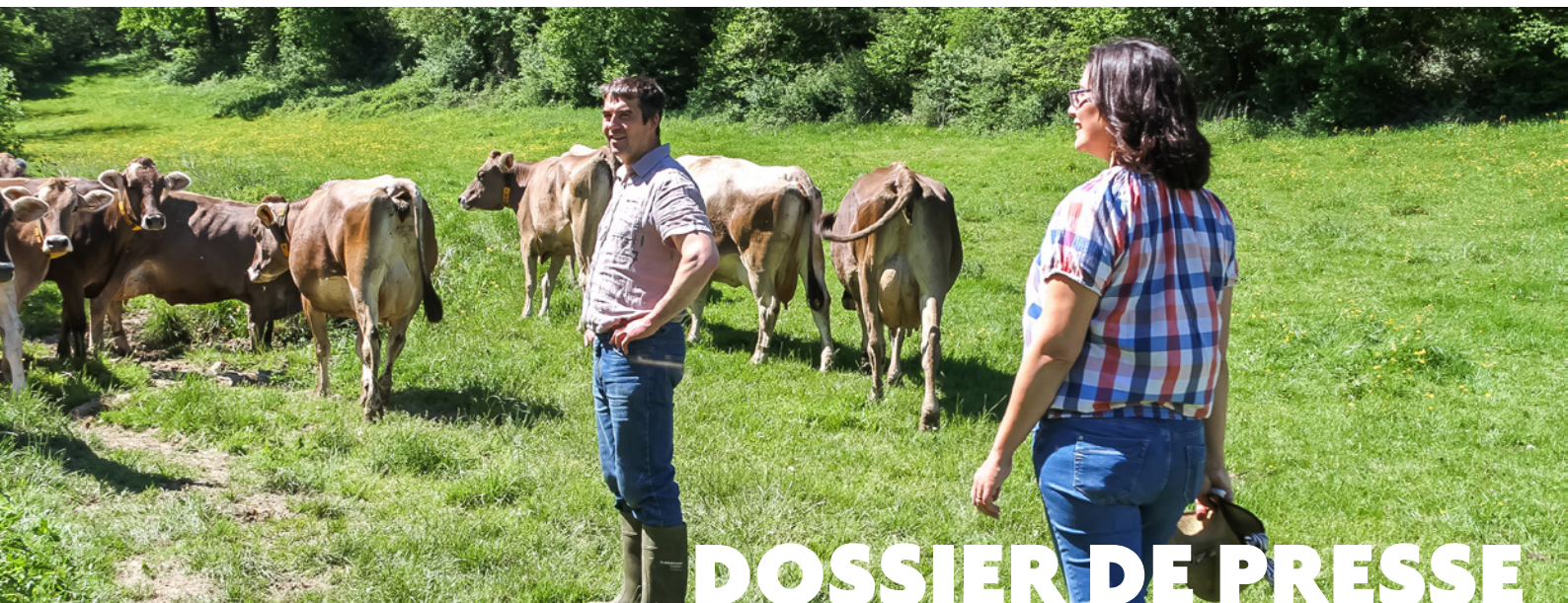


# AU CŒUR DES PAYSANS



# Sommaire

**Editorial** Page 03

---

**Un concept touristique inédit  
pour rapprocher agriculteurs et citoyens** Page 05

---

**Plus de 50 agriculteurs ouvrent leurs portes  
à travers la France** Page 06

---

**A la découverte des terres oubliées :  
zoom sur les destinations proposées** Page 09

---

**Les 6 étapes pour préparer ses randos  
Au Cœur des Paysans** Page 14

---

# Editorial



Pendant une grande partie de ma vie active, j'ai pris part au rapprochement entre des exploitations agricoles, des coopératives et puis j'ai connu le monde de l'industrie et des services.

Mais, au hasard de mes "chantiers", je n'ai jamais perdu le contact avec l'agriculture, son amont et son aval, tout simplement parce que le secteur agro-alimentaire est l'un des premiers de notre pays.

Depuis trente ans, nos paysans s'ouvrent à de nouvelles méthodes pour valoriser nos terres : de l'agriculture biologique à l'agriculture raisonnée, de l'artisanat à l'agriculture de précision.

Toutes se situent dans un mouvement général visant à construire une agriculture permettant de nourrir la planète sans épuiser ses ressources.

