

Comment être bien sur sa ferme ?

Lors d'un atelier collectif en mars 2026, des adhérentes et adhérents du CIVAM se sont partagés des besoins pour se sentir mieux sur leurs fermes, ainsi que des astuces qu'ils et elles mettent en place ou proposent pour y remédier. Ces fiches sont une synthèse de cet atelier.

Besoin d'équilibrer vie pro/vie perso

Ou avec la vie familiale. Se dégager du temps, gérer la présence d'enfants sur la ferme

Prendre une prévoyance

Passer en monotraite le dimanche

Utiliser l'aide au répit de la MSA ([info ici](#)) pour partir en vacances

Faire le tour du parcellaire en balade avec les enfants

Besoin de gagner en confort de travail

Améliorer l'ergonomie

Adapter les portails de quai de traite ou les robinets, les boutons de commande, ...
Aide financière de la MSA ([infos ici](#))

Adapter son système et ses pratiques

Monotraite, vaches nourrices, balegrazing, "La monotraite, le bonheur de vivre"

Besoin de gagner du temps

"Ne plus toujours être à la bourre"

Dédoubler le matériel pour éviter les allers-retours

Caisse à outils dans la voiture, à l'atelier dans le bâtiment

En vente directe, faire de la vente en libre service sur la ferme

Besoin d'être remplaçable

Mettre par écrit des protocoles

Créer un répertoire de gens pouvant me remplacer ponctuellement en cas d'imprévus

Adhérer au service de remplacement

Besoin de prendre du recul

En routine ou dans le cadre d'un projet, face aux injonctions extérieures

Faire un diagnostic prévention avec la MSA ([infos ici](#)) ou se faire accompagner par une autre structure

Prendre du temps pour soi en se fixant des règles pour ne pas le faire passer après la ferme *"le mardi soir à 19h je vais à la piscine"*

Changer d'entourage pour ne plus subir leurs injonctions

Besoin de mieux vivre la réalisation de certaines tâches

tâches "ingrates", tâches difficiles à faire seule

Faire à plusieurs c'est plus efficace et plus valorisant - chantier chez l'un puis chez l'autre

Comment être bien sur sa ferme ?

Besoin de gérer l'administratif

échéances administratives, mails, classement des papiers sur l'ordinateur, gérer les papiers qui s'accumulent

Avoir un calendrier

des échéances administratives. Ex : celui de la Chambre d'Agriculture

Alléger sa boîte mail

Boîte mail perso séparée du pro. Oser supprimer des mails ("si c'est important, on sera relancé"). Se désabonner des mailing listes ou newsletters qu'on ne lit pas. Bloquer les SPAMS

Trier les mails efficacement

Supprimer l'inutile, traiter le rapide, et prévoir des temps pour le reste. Archiver si besoin et ne garder en boîte de réception que les mails à traiter.

Planifier des temps dédiés

un après-midi, ou 20min tous les jours

Utiliser l'aide au répit administratif de la MSA ([info ici](#))

Besoin de mieux travailler avec les animaux

Sécurité, facilité de manipulation, avoir un troupeau facile à vivre

S'équiper

Bâtiment fonctionnel, couloir de contention avec cornadis, jeux de barrières

Créer du lien

avec le troupeau dès jeune (0 à 2 mois)

Se former

à l'éthologie

Besoin d'identifier ce qui pourrait être amélioré

Faire venir un regard extérieur

stagiaires sur la ferme, diagnostic prévention MSA

Besoin de lien social

Voir du monde dans sa ferme, s'adapter à l'évolution des modes de communication, relations avec le voisinage

Accueillir

chantier participatif, journées collectives CIVAM, ...

Aménager un lieu d'accueil

Besoin de mieux travailler à plusieurs

transmettre les informations à des salarié.e.s/remplaçant.e.s/équipe "Ce qui va de soi pour moi ne va pas toujours de soi pour les autres"

Utiliser des canaux de communication dédiés, adaptés, avec les bonnes personnes

Prévoir des temps de réunion

Avoir un planning partagé

Besoin de mieux organiser son travail

ne pas s'éparpiller, gérer ses listes de choses à faire, gérer "tous les petits trucs qui s'accumulent"



Attention à ne pas mettre en place des actions qui coûtent plus que le besoin initial !
Pour certains besoins verbalisés, il n'y a pas eu de pistes proposées par le collectif.