

# Les Simples de Sophie

## Une ferme multifacette à haute valeur ajoutée

Les simples de Sophie sont nés de la reconversion de Sophie puis de Jean Loup, anciens citadins arrivés en 2009. Sophie a très vite découvert que « pour vivre à la campagne, il faut vivre de la campagne ». Le projet initial de culture et de transformation de plantes aromatiques et médicinales s'est étoffé au fil du temps et des envies de ce couple autodidacte. La vente de produits transformés assure une haute valeur ajoutée à de petites productions très diversifiées.



Sophie, Jean Loup et Bilbo

## Contexte pédoclimatique

- | Altitude 260 mètres
- | Climat : Océanique
- Fortes chaleurs l'été, peu de gel l'hiver
- | Sol : Sablo-argileux, hydromorphe (mosaïque)
- Vent constant et changeant
- | Exposition plein Sud
- | Eau : Du réseau uniquement (à l'installation)
- | Milieux : Bois, Verger, Mares, Zone pionnière



## Activités

### Végétales en Traction Animale

Plantes médicinales et aromatiques  
Maraîchage – semis et vente de plants  
Petits fruits (fraises, cassis ...)  
Verger (pommier, poires ...)

### Animales

Atelier Poules pondeuses  
Atelier Cochon

**Transformation** - Sorbets, Pâtes, Infusions, Conserves..

**Commercialisation** - Vente directe, magasin de producteurs, paniers, marchés hebdo, marchés d'été



## Bâtiments et Matériels

- 1 maison d'habitation
- 1 grange de stockage + 1 ancien local de four à pain
- 1 tunnel - accueil des repas à la ferme
- 1 tunnel froid - 120 m<sup>2</sup> - semis, primeurs, mise à l'abri des agrumes
- 4 bâtiments à poules avec accès plein air

### Transformation

- 1 laboratoire (hors produits animaux) : turbine à glace, cellule de refroidissement, machine à pâtes, congélateur de stockage
- 1 séchoir auto-construit

### Traction animale

Kassine - porte-outils Prommata - Collier américain, cadre cultivateur, sous-soleuse, vibroculteur, herse étrille, Canadien, buteuse/ disques billoneurs, Sarcluse, sous soleuse à ailettes

### Autres

Bétaillère, Quad  
Compresseur, Débroussailleuse, Tondeuse, Broyeur, Karcher, Désherbeur thermique

## Informations clés

Entreprise Individuelle (EI)-  
MicroBA  
SAU : 20 Ha  
UTH : 2  
Résultat final 2018: 31000 €  
250 poules pondeuses  
quelques cochons  
1 jument percheronne de travail (Olga)

# Durabilité

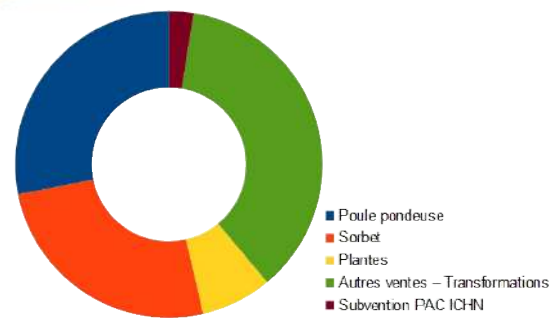
## Stratégie économique

Diversification : Chiffre d'affaire réparti sur de nombreux postes (1/3 du CA max) - diminution de la dépendance par rapport à une seule production, moins de pression sur un atelier. Pas de prêt pour l'Entreprise Individuelle (EI)

Investissement sur les 12 ans d'activité estimé à 50 000 euros dont 17 000 subventionnés

Achat de la maison séparée sur un prêt personnel (fin en 2021)

Répartition des bénéfices en fonction des produits vendus



## Viabilité

Viabilité longue à atteindre mais satisfaisante depuis 2 ans

Trésorerie fortement saisonnalisée : déficitaire en hiver/ rentrée importantes en Juillet/Août (sorbet) - Lissage grâce aux poules  
Charges courantes importantes au printemps - Terreau, semences et plants, engrais de rempotage.



