

SPiRULiNE
de Provence

Un producteur au service de votre vitalité !

TÉMOIGNAGES

de consommateurs



Qualité
du produit

Santé
&
Bien être

Sportifs

Parutions

Pays extérieurs

Jean-Bernard SIMIAN - SPiRULiNE de PROVENCE

Tel Fixe : 04 94 58 91 31
Portable : 06 03 46 80 72

**248 Chemin du Coupereau
83320 CARQUEIRANNE**

www.spirulinedeprovence.fr
info@spirulinedeprovence.com

Depuis le début de notre aventure dans le monde de la spiruline, nous recevons de nombreux témoignages de consommateurs.

Nous avons dans ces quelques pages regroupé un certain nombre d'entre eux afin de vous les faire partager.

Autant de commentaires divers et variés que de clients adeptes de la petite algue, vous pourrez y lire des témoignages concernant divers domaines :

La santé et le bien-être en général, le sport, la qualité de notre spiruline ou encore quelques mots venus des frontières africaines par exemple.

Santé & Bien être

Une dizaine de témoignages de consommateurs relatifs à la santé et au bien-être que leur procure la spiruline.

Vitalité et tonus, effet coupe-faim, grossesse, renforcement du système immunitaire, rhumatisme, allergie, peau et cheveux, résistance à la fatigue sont les principaux thèmes abordés dans ces témoignages.



Bernard et Christiane

42320 FARNAY

à Monsieur SIMIAN

Monsieur,

Nous avons découvert la Spiruline lors de nos vacances à Gien. Depuis notre retour, mon mari et moi avons fait une cure de Spiruline. Nous avons, tous les deux, constaté un effet de satiété. Donc, finis les grignotages en cours de journée et, de ce fait, on constate un effet notable sur la ligne. Quant à la forme, malgré la reprise des activités professionnelles, nous avons gardé la forme olympique les vacances.

Nous sommes satisfaits, d'où cette commande pour les cures suivantes ... et mes amis ou famille que nous avons convaincus.

Sincèrement à vous

“

Nous avons gardé la forme Olympique des vacances!

”

- Vitalité au quotidien
- Concentration
- Qualité du sommeil

Spiruline Nicolas.
13580 La Fare les Oliviers

La Fare, le 6/12/08

SPIRULINE DE PROVENCE

Objet: Témoignage personnel des bienfaits
de la spiruline.

Bonjour,
Je vous part de mon enchantement pour les
bienfaits de la spiruline. Cela fait maintenant plus
d'un mois que je prends régulièrement (1 fois/jour, le matin
coulé à un jus de fruit) de la spiruline et je ressens
moins la fatigue professionnelle. En effet, j'arrive à remplir
mes journées (Travail + sport + famille + sortie nocturne) sans
éprouver une lourde fatigue handicapante comme avant,
je dors mieux, je suis mieux concentré dans mes tâches
au quotidien et j'ai plus de vitalité.

Voilà, je voulais m'exprimer car j'ai connu ce produit
par l'intermédiaire d'un ami, et j'en suis ravi.

Nicolas

“

J'ai connu ce produit par l'intermédiaire d'un ami
et j'en suis ravi

”

Madame Myriam [REDACTED]

Le 30 août 2010.

[REDACTED]
45760 BOIGNY S/BIONNE

a' M. SIMIAN

Monsieur,

Je passe commande de 4 boîtes de Spiruline
en paillottes, produit indispensable pour
ma qualité de vie.

Dans l'attente de la réception,

Je vous prie d'agréer, Monsieur, l'expression
de mes sentiments distingués.

“

Produit indispensable pour ma qualité de vie.

”

M^{me} [redacted] Veronique
[redacted]
13330 - PELISSANNE

Pelissanne le 26/05/09

Monsieur,

veuillez trouver ci-joint le cheque de 27 € concernant la spiruline. Egalement ci-dessous les effets positifs de la spiruline ressentis au bout de 5 mois d'utilisation. :

- * + de vitalité
- * la peau + tonique et mieux hydratée,
- * les cheveux + épais,
- * - de douleurs aux genoux,
- * - d'allergies aux pollens.

Je vous prie d'agréer, Monsieur, mes sincères salutations.

“

Effets positifs de la spiruline
au bout de 5 mois d'utilisation.

”

- Articulations douloureuses
- Énergie et pleine forme
- Rééquilibrage de l'organisme

Mr et Mme [redacted] joan
[redacted]
72120 Evailly

Je voudrais tout particulièrement vous remercier de nous avoir fait découvrir les vertues de la spiruline qui depuis que nous la consommons a changé complètement notre vie non seulement elle rééquilibre notre organisme à tout point de vue mais en plus elle nous a permis de nous avoir redonné une aisance considérable au niveau des articulations et depuis nous n'avons plus de douleurs. Nous avons 60 et 58 ans et nous avons l'impression d'avoir retrouvé une pleine forme totale, de plus j'ai remarqué une nette amélioration d'énergie vitale en générale. Je tenais à vous le faire savoir, tous les amis à qui nous vantons la spiruline sont devenus des adeptes et notre fils qui fait des marathons l'apprécie également.

“

Elle rééquilibre notre organisme à tout point de vue.

”

“

Nous avons 60 et 58 ans et nous avons l'impression d'avoir retrouvé une pleine forme totale.

”

“

Je voudrais tout particulièrement vous remercier de nous avoir fait découvrir les vertues de la spiruline

”

- Fatigue
- Coupe-faim
- Produit naturel

Emmanuel BENOIST
75011 PARIS

Jean-Bernard SIMIAN
Spiruline de Provence
248 Chemin du coupereau
83 320 Carqueiranne

Paris, le jeudi 31 mai 2007,

Cher Bernard,

Un petit mot pour te dire tout le bien que je pense de mon amie la cyanobactérie ...

Lors de coups de fatigues, j'avais l'habitude de prendre des complexes vitaminés, forcément chimiques, à force mon organisme ne supportait plus les cachets.

Depuis la Spiruline, plus besoin de fausses vitamines.

Globalement, elle me redonne la pêche.

Je note aussi que si l'envie de fumer me prend la Spiruline éloigne cette envie.

De plus, j'ai tendance à céder à des petites fringales, et avec la Spiruline celles-ci n'apparaissent tout simplement plus.

Le matin, un bon petit déjeuner associant céréales, Spiruline et Vitamine C afin de fixer le fer, et je sais que je tiendrai jusqu'à midi, sans problème.

Et comme si cela n'était pas suffisant, en plus des propriétés pharamineuses de la Spiruline, je sais que je participe au développement d'une économie locale basée sur des petits producteurs, axée sur une logique de qualité et non pas uniquement financière.