Cette évolution est progressive et dépend des possibilités des terres qui sont mises en valeur, mais aussi de la façon dont les citoyens consommateurs accompagnent ces évolutions.

Aujourd'hui les agriculteurs ont du mal à vivre de leur travail et les citadins ont de plus en plus peur de ce qu'ils consomment. Au fil du temps, une médiation entre les urbains et nos paysans m'est donc apparue comme un enjeu de premier ordre, un préalable pour refonder un avenir pour nos agricultures. Ce sentiment partagé avec certains nombres de collègues ou amis a donné naissance à l'association. Nous nous sommes regroupés pour fonder Au Cœur Des Paysans et ainsi proposer des solutions concrètes à tous ceux qui veulent comprendre comment vivent nos campagnes et comment leurs habitants nous nourrissent.

Il est temps de décloisonner ces mondes pour que chacun comprenne mieux le quotidien de l'autre, ses problèmes, ses craintes, ses efforts... C'est toute la mission d'Au Cœur des Paysans.

Je suis convaincu que la Rencontre fortifie le Respect et crée la Confiance.

**Jean Houdouin,**  
co-fondateur de Au Cœur des Paysans

**60** c'est le nombre de personnes qu'un agriculteur nourrit à l'hectare chaque année, contre 20 il y a 50 ans.

**54** C'est le pourcentage du territoire français composé de surfaces agricoles aujourd'hui.

**5** C'est le nombre d'emplois directs ou indirects créés par chaque exploitation agricole.

# La diagonale du vide



**700 km de sentier**

**70 agriculteurs**

**1 agriculteur tous les 10 km en moyenne**

**5 parcours traversant 7 départements**

*(Ardennes / Meuse / Marne / Haute-Marne / Aube / Côte-d'Or / Aude)*



# Un concept touristique inédit pour rapprocher agriculteurs et citadins

Les français manifestent de plus en plus le besoin de se reconnecter à la terre, ils sont de plus en plus nombreux à vouloir entrer en contact avec les producteurs, en témoigne, par exemple, le développement des AMAP. Au Cœur Des Paysans répond à ces attentes en se donnant pour mission de faire comprendre aux urbains, la richesse et la diversité de l'activité agricole en France, le savoir-faire des paysans, et les défis de ce métier d'entrepreneur. Car, humbles, passionnés, engagés : ils sont au cœur d'une relation équilibrée entre l'Homme et la Nature, au service d'une mission fondamentale : nourrir le monde. L'association veut également offrir aux citoyens la possibilité d'exprimer leurs attentes, tant en matière d'environnement que d'alimentation.

## Des randonnées jalonnées de rencontres en terres oubliées

Créée par des passionnés d'agriculture en 2016, Au Cœur des Paysans est une association qui vise à favoriser les rencontres entre les acteurs du monde rural et tous ceux qui veulent comprendre leur quotidien et d'où viennent les produits qui les nourrissent.



Pour y arriver, les fondateurs de l'association ont eu l'idée de créer des parcours de randonnées, hors des sentiers battus, rythmés par des rencontres avec des agriculteurs dans des zones quelque peu oubliées... Les parcours ont en effet tous un trait commun : ils sont situés dans des zones à faible densité de population.

Les sentiers proposés sont une invitation à découvrir la France dans toute sa diversité et ses contrastes, entre les reliefs montagneux du Morvan, du Massif Central, des Pyrénées, du massif des Corbières, mais aussi les vallées de la Meuse et de l'Allier, les plaines de la Haute Marne, les plateaux du Châtillonnais et les vertes collines de l'Auxois.

## La ferme, toute grange ouverte

Les agriculteurs de l'association accueillent les randonneurs le long du sentier et ouvrent les portes de leur ferme. Ils partagent leur métier, leur passion, et montrent tout ce que l'on rêve de savoir sur la production laitière, céréalière, maraîchère...

Certains ont l'habitude d'accueillir du public avec la vente directe, d'autres ouvrent leurs portes pour la première fois !

Côté pratique, il faut seulement réserver sa visite via le site de l'association, pour un coût de 5 € par personne. L'intégralité du prix revient à l'exploitant.