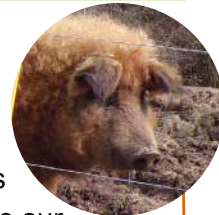
## Environnement

Label AB (Ecocert)

Plantation d'arbres et création de mares

Test en cours - suppression du plastique sur la production de fraises

Pas de mécanisation lourde (TA)



## Vivabilité

Temps de travail

Jean Loup : production et commercialisation, permanence le mardi au magasin de producteur.

Sophie : transformation, production, commercialisation.

Vacances

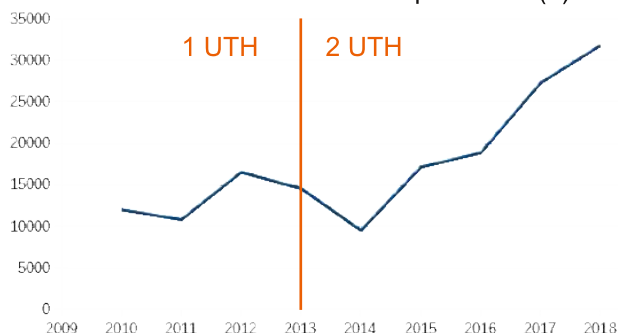
Rythme annuel stabilisé

Repos d'au moins 5 semaines (Janvier)

Week-ends libres jusqu'en mars



Evolution du résultat final depuis 2010 (€)



## Commercialisation

Commercialisation principalement Avril-Octobre

- Magasin de producteurs à Saint-Céré
- Foires et marchés de producteurs
- Marchés à partir de Mars/Avril
- Boutique à la ferme - Activité estivale



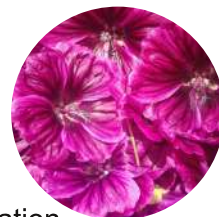
## Vie sociale et territoire

Réseau personnel lié aux néoruraux et au réseau pro. Les enfants aident à s'ancrer mais peu de sentiment d'intégration dans le territoire proche.

Transmission de la démarche - stagiaires, wwoofers, formations professionnelles

Accueil - Repas paysans à la ferme, Scolaires

Réseau - FRCIVAM, Agrobio19 ; syndicat agricole



• Ecole des Plantes de Lyon - Sophie  
Création d'une savonnerie - Jean-Loup

• Sophie crée l'EI/ Atelier poules pondeuses

• Jean-Loup conjoint collaborateur, formation arbo/ Atelier Cochon

2006

2009

2013

# Cheminement

# Gestion de l'eau

L'amélioration de la gestion de l'eau sur la ferme en haut de colline implique des changements dans tout le système. Le parti pris est de favoriser la circulation par de multiples petites solutions qui se complètent pour ralentir la course de l'eau et la cycliser sur la zone de culture.



## Identification des problèmes

- | Haut de colline
- | Sol sabo-argileux - tendance hydromorphes
- | Vent séchant omniprésent
- | Fortes chaleurs l'été
- | Ancienne prairie sans arbre sur la zone de production



## Conséquence

- | Ruissellement important
- | Lessivage
- | Erosion forte
- | Peu de pénétration dans le sol
- | Pas de réserve utile, aucune résilience des plantes en cas de sécheresse



## Enjeux

- | Ralentir et retenir l'eau
- | Stocker
- | Redistribuer



## Retenir

- | Identifier les courbes de niveaux pour maîtriser et utiliser l'écoulement gravitaire
- | Baissières pour stopper le ruissellement et faire pénétrer l'eau dans le sol
- | Drain agricole pour récupérer et rediriger l'eau vers les mares
- | Redirection des planches de cultures perpendiculaire à la pente