Tout ceci est largement suffisant pour que je reste un client plus qu'heureux, et bien cela ne s'arrête pas là, je sais que tu soutiens des organisations humanitaires grâce aux incroyables propriétés nutritives de la Spiruline.

En plus de me faire du bien, je fais, indirectement, du bien à la planète ...

Il me reste quand même une interrogation, comment se fait-il que nous ne soyons pas envahis de Spiruline, lorsque l'on contrebalance ses multiples avantages, avec ses inconvénients inexistantes ?

Bien amicalement

Emmanuel

“

Depuis la spiruline, plus besoin de fausses vitamines.

”

- Grossesse
- Renforcement du système immunitaire

M^{me} [REDACTED] Patricia

Cuers le 09/03/09

83390 CUERS -

Tel : [REDACTED]

Lors de ma grossesse, Conseillée par mon homéopathe, j'ai pris chaque matin une cuillère à café de spiruline dans un verre de jus d'orange. J'ai passé l'hiver sans être malade, ni même enrhumée et je n'ai ressentie aucune fatigue. Un mois après l'accouchement, je poursuis mon traitement pendant 2 mois encore car les bienfaits sont notables et bénéfiques.

“

Je poursuis mon traitement car les bienfaits sont notables et bénéfiques

”

Dans votre - le 25-08-07

De très bons effets, je suis en
pleine forme!!! rapide et efficace,
voilà un très bon complément.
Merci Spicelline!

“

Voilà un très bon complément.

”

- Syndrôme des jambes sans repos
- Résistance à la fatigue

Étant atteint du syndrome des jambes sans repos (SJSR), j'ai constaté que l'apport quotidien de spiruline m'aidait considérablement dans les périodes de crises; ce qui m'a permis de stopper la prise de certains médicaments, moins bien assimilables par l'organisme.

Je suis par ailleurs convaincue des bienfaits de la spiruline chez les sportifs. De par mon métier, qui est très physique, j'ai pu vérifier son efficacité face à la fatigue.

Tony

“

J'ai constaté que l'apport quotidien de spiruline m'aidait considérablement dans les périodes de crises.

”

De: [REDACTED]
 Envoyé: dimanche 3 août 2008 23:19
 À: Simian
 Objet: Voyage au Burundi

Hello Bernard!

Je pense que je vais finalement pouvoir y aller, avec un programme très intéressant: un protocole Spiruline-VIH/SIDA!

Je t'ai parlé de la petite soeur à qui j'en ai donné depuis juillet 2007: regarde ce qu'écrit son médecin traitant.

Article de Dr SINABAJJE Gamaliel

**LA SPIRULINE, BOOSTER (RENFORCEUR) DES ARV
 OU ANTIVIRAL NATUREL ?**

Madame M.J est patiente séropositive connue au VIH SIDA depuis 2003. Elle est suivie à l'ANSS (Association Nationale de Soutien aux Séropositifs et Malades du SIDA) GITEGA-BURUNDI depuis 2005. Elle a été très malade, hospitalisations répétitives avec plusieurs épisodes de rechutes tuberculeuses. 4 épisodes de tuberculoses : Janvier 1999, Février 2006, Novembre 2006 et Juillet 2007

C'est le 23/02/2005 qu'elle a débuté le traitement antirétroviral (TRIOMUNE 30). Elle avait 38kg des cheveux décolorés qui commençaient à tomber. Elle était fortement immunodéprimée avec 111 CD4/mm3 (11/2005). Malgré le traitement antirétroviral, la patiente n'a pas eu d'amélioration : elle a continué à développer des infections opportunistes sévères (3 épisodes de tuberculose et candidose oropharyngée) ayant nécessité des traitements en milieu hospitalier.

Son dernier séjour en hospitalisation a duré 2 mois, à la sortie de l'hôpital le 25/07/2007, elle n'avait que 35kg : son état général avait sérieusement dégringolé. Son évolution clinique était erratique (oscillante). Elle était très asthénique et anorexique (n'avait pas envie de manger).

Depuis Août 2007 elle a adjoint de la spiruline au traitement antirétroviral. Dès lors elle a retrouvé l'appétit, elle a gagné du poids et une nette amélioration clinique. Actuellement, c'est une femme dynamique (elle pèse 52 kg, le poids le plus élevé qu'elle ait pu enregistrer ayant été de 54Kg, une fois à son 9^{ème} mois de grossesse) et joyeuse, qui témoigne déjà de la réussite de son traitement.

Son succès thérapeutique n'est pas seulement clinique, les résultats biologiques sont aussi intéressants :

- CHARGE VIRALE indétectable en Mai 2008 (*c'est à dire qu'elle possède des virus inférieurs à 50 copies, qu'on ne peut donc détecter avec les appareils de labo*).
- 192 CD4/mm3 (augmentation de 73%) en date du 25/07/2008
- *Son traitement a été très efficace, presque à 100%.*

En Conclusion il serait très intéressant de vérifier les effets de la spiruline sur un échantillon consistant de patients séropositifs pour pouvoir se permettre de tirer des conclusions scientifiques qui pourraient être publiées.

Fait à GITEGA le 28/07/2008
 Par Dr SINABAJJE Gamaliel
 Médecin traitant de Mme M.J

“

Elle a adjoint de la spiruline au traitement antirétroviral. Dès lors elle a retrouvé l'appétit, elle a gagné du poids et une nette amélioration clinique.

”

un grand merci,
toute la famille à
bonne mine grâce
~~à~~ votre spiruline.

M Mme Michel
92160 ANTONY

“

Toute la famille a bonne mine.

”

Qualité du produit

Voici quelques témoignages de consommateurs qui nous font énormément plaisir et qui nous motivent toujours plus à vouloir partager une spiruline de qualité.

Ceux sont ces clients qui font notre publicité, en témoignant de leur satisfaction.



Toulouse 4 0110

Bonjour

Je tiens à témoigner de la qualité de la spiruline produite par "Spiruline de Navarre".
Etant végétalien je suis bien sûr attentif à ma alimentation. Mon dernier enfant à trois ans et en consomme depuis plus de deux ans. Le résultat est qu'il a la patate!
En ce qui me concerne, le dernier médecin que j'ai vu remonte au millénaire précédent...

Francis [signature]

“

Le dernier médecin que j'ai vu remonte au millénaire précédent.

”

- Qualités naturelles de la spiruline

Pierre-Marie
35134 THOURIE

Jean-Bernard SIMIAN
Spiruline de Provence
248 chemin du capereau
83320 CARQUEIRANNE

THOURIE, le 28/04/2011

Objet: Achat de 400g de spiruline

Mr,

Ayant entendu beaucoup de bien sur les qualités naturelles de la spiruline et notamment sur celle que vous produisez, je me permets de vous passer commande de 400g de votre produit. Veuillez trouver ci-joint un chèque de 56 euros par lequel je règle le montant de ma commande.