# Plus de 50 agriculteurs ouvrent leurs portes et leur cœur

L'association présente chacun des agriculteurs sur son site, par région, et permet de réserver sa visite en quelques clics en fonction de son parcours de randonnée. Certains agriculteurs proposent même de loger à la ferme.

“ Je conseille à tous les parisiens qui veulent expérimenter le retour aux sources de venir visiter Cumigny-sur-Seine, non seulement parce que c'est le premier village posé sur la Seine mais également parce qu'avec une densité 20 fois plus faible que dans la capitale, ils vont, paradoxalement, abandonner toutes formes d'anonymat ! Blague à part, je suis comblé quand j'accueille des gens curieux, que je sens que je leur ai appris des choses ou que j'ai levé des doutes sur des craintes ou des à priori, en matière d'alimentation notamment.



Leur ouvre les portes de mon exploitation de vaches brunes, une race locale qui produit un lait de haute qualité destiné à la filière Epoisse et à son fameux fromage. Sans mise en scène et sans tabou, je fais entrer les marcheurs dans mon quotidien et j'essaie de démystifier certaines croyances. Je leur parle également des difficultés engendrées ces dernières années par la sécheresse et des conséquences sur l'exploitation. Notre métier est parfois ingrat, même si nous avons la chance de travailler dans un cadre plaisant avec une tranquillité rare, il demande énormément d'heures de travail et de présence pour s'occuper des bêtes, sans pour autant dégager des revenus les années difficiles. Pouvoir le partager et l'expliquer à ceux qui le connaissent mal est une vraie source de satisfaction.

**Philippe Bertrand**, éleveur laitier dans le Châtillonnais.

“

Lorsque l'association m'a contacté, je ne me voyais pas refuser d'accueillir des citoyens pour leur expliquer mon métier et la manière dont nous travaillons. Beaucoup de choses sont dites sur l'agriculture et l'alimentation mais finalement, en tant qu'agriculteurs nous avons peu d'occasions d'entrer en contact avec les consommateurs. Moi



je suis prêt à répondre à toutes les questions, j'ai même besoin que les gens viennent m'expliquer ce qu'ils veulent manger demain. Alors le message que j'ai envie de passer c'est : venez, il n'y a pas de question dérangeante, pas de question bête ! J'ai finalement constitué un petit groupe d'agriculteurs autour de moi, sur le chemin, pour que nous puissions montrer la variété des exploitations de la région, il y a des producteurs de céréales, des éleveurs de vaches laitières ou de vaches à viandes, des agriculteurs en bio ou en conventionnel et même un producteur de bière... ”

**Pascal Farcage**, éleveur dans le Pays Barrois.



“

Pour ne pas quitter ma région, le Châtillonnais, j'ai décidé, il y a une trentaine d'années, d'y monter mon domaine viticole, à un moment où la région subissait un exode rural massif. Ce fut un défi car mes parents n'étaient pas vignerons, j'ai dû acheter des terres, y planter des vignes et en valoriser le fruit. A l'époque, il n'y avait quasiment pas de vignerons dans ce territoire, aujourd'hui

d'autres agriculteurs ont suivi le mouvement et ont implanté des vignes sur leurs parcelles pour diversifier leur activité. Aujourd'hui, je suis engagé dans le projet de création d'un parc national visant à valoriser la région, c'est une fierté de pouvoir participer à l'embellissement de la France et à la préservation de nos espaces ruraux. Il est donc naturel pour moi d'accueillir les touristes qui s'intéressent à ce terroir, de les inviter à parcourir le domaine à nos côtés. Nous leur faisons visiter les vignes, nous leur expliquons nos méthodes de culture et de vinification, analogues aux méthodes champenoises qui restent peu dévoilées... Les visites sont également un bon moyen pour nous de valoriser et de pouvoir vendre nos productions de vins, de crémant de Bourgogne, de jus de pomme et d'eau de vie. ”

**Sylvain Bouhelier**, viticulteur dans le Châtillonnais.

## Quelques idées de rencontres...

### Bourgogne Nord, escargots tout chaud

Dans le Châtillonnais, Jean Livera nous fait entrer dans les coulisses de son élevage d'escargots et dévoile ses secrets de transformation dans son laboratoire. Une rencontre ludique et gastronomique ponctuée par les anecdotes d'un hôte qui a parcouru le monde avant de revenir poser ses valises en Bourgogne.

