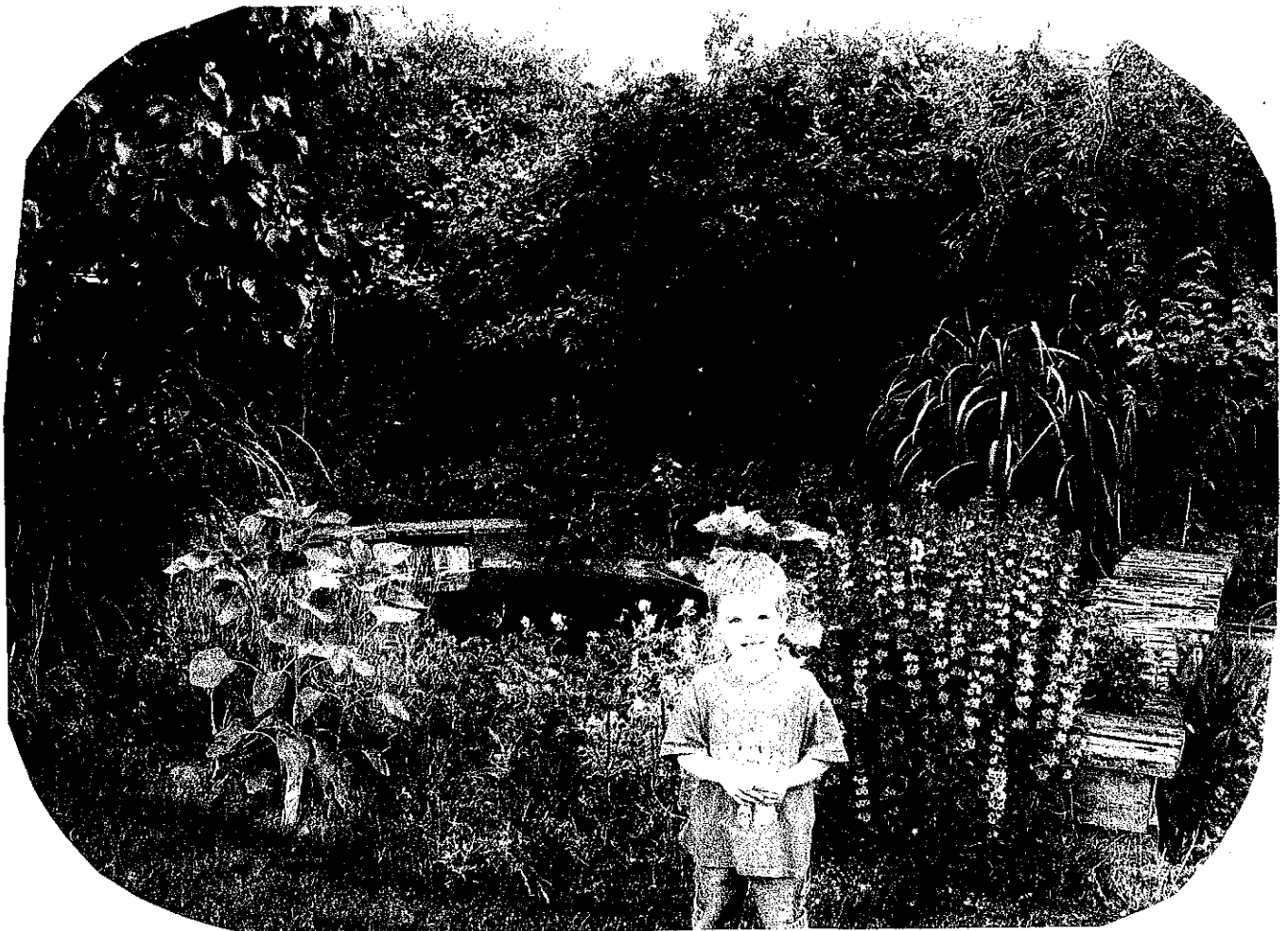


# LA TERRE VA REVIVRE

## Jardin bio cours de jardinage

Quelques informations complémentaires - juillet 2009



fraternités ouvrières - groupe JARDIN BIO  
58 rue Charles Quint 7700 Mouscron

## INTRODUCTION

Notre association a une expérience de plus de trente année "d'enseignement" du jardinage biologique Ensemble nous avons planté 30,000 arbres - fruitiers pour la plupart - semer plus de 6500 variétés de légumes - rameuter entre 5 et 6,000 personnes sur la question de savoir si elles vont continuer de polluer les jardins ou bien si elles vont, à la mesure de leur possibilité, contribuer à retrouver au mieux ce que l'agriculture dite "chimique" avait fait disparaître.

Au début nous étions ignorants - nous ne savions pas ce que la nature avait perdu au cours de cette invasion destructrice - et puis, au fil des années, au fil des expériences, des études, et des recherches, des intuitions et des tâtonnements, nous avons mesuré l'étendue des dégâts: les petits animaux génocidés, les oiseaux envolés à tout jamais, les insectes absents, les vers de terre sur le point de changer de planète. Nous avons compris que nous pouvions - grâce à notre façon de travailler, en retrouver une bonne partie. Les jardiniers bio ayant recréé des conditions naturelles, timidement, un peu à la fois, les petits habitants sont revenus, ils ont reconstruit leurs habitats détruits, ils se sont remis au travail, ils ont installé leur progéniture, ils ont rendu notre terre féconde, ils nous ont nourris.