Je vous remercie d'avance quant à la livraison.

“

Ayant entendu beaucoup de bien sur la spiruline que vous produisez...

”

Merci pour l'envoi
de la spiruline,
votre produit est
merveilleux. Petit à
petit je retrouve de
l'énergie et une
meilleure forme

“

Votre produit est merveilleux

”

Pièce QU04

Bonjour,

le 16.2.09

suite à notre conversation téléphonique,
veuillez trouver ci-joint un chèque
de 26 euros correspondant à 2 sachets
de spiruline.

Je trouve cette algue formidable
et vos produits sont de très bonne qualité.
Cordialement

“

Vos produits sont de très bonne qualité.

”

18/10/2008

Merci
beaucoup
pour la
bonne
qualité
de vos
algues.

Pièce QU05

Bonjour,
pouvez-vous me faire parvenir 4x100gr de
votre superbe spiruline ?

Amicalement,

Ismaël
75014 Paris

“

Votre superbe spiruline

”

Suis toujours très satisfait, comme
je l'étais pour la précédente !

Merci pour la qualité et
bonne continuation.

A bientôt pour prochaine
commande, et visite sur votre site
à la fin de l'été, avec mon
bébé ... !

Yand

Qualité du produit

Pièce QU08

• Bon goût

Super! Si en regardant
les 2 paquets et
en plus c'est Bon
Rien à voir avec
les comprimés écoeurants
que je connaissais -
Merci!

Pièce QU09

Bonjour Jean Bernard,
Ci-joint donc chaque LCC
de 39 € - je trouve cette
spiruline d'excellente qualité;
bravo!
Peux-tu m'en renvoyer 3x
200 grammes de plus? -
Avec mes remerciements,
Amitiés, Philippe

“

En plus c'est bon!
Rien à voir avec les comprimés

”

Avec tous nos remerciements
pour cette belle et bonne
Spiruline.

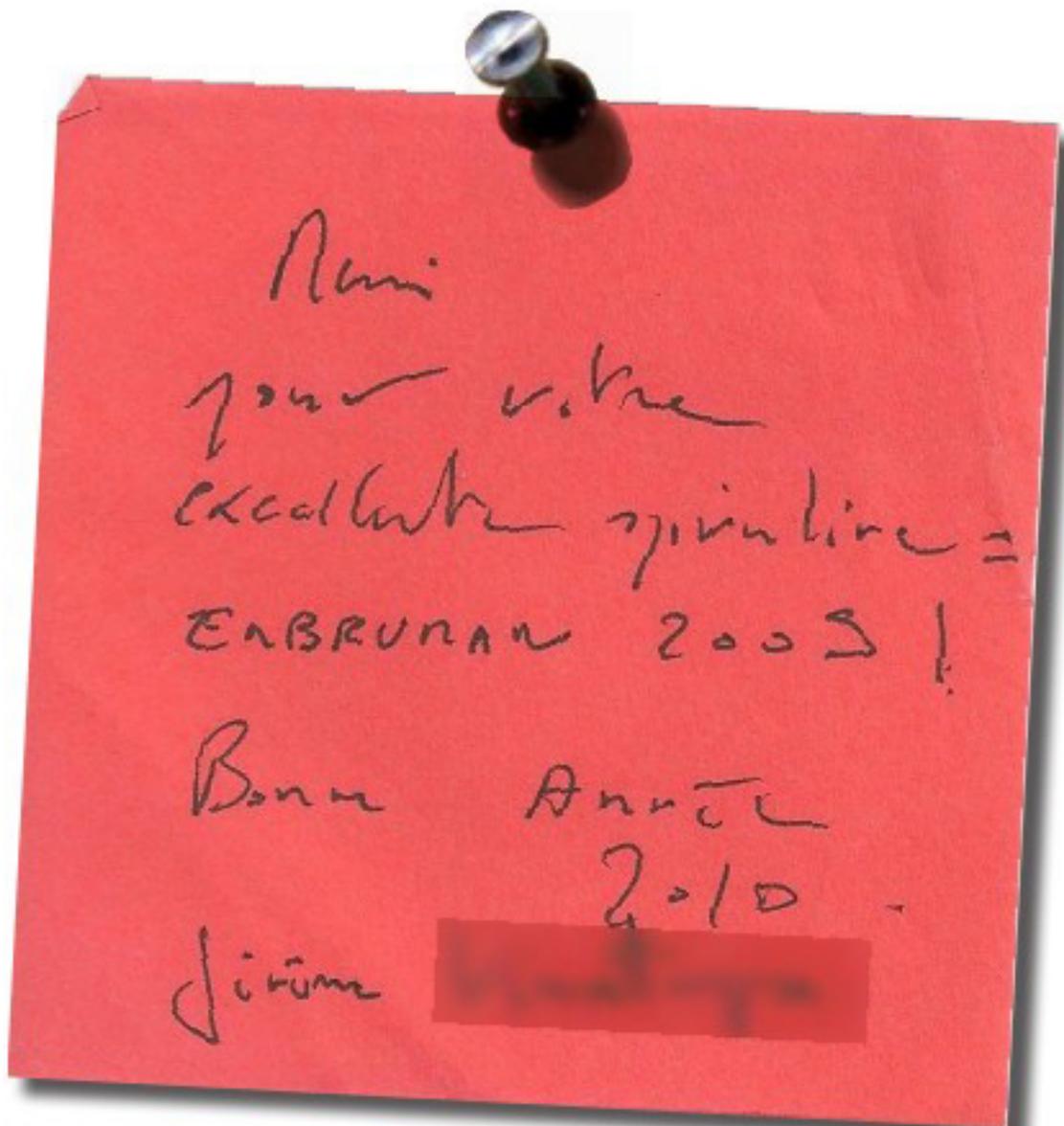
Helena

Pièce QU10

Sportifs

Petits comme grands sportifs, des consommateurs nous apportent leur témoignage et leur ressenti avec la spiruline.

Récupération accrue, fatigue repoussée, prise de muscle et meilleure assimilation des entraînements sont ici largement évoqués.



- Taux de fer
- Meilleure récupération

Jean-Michel [REDACTED] (Gareoult 83) cycliste

Enchaînant la saison route et la saison cyclo-cross, j'étais souvent en carence de fer.

J'ai commandé la spiruline l'année dernière par courrier.

Les effets sont là : fer stabilisé,
une meilleure assimilation des charges de travail,
récupération accrue.

Habitant désormais dans le Var j'ai été visiter cette ferme et rencontré Jean-Bernard SIMIAN.