### En passant par la Lorraine

En Pays Barrois, Amélie Dallemagne ouvre les portes de la porte de La Ferme de Saulx, exploitation familiale transmise sur trois générations ! Elle explique comment la ferme a évolué au fil des décennies puisque à l'origine on y faisait du lait, de l'élevage allaitant, de l'élevage ovin et des céréales, désormais, la jeune femme se concentre sur les céréales et les plantations truffières, aidée ponctuellement par son papa et son mari. Pour elle, un des points essentiels de la visite est d'expliquer comment elle fait évoluer ses pratiques dans le respect de l'environnement, pour une culture raisonnée.

### Cap sur le Grand Est pour « sortir des clichés »

Direction l'Aube, les frères Robert accueillent tous ceux qui veulent en savoir plus sur la production de lait et la vie quotidienne des vaches laitières à la ferme de Beaufort à Montmorency Beaufort. En novembre 2016, ils ont décidé de passer en bio pour des raisons philosophiques, sanitaires et économiques et sont ravis de partager leurs difficultés et leurs joies pour, comme ils le disent eux-mêmes : « sortir des clichés » !

### Visite aromatique

Dans les Corbières, à Caunette-en-Val, en pleine garrigue, Micias Saillard et Marie Chabanne transmettent leur savoir relatif aux vertus des plantes aux visiteurs. Le duo cultive, cueillent et distillent des plantes aromatiques et médicinales destinées à produire des huiles essentielles, des eaux florales, des baumes et des crèmes. Toutes leurs plantes sont issues de cueillettes sauvages ou de leurs propres cultures conduites en agriculture biologique. C'est l'escapade idéale pour ceux qui veulent de faire du bien naturellement !



Tous les agriculteurs sont à découvrir ici : <https://aucoeurdespaysans.org/les-rencontres/>





# À la découverte des terres oubliées...

Les parcours proposés par Au Cœur des Paysans ont en commun la faible densité de population des régions qu'ils traversent. Ils invitent à découvrir des territoires peu visités et pourtant riches en paysages sublimes et en paysans accueillants !

## Des parcours pour tous types de marcheurs

Pour chaque région, des suggestions de rando sont disponibles sur le site, ainsi que toutes les exploitations à visiter. Grand marcheur ou promeneur du dimanche, chacun trouvera chaussure à son pied, de un à plusieurs jours, les parcours de randonnées sont classés par niveau de difficulté. Et quand les chemins ne sont pas balisés, Au Cœur de Paysans met les cartes ou la trace GPX à disposition des marcheurs sur le site.



## 180 km dans Le Châtillonnais au nord de la Côte d'Or

La traversée du pays Châtillonnais nous fait (re)découvrir le crément et permet des visites de fermes variées entre polycultures et élevage.

On peut également y observer la Seine balbutiante à quelques kilomètres de sa source, visiter de hauts lieux de l'histoire comme le site d'Alesia ou Flavigny-sur-Ozerain, l'un des plus beaux villages de France, ou bien encore l'Abbaye de Fontenay.



## 160 km **dans L'Aube** à l'ouest du Grand Est

Ce territoire offre des paysages variés et enchanteurs, c'est la destination idéale pour les parisiens qui veulent s'échapper le temps d'un week-end, à la rencontre des agriculteurs. On marche ici sur les traces des Francs qui se rendaient à Rome en empruntant la Via Francigena, au Moyen-Âge. Sur le chemin, des agriculteurs font découvrir la tradition champenoise de la Côte des Bar, l'un des grands territoires de production du champagne. Et pour les marcheurs en quête de rencontres animales, on peut aussi découvrir des élevages de poulets et de bovins.



## 100 km **dans le Pays Barrois** en plein cœur de la Lorraine

Niché au cœur de la Meuse, le Pays Barrois mérite qu'on s'y arrête, surtout quand on souhaite comprendre notre agriculture. De nombreux paysans attendent les visiteurs qui pourront passer d'un élevage extensif de bovins à une culture de céréales, tout en prenant le temps de déguster une bière fermière et des confitures. Forêts et cours d'eau rythment le parcours entre les exploitations, pour Pascal Farcage, agriculteur de la région : « c'est le meilleur endroit pour retrouver la campagne telle qu'on peut l'imaginer ».