### Au début il y a le sol .

Rien n'est plus pareil lorsqu'on comprend la tâche irremplaçable de ces milliards d'êtres minuscules vivant dans notre sol. Pour y parvenir, champignons, bactéries, insectes, mycorrhizes, protozoaires, et autres araignées sont très bien organisés et complémentaires.

Il y a ceux qui vivent avec l'oxygène de l'air, les **aérobies**, dans les dix premiers centimètres du sol et dont le travail est bien défini. Ils hachent, ils triturent, ils mangent, ils transforment tous les éléments organiques tombés ou posés en surface. Ils y naissent, y vivent. Ils y meurent.

Faisons un rapide calcul des éléments nutritifs qui sont ainsi produits : sels minéraux, azote, oligo éléments reçus gratuitement de la nature et ce dans l'équilibre souhaité ; car nous savons que les déséquilibres sont nocifs. Et ce, sans nous forcer à faire de savantes analyses. La nature sait...

Plus bas, il y a les **anaérobies** qui vivent sans oxygène et qui poursuivent la digestion des matières premières fournies par leurs voisins du dessus.

Les uns et les autres sont tués lorsqu'on détruit leur habitat en retournant le sol, de haut en bas ou de bas en haut par des bêchages profonds. Une terre peu dérangée et travaillée le moins possible donne toutes les garanties de profiter au maximum de l'enrichissement qui se produit sans cesse - car les mini travailleurs augmentent en espèces diverses; leur nombre s'accroît à l'intérieur des espèces : l'exemple des coccinelles occupant les fèves chargées de pucerons pour y pondre leurs oeufs est éclairant - Dès qu'il y a cette nourriture, la population de coccinelles augmente et s'installe chez nous pour nous débarrasser d'autres nuisibles, d'autres pucerons sur d'autres espèces. D'autres "artisans prédateurs" collaborent avec le jardinier : comme les perce-oreilles ou forficules qui mangent les parasites des fruits et des poireaux dès qu'on leur offre le gîte et le couvert...

**Les vers.** Nous comprenons comment la vie des vers est favorisée par la pratique du non bêchage et par le dépôt fréquent ou constant de déchets frais en surface. Les vers plus petits -, rouges - à compost font un travail de trituration des déchets en surface - Les lombrics, habitant plus bas remontent constamment vers cette bonne terre sans cesse enrichie par le compost et le travail de "ceux de la surface" - le passage de la terre par le corps du lombric permet un nouvel enrichissement de la fertilité - Les lombrics eux aussi augmentent leur population - Ils naissent, vivent et meurent constituant à leur tour un apport important d'azote.

De plus, ils organisent l'aération du sol en autant de galeries qui permettent la libre circulation de l'eau de pluie en divers niveaux du terrain - la terre devient alors *une éponge* où les plantes trouvent toujours à boire.

Le sol ne reste donc jamais longtemps humide en surface - ce qui permet aussi d'y travailler plus vite après la pluie.

Les terrains traités de cette façon pendant plusieurs décennies présentent une quantité très importante de vers au mètre carré. Au grand étonnement de ceux qui n'ont pas encore accepté intellectuellement de faire un pas pour se détacher des méthodes dites "traditionnelles" avec interventions de poisons. Sans compter l'ignorance qui amène certains à détruire aussi les vers (!)

seulement il mange aussi tous les ravageurs, notamment les limaces, mais en se promenant, le crapaud va déposer des traces de son venin sur les plantes et éloigner d'office le prédateur. Bien souvent il pourra être aperçu "terré" ; en effet il s'enfonce dans le sol et se confond avec lui en surface.



### Comment transformer l'argile en terre maraîchère ?

Les terres collantes qui émergent après une construction récente peuvent devenir riches et aptes à accueillir un jardin. Mais il faut s'armer de patience -

La meilleure recette consiste à **couvrir constamment** cette argile de déchets végétaux et animaux afin de faire venir les populations nécessaires : insectes, vers, bonnes bactéries et micro-organismes susceptibles d'attaquer cette surface lisse. Et surtout il ne faut **pas s'éreinter (inutilement) à la retourner** - le résultat sera toujours pire. Car l'argile devient encore plus ferme, et plus collante.

Il s'agit de la rendre accessible à tous les vivants dont nous avons parlé dans le chapitre "Le sol" -

On mettra donc des couches minces et répétées de déchets de pailles et de compost frais avec des fientes et autres excréments d'animaux - On pourra ajouter de temps en temps quelques poignées d'algues marines qui feront flocculer l'argile. Déjà bon nombre de jardiniers n'hésitent pas à utiliser les toilettes sèches (voir document au local).

