

Agriculture

Le chanvre, une culture ancestrale qui a de l'avenir

Utilisé depuis fort longtemps en écoconstruction et dans le textile, le chanvre trouve aujourd'hui de nouvelles applications dans l'alimentation et les produits de beauté. Il est désormais même loué pour ses vertus thérapeutiques.

Cultivé par l'homme depuis le néolithique, le chanvre reste pourtant une culture d'avenir. C'est en tout cas le message délivré vendredi dernier par les associés du Gaec des Hauts Roseaux à Pannecé, où une journée sur la culture et la valorisation du chanvre fermier était organisée à l'initiative de l'association Chanvre&Paysans et du Civam 44. L'occasion de découvrir non seulement ses nombreuses applications, mais aussi ses vertus thérapeutiques et nutritionnelles, nettement moins connues. « Nous cultivons le chanvre depuis 15 ans sur l'exploitation, à raison de 2 à 4 hectares chaque année, débute Bruno Gautier, un des trois associés du Gaec. Quand on voit qu'on utilise ses fibres pour l'isolation dans l'éco-construction, que l'on peut également valoriser ses graines pour l'alimentation humaine et animale, et que son huile s'utilise de plus en plus dans les cosmétiques, on peut logiquement considérer qu'il s'agit d'une plante d'avenir. »

« Le chanvre, une bonne alternative aux viandes »

« Surtout que la graine de chanvre est un super aliment

pour la santé, avec des qualités nutritionnelles exceptionnelles », enchaîne Christian Bliguet, un agriculteur retraité de Teillé, qui s'est mis à le cultiver il y a trois ans.

« La graine de chanvre est composée à 25% de protéines, 30% de lipides sans cholestérol et 30% de glucides. Elle est également riche en sels minéraux, oligo-éléments, acide gras essentiels et vitamines A, E et D. Sans parler du fait qu'elle est facile à digérer ! Pour l'apport en protéines, c'est une bonne alternative aux viandes puisqu'avec 75 grammes de graines décortiquées, on couvre les besoins quotidiens d'un homme en protéines. »

La graine utilisée comme médicament

Selon l'agriculteur retraité, le chanvre, et en particulier ses graines, présenterait également « mille vertus thérapeutiques, grâce à sa riche teneur en oméga 3 et 6. » Exemple ? « L'huile de chanvre protège très bien la peau des rayons UV. Pour moi, elle remplace la crème solaire à la plage. Et puis comme ça, je nourris les poissons au lieu de les empoisonner », poursuit Christian Bliguet, qui ne s'arrête pas là... « Cette graine a aussi des ver-



Yann Lebourvellec, associé du Gaec des Hauts Roseaux à Pannecé, a vanté les vertus de la culture du chanvre.

tus anti-âge, elle renforce les défenses du corps contre les cellules cancéreuses et protège le système cardio-vasculaire. D'ailleurs depuis que je m'y suis mis, je suis plus que convaincu par ses bienfaits et pour cette raison que le chanvre est devenu mon premier médicament ! »

Sur le plan agronomique, le chanvre présente également de nombreux intérêts : « C'est une plante nettoyante qui pousse vite malgré le fait que l'on ne l'arrose pas. Elle ne nécessite pas de désherbage et permet d'aérer le sol. D'ailleurs, les céréales poussent très bien après la culture du chanvre. C'est également une plante qui s'intègre parfaitement dans la réduction de produits phyto dans les fermes... » A ce titre, c'est donc

encore une fois une plante d'avenir... Et ce n'est pas Christian Bliguet qui dira le contraire : « Avec le chanvre, un supermarché va s'ouvrir à nous dans les années à venir. Le bouche-à-oreille fonctionne déjà très bien et les gens qui m'achètent des graines reviennent spontanément, preuve qu'il y a une demande et que les résultats sont au rendez-vous ! »

Nicolas Le Port

Pratique - Les personnes intéressées peuvent s'approvisionner en chanvre (graines et huile) auprès des magasins spécialisés type Biocoop et sur les marchés de producteurs. Sinon se renseigner au 02 40 14 59 00.