCTION DE L'ÉLEVAGE DANS LES FERMES CÉRÉALIÈRES

12 décembre 2024 à la salle des fêtes de Martres Tolosane (31220)

## A retenir pour améliorer les qualités des viandes congelées

**Bien choisir et préparer sa viande** : Avant de congeler la viande, il est essentiel de choisir des morceaux frais et de bonne qualité. La viande doit être propre et exempte de toute contamination. Ne pas congeler de la viande déjà décongelée, car cela peut favoriser la prolifération de bactéries.

**Emballer sous vide les morceaux** : L'emballage sous vide avant la congélation réduit l'exposition à l'oxygène et limite l'oxydation des lipides. Cela aide à préserver la qualité sensorielle de la viande. L'emballage évite également les brûlures de congélation, qui peuvent altérer la texture, le goût et l'aspect de la viande. Assurez-vous que l'emballage soit bien scellé.

**Optimiser sa congélation ménagère** : Pour minimiser les dommages causés par la congélation lente, il est recommandé d'éviter de surcharger le congélateur en mettant à congeler de petits volumes, car cela peut nuire à la circulation de l'air froid et compromettre la rapidité de la congélation.

**Respecter les durées de stockage maximales des viandes congelées** : Les durées de stockage indicatives permettent de maintenir la qualité sensorielle de la viande.

**Pratiquer une décongélation contrôlée** : La décongélation lente au réfrigérateur est la plus recommandée pour minimiser les pertes de jus et réduire le risque de développement bactérien. Des méthodes de décongélation rapide, comme le micro-ondes, doivent être utilisées avec précaution pour éviter une cuisson partielle.

**Consommer immédiatement les viandes décongelées** : Il est recommandé de consommer la viande dans les 24 heures. Ne recongelez jamais de la viande qui a été décongelée, sauf si elle a été cuite à cœur entre-temps. La recongélation peut compromettre la texture et le goût de la viande, en plus de poser des risques sanitaires.



### Nos publications :

« **Gérer le parasitisme en collectif et préserver les écosystèmes de montagne** » : Fiche technique rédigée par Bio Ariège-Garonne et 8 partenaires du pastoralisme et de la santé animale.

« **Écornage et cornes en élevage bovin bio** », guide édité par la FNAB, présentant les modalités réglementaires, des recommandations précises pour garantir la réalisation de ce chantier dans de bonnes conditions (bien-être animal, confort de l'éleveur... ) et des retours d'expérience d'éleveurs sur la conduite de vaches à cornes.



Retrouvez nos publications et les documentations techniques du Centre de Ressources Documentaires de Bio Occitanie sur [docs.bio-occitanie.org](https://docs.bio-occitanie.org)



# PROJETS ALIMENTAIRES TERRITORIAUX

## RESTAURATION COLLECTIVE

### Un nouveau Fil d'info « Approvisionner la restauration en 09-31 »

En tant que producteurs ou transformateurs/distributeurs fournissant ou souhaitant fournir la restauration collective et restauration commerciale, veuillez noter la création d'une nouvelle newsletter permettant de vous informer sur nos actualités d'accompagnement des acheteurs de la restauration, les nouveaux marchés à paraître...

Ce Fil d'info « Approvisionner la restauration en 09-31 » sera envoyé 3 fois dans l'année aux adhérents qui le souhaitent.

Si vous êtes intéressés pour le recevoir, faites-le nous savoir sur l'adresse suivante : [ludwine.laurette@bio-occitanie.fr](mailto:ludwine.laurette@bio-occitanie.fr)

## Retour sur l'expérimentation du « Pack Bio Engagé »

Dans le cadre du Projet Alimentaire de Territoire du Volvestre, Bio Ariège-Garonne a travaillé avec les Jardins du Volvestre et Manger Bio Occitanie Pyrénées sur l'expérimentation du « Pack bio Engagé ». Il s'agissait d'expérimenter une solution logistique pour faciliter l'approvisionnement bio local de la restauration collective du Volvestre. Sur le concept de panier « type AMAP » adapté à la restauration collective, ce projet garantit aux producteurs, des volumes annuels et une planifi-

cation à la semaine, un groupage des livraisons et un colisage harmonisé tout en sortant de la logique de mercuriale.

Deux livraisons-test ont eu lieu les 6 et 20 juin pour le collège et l'école primaire de Montesquieu-Volvestre ainsi que pour l'école primaire de Saint-Sulpice-sur-Lèze.