Merci à lui pour sa gentillesse, ses explications passionnantes et sa disponibilité.

jean-michel [REDACTED]

“

*Les effets sont là : fer stabilisé
meilleure assimilation, récupération accrue*

”

- Meilleure forme
- Moins de courbatures
- Récupération plus rapide

Bonjour,

Consommant votre spiruline depuis seulement deux semaines, j'ai l'impression d'en ressentir déjà les bienfaits.

En effet, pratiquant régulièrement de la course à pied, du ju-jitsu et du VTT, je me sentais souvent fatigué et depuis plusieurs jours je me sens en meilleure forme.

J'ai moins de courbature et j'ai l'impression de récupérer beaucoup plus vite après l'effort.

Je souhaiterais donc commander 400 gr de spiruline pour débiter une cure à long terme.

Pourriez-vous, svp, me donner le montant total à payer (par virement bancaire) pour recevoir ma commande?

Cordialement.

Jean-Claude

Rue de l'Industrie 114

6464 Baileux (Belgique)

“

*J'en ressens déjà les bienfaits.
Je me sens en meilleure forme.*

”

- Meilleure qualité des entraînements et de la récupération

Bonjour

Très satisfait par votre produit que j'ai commandé (et testé pour la première fois) il y a quelques mois, je reviens vers vous pour une nouvelle commande. L'effet est incontestable réel au bout de quelques semaines. Mes entraînements et récups ont largement gagné en qualité. J'aurai besoin de 300g de spiruline.

Mon adresse est :

Patrick

49330 Marigné

Merci pour la qualité de votre service.

Bien cordialement

“

*L'effet est incontestable, réel
au bout de quelques semaines.*

”

Cher Jean Bernard,

A l'aube de cette nouvelle année, et aux prémices de l'ouverture de la saison cycliste, je te présente mes meilleurs vœux et souhaite une très heureuse année 2011 à toute l'équipe de Spiruline de Provence. C'est aussi l'occasion pour moi de te témoigner ma reconnaissance pour le soutien que tu m'a apporté depuis des années pour la réalisation de mon double projet en lequel tu a été l'un des premiers à croire et à t'engager.

J'ai le plaisir de t'associer à ma réussite, ta confiance y contribue grandement. En 2011 je franchis une grande marche en intégrant à 19 ans le peloton cycliste professionnel sous les couleurs du groupe sportif continental LPM La Pomme Marseille, tout en préservant mes chances de reconversion en poursuivant ma deuxième année universitaire.

Ton aide m'est précieuse pour réaliser un objectif si ambitieux et je t'en remercie sincèrement.

Bien à toi.

Gregoire Tarride



Photo Vincent OLLIVIER le dauphiné libéré

“

J'ai le plaisir
de t'associer
à ma réussite.

”

Jean Bernard
le meilleur de meilleur jeune
pour te témoigner en toute
simplicité ma sympathie
pour le soutien que tu
m'apportes pour la deuxième
saison.

Bien à toi
Greg T.

- Aisance à l'entraînement
- Meilleure forme

A Monsieur LAURENT

A Monsieur LAURENT

24300 NONTRON

Nontron le 24 Mars.

Je suis dans le domaine de la course à pied.
Aussi après avoir fait une cure de Spiruline
l'année passée. J'ai constaté une amélioration
de ma forme, sur des parcours que j'emprunte
couramment, je me suis senti plus facile!
Aussi je souhaiterais renouveler l'expérience
Je vous joins un chèque de 39€ pour
l'achat de 300gr de Spiruline de
Provence.

Salutations Sportives

“

Sur des parcours que j'emprunte couramment,
je me suis senti plus facile!

”

- Meilleure oxygénation
- Récupération plus rapide
- Meilleure forme

Mme [redacted]

85340 Olonne/s/Mer.

Olonne/s/Mer

le 19. 1. 2011

Monsieur,

Cela fait environ 1 an que nous consommons
de la spiruline constats :

Meilleure oxygénation

Récupération rapide après l'effort

Meilleure forme en général.

Peu de petits soucis hivernaux (rhumme)

Bonne réception n. [redacted]

- Moins de fatigue
- Prise de masse musculaire
- Qualité du sommeil

"Cela fait plus de trois mois que je prends quotidiennement 5 grammes de spiruline par jour.

Je pratique le cyclisme de compétition et la spiruline m'apporte :

-une sensation de bien être,

-beaucoup moins de fatigue qu'auparavant après des séances d'entraînement en anaérobie (résistance)

-je suis capable d'enchaîner 2 jours de course consécutifs sans mal de jambes par une meilleure élimination des toxines

-l'impression nette de mieux respirer lors d'un effort intense(certainement grâce au fer que contient la spiruline et qui permet une meilleure oxygénation)

-un sommeil plus facile

-prise de masse musculaire , sensation de puissance

En conclusion je conseille la spiruline à tous les sportifs et notamment les cyclistes , je précise que j'ai 53 ans et que je pratique la compétition en FFC, UFOLEP

CORDIALEMENT

CHRISTIAN

“

Je suis capable d'enchaîner deux jours de courses consécutives sans mal de jambes.

”

- Grande efficacité
- Beaucoup moins de fatigue
- Aisance à l'entraînement

Bonjour

Je vous repasse une commande car je suis en rupture de stock.

Je m'aperçois que la Spiruline est très efficace.

En effet, je suis Marathonien et pendant mes périodes d'entraînement, le fait d'en consommer, me fais rendre vite me fais DISPARAITRE la fatigue.

Je peux réaliser mes 5 séances hebdomadaires tout en étant en forme.

C'est seulement quand j'ai arrêté d'en prendre que je me suis rendu compte que c'était efficace.

Sincèrement, j'en suis très très satisfait - ..

Très cordialement,

PATRICK

“

La spiruline est très efficace. Je peux réaliser mes 5 séances hebdomadaires tout en étant en forme.

”

Parutions

Vous trouverez dans cette rubrique quelques articles de presse qui traduisent les vertues exceptionnelles de la spiruline et qui mettent celle de Jean-Bernard SIMIAN (**SPIRULINE** de Provence) en avant pour sa qualité.