## 130 km dans Les Corbières en Occitanie

Avec en toile de fond des paysages à couper le souffle, on marche ici entre vignes et oliviers sur les pentes de la Montagne Noire. Pour les plus motivés, une randonnée itinérante de 5 à 6 jours est possible. Une quinzaine d'agriculteurs partagent avec leurs hôtes les enjeux de la vigne et d'autres cultures.

## Bons baisers de marcheurs...

Département de l'Aube

*Au-delà de la fine équipe que nous formions avec mon mari (et qui contribua au succès de la randonnée), nous avons énormément apprécié l'accueil des agricultrices qui nous ont reçus : toutes deux très pédagogues, elles nous ont fait partager leur passion et ont réussi à nous faire comprendre leur métier dans toute sa complexité. Nous avons apprécié leur ouverture et la facilité avec laquelle nous pouvions dialoguer avec elles. Par ailleurs, les exploitations sont très belles, bien tenues et pour ne rien gâcher leurs yaourts sont délicieux ! Le soir nous avons logé au gîte de l'une d'entre elles, le repas était succulent, il nous a permis de bien recharger les batteries pour poursuivre la randonnée. Je conseille de bien imprimer les cartes car on ne capte pas toujours mais ce fut tout le charme de ce week-end hors du commun ! Après avoir vagabondé entre champs, forêt et étangs, nous sommes revenus avec quelques courbatures mais tout étonnés d'avoir parcouru 35 km sans fatigue notable !*

*Amicalement,  
Karine, marcheuse au cœur des paysans.*

Parc naturel régional de la forêt d'Orient



---

AU CŒUR DES PAYSANS.

---

157 rue des Enfants du Paradis

---

92100 Boulogne-Billancourt

---



## Bons baisers de marcheurs... (suite)

Flavigny-sur-Ozerain (Côte-d'Or)

Grâce au Cœur des Paysans, j'ai pu mêler  
la découverte de paysages magnifiques en Côte d'Or  
à des rencontres avec des personnes passionnées et généreuses,  
qui ont donné encore plus de sens à ma randonnée.  
Merci à tous les agriculteurs qui m'ont ouvert leur porte,  
donné de leur temps et beaucoup appris  
sur leur métier, leurs enjeux  
et les étapes d'une chaîne alimentaire complexe.  
Merci au Cœur des Paysans pour la création d'un réseau  
inspirant qui propose une manière originale,  
et indispensable, de découvrir la France.  
Et bravo pour la sélection des gîtes recommandés !



---

AU CŒUR DES PAYSANS.

---

157 rue des Enfants du Paradis

---

92100 Boulogne-Billancourt

---

Marie, marcheuse Le Long de la Seine, été 2018

Les collines de l'Auxois (Côte-d'Or)

J'ai adoré marcher et rencontrer des paysans en chemin.  
Nous avons eu la chance d'être reçu par Jean-Pierre et  
sa femme qui nous ont fait découvrir leur ferme avec  
ses céréales, des vaches, nous avons même fait un tour  
de tracteur ! De spectateurs passifs de champs de  
céréales nous sommes devenus des "citoyens" actifs,  
initiés, inspirés et solidaires des enjeux des paysans  
d'aujourd'hui. Le tout avec passion et sourire. Encore  
merci, et à renouveler en 2019, j'ai hâte !! »



---

AU CŒUR DES PAYSANS.

---

157 rue des Enfants du Paradis

---

92100 Boulogne-Billancourt

---

Béregère, marcheuse dans Les Collines de l'Auxois, Mai 2018

# En résumé



Choisir une région à découvrir ou redécouvrir



Sélectionner une randonnée :  
parmi les suggestions de l'association ou en construisant soi-même les étapes



Identifier les agriculteurs que l'on souhaite rencontrer



Organiser les hébergements et le ravitaillement grâce aux informations disponibles sur le site



Réserver les rencontres directement sur la page de l'agriculteur sélectionné



Télécharger les documents nécessaires (GPX, cartes, ...)

**Rendez-vous sur [aucoeurdespaysans.org](http://aucoeurdespaysans.org)**



**Contacts Presse**

**Laurene Le Norcy**

Laurene.lenorcy@bellenuouvelle.fr

06 18 68 33 32