Pour ces essais, le pack s'adaptait à chaque établissement et l'offre pouvait se composer de légumes, fromages et yaourts ainsi que de

légumineuses. Bien que les produits aient été très appréciés des cuisiniers et des convives, le projet doit encore être perfectionné notamment sur l'aspect logistique et en affinant notamment les besoins de chaque cantine au regard de leurs approvisionnements déjà existants.

Le projet devrait reprendre fin 2024 avec l'intégration de nouvelles communes qui ont d'ores et déjà manifesté leur intérêt. A suivre...

*Ludwine Laurette*

## Les rencontres régionales Restauration hors domicile

### Colloque RHD bio d'Occitanie

A destination des acteurs de la restauration collective (cuisiniers, gestionnaires, élus...), ce rendez-vous organisé par Interbio Occitanie, Bio Occitanie et les Chambres d'Agriculture est devenu un moment incontournable de l'automne en région !

Au programme, des partages d'expériences en faveur des produits bio locaux dans les menus de tous types d'établissements de restauration collective.

Cette année, l'événement aura lieu le **27 novembre 2024 à St Affrique (12)**. La table-ronde du matin portera sur l'introduction de viandes bio locales.

### Show-Room RHD

Comme chaque année, ce salon professionnel de rencontres entre acheteurs et fournisseurs de la Restauration Hors Domicile en Occitanie sera organisé par Ad'OCC, l'Agence de Développement de la Région, en partenariat avec le réseau Bio, les Chambres, l'AREA... Il se tiendra cette année le **2 octobre 2024 à Narbonne**.

**A noter :** la moitié des stands exposant proposent des produits bio !

*Marie Sibertin-Blanc*



# Du bio local aussi dans les établissements médico-sociaux !

**Bio Ariège-Garonne continue à essaimer et accompagner des démarches alimentaires durables en intégrant du bio local notamment avec les établissements médico-sociaux.**

## En Haute-Garonne

Grâce au travail régional de Bio Occitanie, un projet commun avec la Fédération Hospitalière de France s'est engagé pour essaimer les démarches d'alimentation bio locale dans les EHPAD en Haute-Garonne.

Cela donne l'occasion à Bio Ariège-Garonne de renforcer le partenariat avec le Conseil Départemental 31 et de rencontrer le service en lien avec les structures médico-sociales. Deux rencontres ont été organisées pour présenter l'outil de mise en relation « Agrilo-cal31 » et de la démarche de Bio Ariège-Garonne pour accompagner les établissements.

L'une d'elles s'est déroulée à l'EHPAD La Prade à Rieumes, où Mme Le Behec, responsable de la résidence Couserans Pyrénées est venue partager la démarche alimentaire durable de son établissement et l'accompagnement réalisé par Bio Ariège-Garonne en 2018-2020. Le nombre de présents souligne une belle dynamique qui débute : le centre hospitalier de Muret, l'EHPAD L'Albergue à Sainte-Foy-de-Peyrolières, l'EHPAD Les Jonquilles à Salies-du-Salat, l'EHPAD Résidence Jallier à Carbonne, l'EHPAD Saint Jacques à Grenade, l'EHPAD Saint Joseph au Fousseret et l'EHPAD Elvire Gay à Boulogne-sur-Gesse.

## En Ariège

Dans le cadre de leurs Projets Alimentaires Territoriaux, le PETR d'Ariège (Pole d'Equilibre Territorial et Rural) et le PNR (Parc Naturel Régional) des Pyrénées Ariégeoises organisaient avec Bio Ariège-Garonne la première rencontre pour la restauration hors domicile

médico-sociale le 13 juin à Montégut-Plantaurel. Cette rencontre a été accueillie par l'Association pour Adultes Handicapés d'Ariège (APAJH 09) qui prépare les repas pour ses résidents et les écoles du territoire en partie en bio local depuis 3 ans maintenant.

Ce temps a donné l'opportunité aux 6 établissements représentés de se rencontrer et de partager leurs expériences : Hérisson Bellor à Mazères, l'Institut Médico-Educatif Saint-Jacques à Lérans, l'EHPAD Gustave Pedoya à La Bastide de Sérou, la Résidence La Lausada à La Bastide-sur-l'Hers, l'EHPAD Le Sapin d'Or à Bélesta et l'APAJH à Montégut-Plantaurel.

L'APAJH 09 et l'EHPAD de Bélesta ont témoigné de leur démarche d'approvisionnements bio locaux et de l'accompagnement de Bio Ariège-Garonne dont ils ont bénéficié via les défis cuisines du PNR et du PETR. Depuis notre accompagnement, les menus continuent d'être élaborés à partir de la disponibilité des produits bio du territoire dans chacune de ces deux structures.