- Aliment extrêmement riche
- Relation directe avec le client

La spiruline, une algue aux vertus extraordinaires

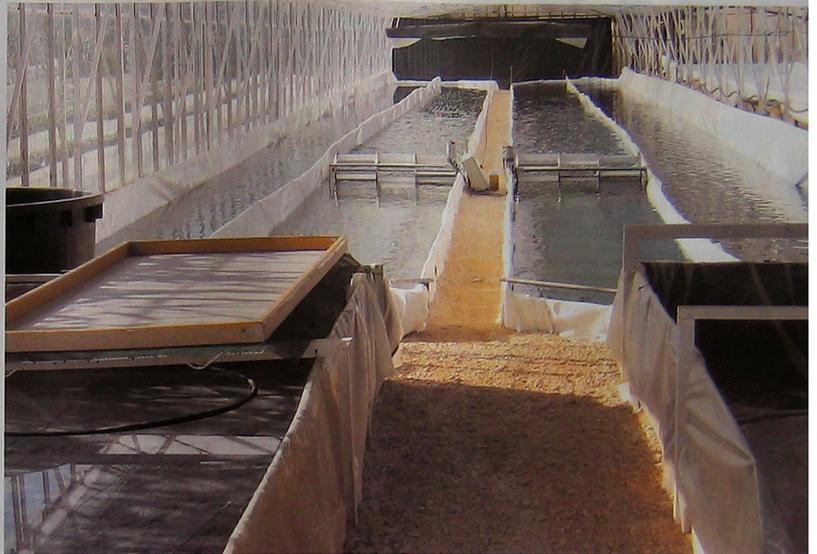
La première ferme de spiruline dans le sud de la France, c'est lui. Jean-Bernard Simian a commencé à cultiver cette micro-algue aux vertus nutritives exceptionnelles en 2005 à Solliès-Pont. Et en mars prochain, il démarrera une nouvelle exploitation dans le quartier du Canebas à Carqueiranne.

d'ou son nom. Un aliment extraordinairement riche en protéines (65%), en vitamine A, en vitamine B12 et en fer, et qui contient également des molécules actives qui préviennent l'anémie et renforcent les défenses immunitaires, stimulent l'évacuation des déchets du corps, purifient le sang et améliorent la condition physique et l'endurance. Il est d'ailleurs recommandé d'en consommer entre 3 et 5 grammes par jour.

"JE SUIS UN VRAI PAYSAN"

J'ai découvert la spiruline en 2004. J'étais arrivé à un moment de ma vie où j'avais envie de vivre à la campagne, de monter une activité agricole biologique par exemple. La spiruline a été une véritable révélation pour moi. Trois ans plus tard, cette découverte rend Jean-Bernard Simian toujours aussi enthousiaste. Originaire de la région lyonnaise, il est tombé amoureux du Var il y a une dizaine d'années. Le soleil, les plages, et les vagues, le paradis pour ce fan de planche à voile. C'est donc tout naturellement dans le Var qu'il décide de créer sa première ferme de spiruline. La spiruline, c'est une micro-algue (0,1 mm) qui se présente sous forme de spirale,

Une fois son projet affiné, Jean-Bernard Simian se met en quête d'une serre. Un horticulteur de Solliès-Pont lui en prête une et l'aventure peut commencer. "La spiruline ne se cultive pas facilement, explique-t-il. Mais je suis ingénieur agronome et après m'être renseigné sur la spiruline, j'ai suivi une formation au CFPPA pendant trois mois". Le jeune agriculteur a également reçu les conseils du pionnier de la spiruline en France, Philippe Calamand : "Philippe m'a guidé et m'a transmis son savoir lorsque je suis venu le voir dans l'arrière-pays de Montpellier. Son aide



La spiruline est cultivée dans des bassins de 15 cm de profondeur

m'a été très précieuse". Manque encore le financement : "Démarrer la production nécessite un investissement de plus de 10 000 €. J'ai alors monté un dossier pour obtenir le statut de jeune agriculteur et ainsi décrocher des aides". L'exploitation et la commercialisation débutent enfin en 2005, et rapidement Jean-Bernard Simian peut compter sur une clientèle fidèle. Fin 2005, Jean-Bernard Simian quitte Solliès-Pont, direction Giens où il a dégoté une serre désaffectée. 800 m² de terrain dont la moitié de bassin.

L'exploitation prend une autre dimension, les affaires marchent bien. Tellement bien qu'il décide d'acheter sa propre ferme à Carqueiranne, où il fera ses premières récoltes cette année. Mais pas question de se lancer dans une production à très grande échelle. Rester dans un modèle d'exploitation familiale lui tient à cœur : "J'exerce un métier complet. Je suis un vrai paysan, comme ceux du 19e siècle

qui cultivaient leur terre et vendaient ensuite leur récolte". Je souhaite continuer à produire de la spiruline de qualité mais en petite quantité. Je ne veux pas rentrer dans la logique des Américains ou des Chinois qui la cultivent sur des hectares et des hectares. Mon but est de conserver une relation directe avec le client. Nous ne faisons appel à aucun revendeur, pour garantir aux particuliers un très bon rapport qualité/prix".

UNE DIMENSION PÉDAGOGIQUE

Plus qu'un projet agricole, celui de Jean-Bernard Simian est un projet de vie, car il a souhaité y intégrer une dimension pédagogique : "Je fais visiter la ferme aux personnes qui viennent sur place. Je leur explique la manière de cultiver la micro-algue, son origine et ses bienfaits". Du coup, les clients deviennent souvent... des prescripteurs. Désireux de partager sa propre expérience, il accueille aussi dans

sa ferme de futurs collègues : "Je salue et j'aide des porteurs de projet. Je donne des conseils sur la production la vente mais aussi sur la communication qui doit être faite autour de la spiruline et un véritable réseau international se développe". Et Jean-Bernard Simian cherche à développer ce modèle de micro-ferme qui à la fois produit et vend directement en France qu'à l'étranger. "C'est notamment important d'aider les Africains à se lancer dans la spiruline. Ses vertus nutritives sont telles qu'elle peut apporter des solutions aux problèmes de malnutrition. Mais il semblerait que les lobbies bloquent son développement. Je ne prétends qu'aucune étude scientifique n'aurait été faite sur les effets de la spiruline. C'est révoltant".

Amandine ROUSSEAU

Spiruline de Provence - Jean-Bernard Simian, 248 chemin du Coupereau, 83320 Carqueiranne. Tél : 04 94 58 91 31, site Internet : www.spirulinedeprovence.com

Spiruline, les secrets de la fabrication

Pas besoin de beaucoup d'espace pour produire la micro-algue : elle pousse dans des bassins de 15 cm de profondeur, remplis d'une eau à 30 degrés agitée grâce à un système original de roues à aubes. Chaque jour, la spiruline croît de 25 %, et le surplus est récolté grâce à un système de filtration. Les micro-algues sont alors pressées pour former une pâte verte qui est ensuite découpée en spaghettis.

Après avoir séché, ils sont cassés et mis en boîtes. La spiruline peut alors se conserver pendant 2 à 3 ans. Dans notre région, l'algue ne se cultive que de mars à octobre car elle demande beaucoup de soleil et de chaleur. Les meilleures journées, Jean-Bernard Simian peut en extraire jusqu'à 5 kg, mais la production annuelle s'élève à environ 400 kg par an. La spiruline est vendue 13,90 € les 100 grammes.