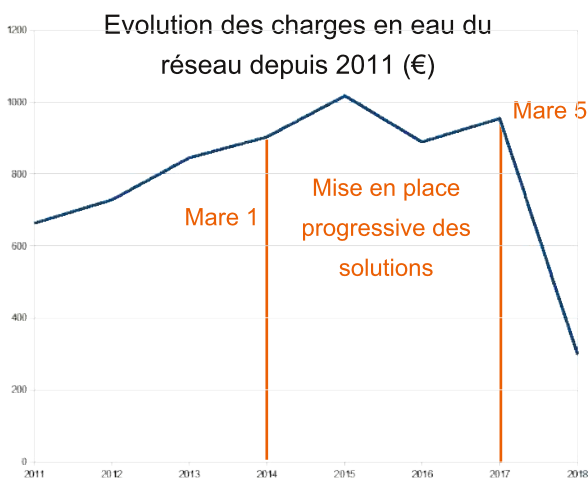
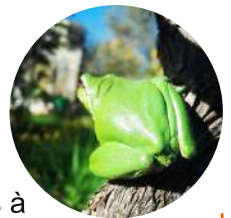
## Stocker

- 1 récupérateur eau de toit - 5 m3**
- 5 mares connectées**
- | Gestion du trop plein et garanti niveau d'eau minimum.
- | Limite la complexité de l'ouvrage et réparti les investissements
- | Microclimat
- | Etanchéification naturelle grâce aux poches argileuses du terrain
- | Coûts/mare = 400 €, prof. ± 3m



## Irriguer

- | Pompe équipée d'un filtre
- | « château d'eau » - 2 tonnes à eau d'1 m<sup>3</sup> superposées = 1,2 bar de pression en sortie
- | Microporeux - diffusion gravitaire lente et homogène, pas de risque de bouchage – nécessite une pression basse et une pente inférieur à 2 %
- | Micro aspersion pour certaines cultures et le tunnel



## Les résultats

- | Apparition spontanée d'une biodiversité importante
- | Observation d'un microclimat sur 25 mètres autour des mares (inertie thermique et dispersion par le vent)
- | Baisse conséquente de la consommation, et de la facture d'eau lors d'une année de sécheresse (ex : 2018)

• 1<sup>ère</sup> mare

• Journée design du groupe production diversifiée  
• 2<sup>ème</sup> mare

• 5 mares creusées

• Fin du prêt de la maison

2014

2015

2018

2021

## Contraintes

- Temps d'acquisition du métier (T.A, différents ateliers)
- Insertion dans une nouvelle région
- Terrain en haut de colline qui présente des inconvénients : eau, sol, vent

## Atouts

- Capacité d'apprentissage et d'expérimentation
- Statut de référents dans les réseaux

# Perspectives



## A suivre

Profiter pleinement d'un système en place.

Dispenser des formations avec le réseau Savoir Faire et Découverte (poules pondeuses, sorbets, test métier PPAM, arboriculture) + formation en ligne.

Réflexion sur l'avenir de l'activité : Jean Loup et Sophie sont 2 personnes aimants les nouveaux défis...

## Retour d'expérience

Important d'avoir un espace personnel et des horaires définis au risque de craquer les premières années.

Ne pas tout faire en même temps, se donner du temps pour éviter de se laisser déborder, par exemple il est bien plus difficile de gérer la mise en place d'une production quand on doit aussi rénover sa maison.

Continuer à expérimenter des solutions d'une année sur l'autre.

Prendre des notes régulières : observation, temps de travail pour évaluer et améliorer ses pratiques

## Pour aller plus loin



Les Simples de Sophie

"Aux Prés de chez nous" - Magasin de producteurs de Saint Céré



auxpresdechezvous

Savoir Faire et Découverte - [www.lesavoirfaire.fr/](http://www.lesavoirfaire.fr/)

Porte-outils Kassine - [prommata.org](http://prommata.org)

Brad LANCASTER, *Rainwater harvesting for Drylands and Beyond*, vol. 1 et 2

GIEE - SAEL (Système agroécologique en Limousin)

**Fédération des CIVAM en Limousin** -

[www.civam-limousin.com](http://www.civam-limousin.com)



## Paisan quo vai

Groupe Système Ferme de Productions Diversifiées

Groupe d'échange entre paysans, producteurs, porteurs de projets qui souhaitent faire vivre une agriculture respectueuse des humains, de la nature et des sols.

Plateforme d'échange en ligne : [Paisanquovai.com](http://Paisanquovai.com)

Contact : [ewa.kan@civam.org](mailto:ewa.kan@civam.org) - Tel : 0555260799