### Voici les principaux résultats :

**APAJH de Montégut-Plantaurel** ≈ 50 % de produits bio dont la grande majorité issue de producteurs locaux, soit + 17 % par rapport au début de l'accompagnement.

**EHPAD de Bélesta** = 20 % de produits bio, soit + 23 % par rapport au début de l'accompagnement. 25 % de produits locaux.

Les responsables d'établissements ont exprimé le besoin de mieux connaître l'offre bio locale. Deux nouvelles rencontres seront programmées pour répondre à cette demande.

Si vous livrez la restauration collective ou que ce débouché vous intéresse et que ces établissements sont sur vos secteurs, n'hésitez pas à nous contacter : [ludwine.laurette@bio-occitanie.org](mailto:ludwine.laurette@bio-occitanie.org)

*Marie Sibertin-Blanc et Ludwine Laurette*

## Merci à toutes et tous !

Une page se tourne pour moi et je vais voguer vers d'autres horizons professionnels. Je remercie tous les adhérent-e-s, les administrateur-ice-s qui se sont succédé-e-s à ERABLES31 puis à Bio Ariège-Garonne, les collègues (merveilleuses) et les partenaires pour le chemin parcouru à vos côtés pour une alimentation plus bio locale (en un seul mot !) dans les restaurants collectifs de la Haute-Garonne.

Il y a 11 ans la loi EGALIM n'existait pas et nous devions frapper à plusieurs portes et à plusieurs reprises pour parler de la bio à la cantine. On nous répondait « bof moi la bio je n'y crois pas, l'environnement ce n'est pas prioritaire pour nous... ». Alors, même s'il reste énormément à faire pour que la bio soit en pratique partout et pour tous, nous avons indéniablement avancé !

Aujourd'hui nous ne devons plus convaincre de l'intérêt et du bien-fondé de la démarche mais dire comment le faire, et accompagner ceux qui nous sollicitent dans la mise en œuvre de leur démarche. Je suis fière d'avoir participé un peu à ce progrès grâce à vous. Bon vent à toutes et tous.

*Marie Sibertin-Blanc*

## ACCESSIBILITÉ - SENSIBILISATION

### Pour une Sécurité Sociale de l'Alimentation en Ariège (SSA)

#### Les nouvelles de l'initiative Couserans

Depuis près de 2 ans, Bio Ariège-Garonne s'implique dans le montage d'une expérimentation citoyenne de Sécurité Sociale de l'Alimentation, dans le Couserans.

Portée par un collectif de structures et d'habitants, l'initiative s'est structurée autour de 2 premiers objectifs :

- Il s'agit tout d'abord de mobiliser les habitants pour faire que cette expérimentation soit la plus démocratique possible (vers la constitution d'un comité citoyen de l'alimentation à partir du 19 octobre).
- En parallèle, l'idée est de construire une trame d'expérimentation de caisse de mutualisation des moyens favorisant un accès choisi pour tous à une alimentation durable (et donc en soutien à une agriculture durable rémunératrice).

Ainsi, plus de 15 événements et rencontres ont pu avoir lieu pour informer et mobiliser les habitants du territoire entre janvier et juin 2024 (un stand au marché de St-Girons, un repas convivial et un atelier d'échanges en juin...). Cela a permis de réunir les contacts de plus de 120 personnes intéressées pour expérimenter ou s'impliquer dans le comité citoyen de l'alimentation.

#### Quelles sont les prochaines étapes ?

**Le 22 septembre 2024 : un grand repas partagé** complété par des échanges sera notre dernier temps fort de la mobilisation dans le cadre de l'événement national sur la SSA « la Plus Grande Table du Monde » en lien avec le festival de rue « Trois P'tits Points » qui programmera d'ailleurs un spectacle sur le thème de l'alimentation : « C'est pas (que) des salades » de la Compagnie Les Philosophes Barbares.

**Le 19 octobre 2024 : le lancement du comité citoyen de l'alimentation** sera ouvert à toutes les personnes intéressées. Il pourra réunir 30 à 40 personnes.

Le rôle du comité sera de décider des modalités de cotisation, du conventionnement de la caisse (lieux et producteurs auprès de qui les dépenses de caisse pourront se faire). Des temps de partage des connaissances seront animés sous forme d'ateliers/visites entre novembre et avril. Les membres du comité seront également les premiers expérimentateurs de la caisse à compter de la fin du 1<sup>er</sup> semestre 2025.

#### Et les producteurs dans tout cela ?

Une réunion d'information pour les fournisseurs intéressés (producteurs, distributeurs) a été organisée le 27 mai à Saint Girons. Ce temps fut l'occasion de présenter l'actualité du projet et d'échanger sur les modalités de suivi et transfert monétaire dans la perspective du fonctionnement de la caisse avec les fournisseurs.