“

Je souhaite continuer à produire de la spiruline de qualité mais en petite quantité.

”

Agriculture paysanne

Var

La spiruline installe et espère un avenir radieux

La production de spiruline, un aliment plein de vertus et de promesses, est encore marginale mais permet des installations viables sur de petites surfaces. Entretien avec Jean-Bernard Simian, producteur de spiruline à Carqueiranne, dans le Var.

Vous êtes installé depuis quatre ans, quel a été votre parcours ?

Ingénieur en agriculture de formation, je recherchais un projet d'installation dans le Var. J'ai découvert la culture de la spiruline chez un producteur de l'Hérault, puis j'ai suivi une formation spécialisée de trois mois au CFPPA d'Hyères. J'ai démarré la production en 2005 avec le statut de cotisant solidaire. En 2006, j'ai fait mon dossier pour obtenir la dotation jeune agriculteur (c'était la première « DJA spiruline » en Provence !) et devenir chef d'exploitation à Giens (locataire). Ensuite j'ai pu acheter une ancienne serre horticole à Carqueiranne, en bord de mer, avec un petit logement où nous avons déménagé en 2007.

Cette année, j'ai transmis mon exploitation de Giens à un jeune de 25 ans qui a démarré la production avec un soutien technique de ma part. Il travaille comme

moi en vente directe, et il lui faut trouver un équilibre entre le temps consacré à la production et celui au développement du réseau commercial. Ceux qui se consacrent trop à la production ont parfois du mal à développer le côté commercial, ce qui peut les mettre en difficulté en les amenant à vendre la production à des grossistes, les mettant en concurrence avec des spirulines industrielles importées.

Vous avez transmis votre première exploitation, que faites-vous d'autre pour l'installation ?

Depuis 2005, nous avons accueilli dix-neuf stagiaires, des hommes et des femmes de France et d'ailleurs (Burundi, Bénin, Liban, Maroc...): neuf se sont installés en production de spiruline (la majeure partie en France et deux en Afrique), cinq ont un projet en

cours, deux cherchent actuellement du foncier et trois se sont orientés sur la distribution de la spiruline en attendant de pouvoir s'installer. Je suis en contact très régulièrement avec ces anciens stagiaires.

J'aide techniquement tous ceux qui le souhaitent et participe actuellement à la création d'une fédération nationale de petits producteurs; nous sommes maintenant plus de cinquante en France. Nous organisons également l'entraide avec les projets à l'étranger car, en plus des conseils techniques, il y a souvent besoin d'une aide logistique pour des équipements et matériaux qui ne sont pas disponibles sur place.

Pourquoi aidez-vous l'installation ?

Dès le départ, j'ai cherché à transmettre le maximum de connaissances. La spiruline est une production stratégique sur le plan nutritionnel et sur le plan de la santé. Elle aiguise les convoitises des grands groupes de l'agroalimentaire. Plus on peut multiplier les petits sites de production et les individus autonomes capables de gérer cette production, plus on se met à l'abri d'une mainmise, d'un monopole de ces cultures par les multinationales dont on connaît les ambitions. C'est là qu'on rejoint les valeurs de la Confédération paysanne: cette volonté d'une autonomie et d'une indépendance garantes de la survie des producteurs et de la satisfaction des consommateurs.

Beaucoup des personnes que vous aidez s'installent dans le Var, la notion de concurrence ne vous pose donc pas de problème ?

Il est vrai que la plupart des stagiaires qui se sont installés sont dans un rayon de 30 km autour de chez moi. Ma comptable est incapable de comprendre que je puisse favoriser cela ! Pour moi, la notion de concurrence n'existe que sur un marché qui



Des bassins de culture de spiruline.

(photos Olivier Delaby)

La spiruline : une production en plein essor dans le Var

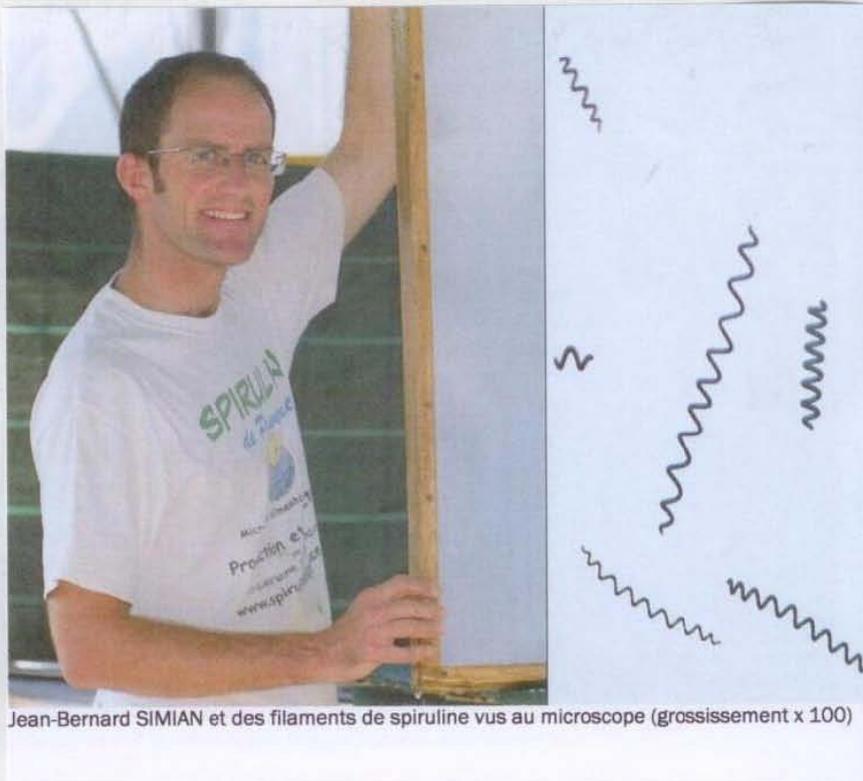
La spiruline est une algue tropicale microscopique en forme de spirale. C'est l'aliment le plus riche au monde en protéines (65 %), en provitamine A, en vitamine B12 et en fer.

C'est à la fois un aliment de nutrition et un aliment thérapeutique qui apporte des bienfaits dans de très nombreux domaines comme la prévention du stress oxydatif et de l'anémie, le renforcement des défenses immunitaires et la récupération physiologique chez les sportifs.

Sa culture est à la fois complexe et simple. Complexe, car elle fait appel à des notions de chimie et de biologie. Il faut donc être réellement formé avant de s'installer et comme pour tout projet agricole, il faut bien dimensionner l'installation, ne pas faire de prévisions sur une production linéaire et constante, bien penser la commercialisation et y consacrer du temps. Simple, car elle demande peu de ressources naturelles (une installation de 550 m² de bassins consomme environ 200 m³ d'eau par an, soit autant qu'une famille française de quatre personnes), peu de foncier (pas besoin de terres fertiles donc pas de concurrence avec les autres productions alimentaires), peu d'investissement de départ en matériel. De plus, beaucoup d'installations sont autoconstruites. La spiruline peut donc être produite en respectant l'environnement.

C'est une algue présente dans les lacs tropicaux depuis des millions d'années, mais cela fait seulement trente ans que l'on sait la cultiver dans des bassins. En Provence, la production se fait essentiellement d'avril à octobre car la microalgue a besoin de chaleur pour se développer. Les intrants se trouvent dans le circuit classique des engrais (entre autres : sulfate de magnésium, phosphore, nitrate/sulfate de potassium, bicarbonate de sodium, sel). Des recherches sont actuellement menées par les producteurs pour trouver des intrants d'origine organique susceptibles d'être produits dans l'environnement de l'exploitation.

est saturé, et aujourd'hui la plupart des gens dans le monde ne connaissent pas la spiruline ou n'en ont jamais mangé. Le marché est donc très loin d'être saturé. En fait, à partir du moment où les producteurs travaillent sérieusement et font du développement commercial sur des créneaux comme la vente directe, la notion de concurrence n'existe pas. D'ailleurs, je constate que, plus on est nombreux à produire de la spiruline – on est plus d'une trentaine dans le Var –, plus les ventes augmentent,



Jean-Bernard SIMIAN et des filaments de spiruline vus au microscope (grossissement x 100)

plus la spiruline devient un élément normal qu'on trouve sur les étals de fruits et légumes. Ça change l'état d'esprit des consommateurs, on n'est plus face à un produit inconnu ou marginal, mais face à un produit qui rentre dans l'inconscient collectif comme étant quelque chose de normal et de sérieux.

Comment voyez-vous l'avenir de la spiruline artisanale ?

Radiieux ! Des milliers de clients témoignent régulièrement que la consommation de cinq grammes par jour de spiruline artisanale représente un antidote extraordinaire aux principaux problèmes de malnutrition au Sud et de malbouffe au Nord.

De plus, quand on sait que la spiruline fournit soixante fois plus de protéines à l'hectare que l'élevage de bovins, on comprend qu'elle fasse partie des solutions qui permettent d'imaginer réellement un monde sans faim !

Malgré cela, depuis trente ans, le développement de la spiruline artisanale se fait uniquement grâce à des chercheurs bénévoles, des ONG et des producteurs passionnés qui se débrouillent sans aucune aide institutionnelle.

Comme dans de nombreuses productions, ce sont les consommateurs qui ont le pouvoir, en choisissant d'acheter directement aux producteurs, de permettre à ceux-ci de vivre dignement de leur travail, d'investir pour améliorer leur savoir faire et de pouvoir s'impliquer efficacement dans le « faire-savoir ».

*Propos recueillis par Amélie Pelletier,
animatrice de la Confédération
paysanne du Var*

A noter – Une association nationale de producteurs de spiruline, la Fédération des spiruliniers de France, est en cours de constitution. Elle rassemble d'ores et déjà plus d'une cinquantaine de producteurs. Les pionniers sont des membres actifs de la Confédération paysanne, tels Philippe Calamand dans l'Hérault, Cédric Lelièvre dans les Pyrénées-Orientales ou Jean-Bernard Simian dans le Var.

Pour en savoir plus :

Le site internet de JB Simian :
www.spirulinedeProvence.com

Pour les producteurs et pour les futurs producteurs :
<http://spirulinefrance.free.fr/lespetitesnouvel.html>

Pour les consommateurs : le livre du Docteur Vidal
« Spiruline : l'algue bleue de santé et de prévention »

NUTRITION

LA SPIRULINE, PETITE ALGUE DE FORME SPIRALÉE, EST UNE PIONNIÈRE DE LA PHOTOSYNTÈSE. CAPABLE DE VIVRE DANS DES MILIEUX TRÈS HOSTILES, ELLE EST UNE SOURCE INCOMPARABLE DE MICRONUTRIMENTS.

Spiruline

Une algue alimentaire



La spiruline fait partie de la famille des micro-algues bleu-vert ou plus précisément des cyanobactéries dont les scientifiques s'accordent à dire qu'elles sont à l'origine de notre atmosphère. C'est un micro-organisme qui a la particularité de se reproduire très rapidement. Elle prospère dans les lacs salés et alcalins, riches en nutriments azotés et phosphorés, en zones tropicales et subtropicales.

Réputée pour ses protéines

Les civilisations de divers continents la connaissaient bien avant que nous en découvriions nous-mêmes

toutes les potentialités. Les Aztèques la récoltaient dans le grand lac Texcoco près de Mexico et en faisaient des galettes sèches. De même, les Kanembou, peuple vivant près du lac Tchad, s'en nourrissent depuis des siècles. C'est par l'intermédiaire de l'ingénieur français Hubert Durand-Chastel, en poste à Mexico en 1967, que cette petite algue revient sur le devant de la scène. Il sera suivi par les Américains, puis dans les années 1990 par l'organisation humanitaire suisse Antenna Technologies⁽¹⁾. De grands espoirs se fondent sur cette culture pour résoudre une part de la faim dans le monde car à l'hectare et à l'année, le rendement en protéines de la spiruline est bien supérieur à celui de la viande bovine et de toutes les plantes protéagineuses.

Modes de culture et conservation

Aujourd'hui, la spiruline est produite partout dans le monde, de manière artisanale ou industrielle, dans des bacs. Il lui faut de l'eau douce et de la chaleur

(plus de 30 °C). Sa récolte se fait à l'aide de filtres. La «pâte verte» obtenue peut-être consommée telle quelle, fraîche. Elle a alors un aspect onctueux, sans goût prononcé. Son temps de conservation est assez court comme pour la viande ou le poisson frais. Le séchage, qui permet une conservation beaucoup plus longue, se fait à l'aide de séchoirs solaires, à gaz, électriques ou par atomisation (procédé qui pulvérise la spiruline à 150 °C en poudre extrême). Les spirulines issues de culture industrielles sont irradiées au cobalt 60 pour «mieux» les conserver, mais elles subissent des modifications de structures dommageables tant pour les vitamines qu'elles contiennent que pour le fer qui devient moins assimilable pour l'organisme. Modes de culture, variétés, séchage et conservation influent directement sur la qualité du produit obtenu. Le meilleur séchage se fait à 40 °C avec des séchoirs solaires. On peut trouver des spirulines issues de cultures artisanales de très bonne qualité en France.