Pour préparer cette initiative et ces différentes étapes, le CAC 09 (Citoyenneté et Alimentation en Couserans) se réunit en plénière ou en groupes thématiques tous les mois, depuis septembre 2023. Ces réunions réunissent à la fois des habitants, des représentants de structures sociales ou autres et des producteurs : vous êtes les bienvenus !

De même en tant qu'habitant du territoire, vous pouvez venir vous inscrire pour être membre du comité citoyen : **rendez-vous le 19 octobre !**

Pour toute information complémentaire, contactez [magali.ruello@bio-occitanie.org](mailto:magali.ruello@bio-occitanie.org) ou le mail du CAC 09 : [cac09@proton.me](mailto:cac09@proton.me)

*Magali Ruello*

### Une initiative de SSA en réflexion sur l'est du département

Le PETR de l'Ariège (Pôle d'Equilibre Territorial Rural) a lancé, lors de son dernier Conseil Local de l'Alimentation le 4 juillet dernier, l'idée de monter une initiative d'accessibilité à une alimentation locale, via des comptes clients créés dans des épiceries villageoises. Cette proposition, issue d'un travail exploratoire d'un stagiaire sur ces 3 derniers mois, vise à prendre le chemin d'une initiative SSA sur la partie est du département.

Bio Ariège-Garonne est intervenu ce 4 juillet pour présenter l'initiative SSA en Couserans et suivra l'avancée de l'association créée pour porter le projet de caisse côté PETR, afin de mutualiser et mettre en cohérence les démarches de caisse alimentaire commune - SSA en Ariège.

*Magali Ruello*

## Clap de fin pour le défi Foyers à Alimentation Positive d'Arize-Lèze

Le 12 juin dernier, les participants du défi Foyers à Alimentation Positive d'Arize-Lèze se sont retrouvés une dernière fois aux Bordes-sur-Arize pour clôturer une année d'ateliers autour de l'alimentation, démarrée en septembre 2023.

Cette démarche d'accompagnement du grand public vers une alimentation plus bio locale, de saison, à petit budget, est proposée par Bio Ariège-Garonne depuis 5 ans aux collectivités qui portent des Projets Alimentaires de Territoire, ici le PETR de l'Ariège. Ciblée cette année sur l'Arize-Lèze, Bio Ariège-Garonne s'est entouré de l'association EntraideS qui aide les personnes en précarité alimentaire sur ce secteur par des distributions de colis.

Tout au long de l'année, les participants du défi ont pu réaliser des ateliers autour de l'alimentation, la cuisine, la diététique, mais aussi les plantes sauvages comestibles, et partir à la découverte de producteurs bio autour de chez eux.

Pour cette ultime rencontre de l'année, le groupe a visité le nouveau magasin de producteurs, « Localim09 », ouvert cette année par Gilles, par ailleurs éleveur bio, et sa femme Hadewych. Après la visite, un temps de bilan est venu clôturer l'année.



Et pour couronner la matinée, tout le monde a mis la main à la pâte pour confectionner lors d'un dernier atelier cuisine le repas partagé ensuite lors d'un moment convivial !

Vous êtes une collectivité et souhaitez mettre en place un défi Foyers à Alimentation Positive sur votre commune ? N'hésitez pas à nous contacter.

*Constance Malard*

## Des travailleurs sociaux sensibilisés aux enjeux de la transition alimentaire

Pour faire suite au succès des trois éditions des défis Foyers à Alimentation Positive qui ont eu lieu sur la Métropole toulousaine, Bio Ariège-Garonne a monté un programme de sensibilisation et transmission d'outils autour des enjeux agri-alimentaires en partenariat



avec Toulouse Métropole. Au total, une quinzaine de travailleurs sociaux et animateurs se sont retrouvés autour d'ateliers de formation afin de devenir à leur tour des ambassadeurs de l'alimentation durable.

Entre janvier et juin, 7 ateliers se sont tenus sur des thématiques autour de l'alimentation, l'agriculture et la santé, ateliers durant lesquels Bio Ariège-Garonne a transmis ses outils et supports d'animation. Les participants ont pu échanger autour de leurs pratiques, questionnements et besoins.

La clôture du cycle d'ateliers s'est tenue en juin au domaine agricole de Candie à Toulouse. Ce fut un moment convivial duquel les participants sont repartis équipés et nourris par les échanges et idées. Ils pourront déployer à leur tour les ateliers et les apprentissages en faveur de l'alimentation durable partout et pour tous !

*Constance Malard*

## Semaine de la Bio



Du 8 au 15 juin dernier se déroulait la Semaine de la Bio en Occitanie, un événement porté par les interprofessions bio et la Région Occitanie, première région bio de France. Tout au long de cette semaine, des actions ont été organisées sur l'ensemble du territoire pour valoriser les produits issus de l'agriculture biologique auprès des consommateurs.

A cette occasion, Bio Ariège-Garonne a animé en Ariège un stand avec des animations et dégustations au nouveau magasin de producteurs Localim09 aux Bordes-sur-Arize. En Haute-Garonne, le stand de Bio Ariège-Garonne se tenait au Marché Bio du Capitole à Toulouse samedi 15 juin pour répondre aux questions des consommateurs sur l'agriculture biologique et démontrer que si l'on veut manger local et sain, c'est tout à fait possible !

**Un rebond de l'événement est prévu à l'automne (dates à venir). Si vous souhaitez organiser un événement pour promouvoir l'agriculture biologique, contactez-nous : [constance.malard@bio-occitanie.org](mailto:constance.malard@bio-occitanie.org)**

*Constance Malard*



**Pensez à adhérer, bulletin ci-joint ou sur [www.bio-ariège-garonne.fr](http://www.bio-ariège-garonne.fr)**

Antenne 09 : 6 route de Nescus - 09240 La Bastide de Sérour - Tél. : 05 61 64 01 60

Antenne 31 : 21 rue de la République - 31270 Frouzins - Tél. : 05 34 47 13 04

[bio-ariège-garonne@bio-occitanie.org](mailto:bio-ariège-garonne@bio-occitanie.org)

Corinne AMBLARD, chargée de mission « Viandes et lait », [corinne.amblard@bio-occitanie.org](mailto:corinne.amblard@bio-occitanie.org), 06 49 23 24 33

Delphine DA COSTA, chargée de mission « Maraîchage », [delphine.da-costa@bio-occitanie.org](mailto:delphine.da-costa@bio-occitanie.org), 06 49 23 24 44

Julie GUGUIN, chargée de mission « Grandes cultures », [julie.guguin@bio-occitanie.org](mailto:julie.guguin@bio-occitanie.org), 06 34 08 21 57

Eléonore MAHÉE, chargée de mission « PPAM, Fruits, Maraîchage-commercialisation », [eleonore.mahee@bio-occitanie.org](mailto:eleonore.mahee@bio-occitanie.org), 06 13 01 35 42

Lisa NAUTRE, animatrice technique « Elevage, Réglementation et Aides Bio », [lisa.nautre@bio-occitanie.org](mailto:lisa.nautre@bio-occitanie.org), 06 11 81 64 95

Ludwine LAURETTE, chargée de mission « Projets Restauration Collective », [ludwine.laurette@bio-occitanie.org](mailto:ludwine.laurette@bio-occitanie.org), 06 13 21 35 69

Constance MALARD, animatrice « Alimentation et territoires/Communication », [constance.malard@bio-occitanie.org](mailto:constance.malard@bio-occitanie.org), 06 27 51 43 72

Magali RUELLO, chargée de mission « Projets alimentaires territoriaux », [magali.ruello@bio-occitanie.org](mailto:magali.ruello@bio-occitanie.org), 07 50 80 99 26

Jean-Pierre BROSSET, responsable administratif et financier, [jean.brosset@bio-occitanie.org](mailto:jean.brosset@bio-occitanie.org), 06 25 81 78 21

Estelle GEORGE, directrice, [estelle.george@bio-occitanie.org](mailto:estelle.george@bio-occitanie.org), 06 49 20 47 70

Sandy BENZAIN, comptabilité, [sandy.benzain@bio-occitanie.org](mailto:sandy.benzain@bio-occitanie.org)

La Feuille Bio Ariège-Garonne, lettre d'information diffusée et éditée par Bio Ariège-Garonne (CIVAM Bio 09 / ERABLES 31)

Directeur de la publication : Ismaël Wyon - Ont participé à la rédaction : Corinne Amblard, Philippe Assemat, Delphine Da Costa, Alex Franc, Estelle George, Julie Guguin, Ludwine Laurette, Eléonore Mahée, Constance Malard, Lisa Nautré, Magali Ruello, Marie Sibertin-Blanc.

Crédit photos : Bio Ariège-Garonne, Alex Franc, Antoine Martin, GAEC de Faurejean, Esther Roccella

Mise en page : Odile Maury - Impression : NOVASCOP - 09000 Foix - 05 61 65 14 64

**Cette Feuille Bio est réalisée grâce au soutien de :**