Jean-Bernard Simian⁽²⁾, un des premiers producteurs du sud de la France, forme de nombreux algoculteurs et le mouvement prend un tel essor qu'un projet de fédération des spiruliniers de France rassemblant une cinquantaine de producteurs est en cours. Le lycée agricole d'Hyères⁽³⁾ propose également des formations en algoculture.

Aliment de choix

L'exceptionnelle richesse de la spiruline en fait un aliment de choix autant pour les personnes en bonne santé qui souhaitent le rester que pour toutes les personnes présentant des carences en vitamines et minéraux. Ses atouts majeurs sont le fer, des pigments rares et sa forte proportion de protéines, soit environ 60 à 70 % de sa matière sèche. Elle contient presque tous les acides aminés en des teneurs élevées, des acides gras essentiels (oméga-3 et oméga-6), des vitamines dont la B12 dans des proportions rarement vues dans d'autres produits, de la provitamine A (bêta-carotène). Métaux et

- Produit naturel
- Production artisanale
- Qualité de la spiruline

La spiruline, un booster 100 % naturel

La spiruline est un complément alimentaire totalement naturel, complètement légal et furieusement efficace. Et, pour tout dire, qui a prouvé ses vertus... bien avant qu'on en parle. Les Aztèques en consommaient régulièrement pour récupérer et faire face aux conditions climatiques difficiles. Alors, qu'est-ce que la spiruline ? Une plante, une herbe, une fleur ? Rien de tout cela. La spiruline, c'est une algue. Plus précisément une microalgue séchée en forme de spirale, de couleur bleu vert. C'est un vrai concentré de protéines, de vitamines, de minéraux, d'oligo-éléments, d'enzymes et d'acides gras essentiels, avec des actions prouvées sur l'endurance, la récupération et la résistance, en ne consommant qu'une seule petite cuillère par jour. Mais attention, la production de spiruline n'est pas une affaire de non-initiés, car elle demande de suivre un strict cahier des charges afin de conserver toutes ses qualités. Une spiruline de bonne qualité est aujourd'hui produite chez nous, dans le Sud de

la France, par une poignée de passionnés. Voici notre sélection.

SPIRULINE DE PROVENCE



Une petite production artisanale dans la Var qui met un point d'honneur à miser sur la haute qualité.

Prix : 13,50 € les 100 g de spiruline pure déshydratée, en paillettes. Infos sur <http://spirulinedeprovence.monsite.wanadoo.fr> ou au **04 94 58 91 31** (Jean-Bernard Simian).

RUNNER'S WORLD JUILLET/AOÛT 2009 29

“

Une petite production artisanale dans le Var qui met un point d'honneur à miser sur la haute qualité.

”

Pays extérieurs

En participant à la formation et à l'installation de petits cultivateurs, en France et à l'étranger, Jean-Bernard reçoit de temps à autre des nouvelles et des témoignages de ces projets qui se développent hors de nos frontières.

En voici quelques uns qui témoignent de cet esprit de solidarité.



l'association les "enfants du dragon " se joint à moi pour vous transmettre tous mes voeux de bonheur , de santé et de réussite pour cette nouvelle année 2011 . Nous vous remercions encore de votre disponibilité et votre gentillesse , cela est pour nous un soutien précieux pour notre projet de ferme de spiruline dans le delta du Mekong . Nous commençons à produire sur une ferme , pour l'instant tout se passe bien , la distribution dans les orphelinats a commencé . Vos souches de Lonar sont bien arrivées au Vietnam elles sont actuellement en culture , il y a eu un problème sur celle du lycée qui est subitement morte mais celle de jean bernard est en pleine démultiplication

A bientôt et merci encore

Robert

“

Nous vous remercions encore de votre disponibilité et votre gentillesse, cela est pour nous un soutien précieux pour notre projet de ferme de spiruline.

”

Soutien au projet d'Apiculture de la région des Balé au Burkina Faso



Bonjour Jean Bernard, voici le témoignage que je t'envoie , tu sais que "j'embarque" toujours des sachets de spiruline avec moi lors de mes actions à l'étranger, et il ne s'est pas passé un seul de mes séjour où je n'ai eu à employer ce produit, mais cette fois là ça a vraiment été spectaculaire et salvateur.

Je t'en souhaite bonne réception et utilisation, je t'autorise évidemment à divulguer ce témoignage . Gros bisous à Fleur Dominique et toi

Nicole 

Le docteur était déjà reparti quand , malheureusement , on m'a apporté un bébé de deux mois dans un état lamentable, il était en train de mourir , sa maman m'a expliqué qu'il ne mangeait plus depuis plusieurs jours, d'ailleurs elle n'avait pas de lait, l'enfant, décharné, avait la peau tendue sur les os telle une momie, c'était effrayant, il ne respirait qu'avec difficulté et avait perdu le réflexe de la déglutition, Je ne savais vraiment pas quoi faire, j'ai regardé mon correspondant qui savait aussi bien que moi que la fin était proche, j'ai donné de l'argent au papa pour qu'il aille acheter un biberon sachant pertinemment que cela ne servirait à rien, mais il me fallait essayer.

J'ai demandé au papa de trouver du lait de chèvre et d'essayer de faire boire l'enfant, il m'a dit oui sachant lui aussi que c'était inutile, au moment où ils repartait tous les trois, il m'est venu une idée, j'ai pris le biberon, j'y ai mis de l'eau et j'ai dissous à saturation de la spiruline , ce produit dont on se sert pour combattre la malnutrition , et goutte à goutte, j'ai fait couler dans la bouche du bébé, la spiruline, en passant mes doigts sur son cou gracile je l'ai obligé à déglutir, la maman a très vite compris le geste à faire, je lui ai demandé de reproduire ce que je venais de faire toutes les cinq minutes elle m'a souris , son fils venait d'avaler quelque chose, enfin !j'ai dit au papa de chercher aussi du lait de chèvre et de dissoudre la spiruline dans le lait et de faire boire l'enfant, comme je l'avais fait, le plus souvent possible, ils sont partis avec leur précieux fardeau, le biberon et la boîte de spiruline, j'étais malade pensant que ce bébé ne serait certainement plus en vie dès le soir, j'y ai pensé toute la nuit, son image m'a d'ailleurs hantée plusieurs nuits ce n'est que quatre jours avant mon départ, que le papa, Monsieur Diallo, est venu nous annoncer la nouvelle : son fils Mohamed s'alimentait et reprenait une allure normale, c'est à ce moment là que les larmes me sont venues !!!!!

“

Son fils Mohamed s'alimentait et reprenait une allure normale !

”