Notons que certains vont ajouter un peu de sable et de compost - Mais le meilleur résultat est obtenu par le traitement bio qui ajoute du vivant comme décrit ci-dessus.

Dans un tel terrain difficile au départ, il est toujours possible de planter des échalotes et des petits oignons - On pourra aussi préparer des semis en godets et venir y repiquer des plantes. Tout en ajoutant régulièrement les éléments du traitement.

### Avoir une belle pelouse ou un coin d'herbe. Bio ?

Le traitement biologique de la pelouse est assez simple et peu coûteux. Il y a d'abord l'idée de créer un lieu "nature" et non un gazon tout nu, sans pâquerettes. L'herbe la plus solide c'est le gazon de sport - Que l'on pourra semer sur un terrain préalablement aplani -

La tonte ne doit pas être forcément hebdomadaire - Passer la tondeuse une ou deux fois par mois est suffisant surtout si on laisse l'herbe coupée sur le terrain - ce qui redonnera des aliments à la pelouse -

Cette pratique amène aussi le bon travail des vers qui reviennent vers la surface, créant les galeries d'aération nécessaires - Il est donc inutile de scarifier - Quelques poignées d'algues marines de temps en temps éviteront l'apparition des mousses indésirables. Le petit coin gazon restera bien vert et ne sera jamais cause de pollution de la nappe phréatique....

### Comment transformer une pelouse ou une terre en friche en un beau potager bio ?

Lorsqu'on déménage et qu'on trouve un jardin abandonné plein de plantes indésirables, ou bien lorsqu'on veut transformer une partie ou la pelouse tout entière en jardin d'abondance, l'on est souvent découragé par l'ampleur du premier travail à effectuer.

**La pelouse** peut être travaillée une première fois au motoculteur (loué pour quelques heures seulement) et l'opération pourra être répétée encore une fois ou deux. Sur une épaisseur de quelques centimètres à peine. L'herbe finement hachée en surface constituera alors un compost très récupérable. Les deux ou trois opérations seront prévues à intervalle d'une ou deux semaines. De cette manière, les herbes indésirables auront été détruites. Le sol sera alors disponible pour effectuer des semis ou des repiquages. Planter des pommes de terre lorsqu'on fait ce travail au printemps présente un intérêt pour éviter la repousse des plantes indésirables d'autant que nous viendrons aussi butter la plantation. Voilà engagé le terrain pelouse en potager qui ne sera - dès lors plus jamais retourné - En bio, on ne bêche jamais...

**La friche** - Très souvent, devant une friche épaisse et haute, les usagers seront tentés d'employer un herbicide - dont la publicité mensongère dit qu'il n'est pas dangereux - Il y a plusieurs méthodes bio pour venir à bout de ce travail : d'abord on peut faucher une fois la parcelle - après quoi on va laisser le travail en attente sous des cartons disposés à plat sur toute la surface (retenus par des briques ou pierres). Les végétations indésirables - privées d'air et de lumière - vont mourir. Le travail à effectuer par la suite sera moins pénible - Certaines plantes à fortes racines devront sans doute être enlevées avec une bêche ou une fourche bêche. Par la suite on pourra employer un motoculteur pour traiter toute la surface comme dans le cas de la pelouse. Après quoi on ne bêchera jamais plus...

Le liseron sera anéanti en disposant des boîtes de conserves percées d'un tout petit trou sur le fond à même le sol là où sort la tige - La pousse aura lieu et la plante mourra de ne pas pouvoir s'épanouir.

Les herbes qui poussent à des endroits non désirés peuvent être éliminées avec de l'eau chaude ou avec

Les fraisiers mis en serre en pots; très tôt au printemps seront plus rapides à produire des fruits dès qu'on les sortira en plein air

### La couche

Un coffre construit avec du bois ou du plastic dans un petit jardin de hâter les premières salades et les premiers radis - Il y a plusieurs manières de l'installer en préparant une pente - le sol de la couche est en biais face au soleil qui est presque horizontal au printemps . Le sol se réchauffe ainsi au maximum. Cela peut faire gagner du temps pour obtenir des légumes très tôt. De même durant l'hiver quelques spécimens pourront y être protégés des grands froids.

Des couches peuvent aussi servir à contenir des semis de légumes plus difficiles comme les carottes Il suffira alors de remplacer le couvercle de plastique ou de verre par un tulle maintenu.



### La diversité

Dans la nature il y a toujours des plantes différentes qui vivent ensemble = Cette situation aide chacune à se défendre = De nombreux compagnonnages sont possibles et connus

### PLANTES DE BONNE COMPAGNIE

En plus des vertus médicinales de nombreuses plantes, elles sont aussi de bonnes compagnes.

Absinthe - contre l'oïdium des groseilles - la piéride du chou - le puceron du radis - odeur forte qui repousse taupes limaces et beaucoup d'insectes.

Ail et ail des ours - très favorables à d'autres - les planter aux pieds des arbres et arbustes - L'aillicine émise par leurs racines sont bénéfiques à leurs voisins. A disséminer partout

Aneth - très bon voisin - aide à éloigner la mouche de la carotte

Basilic - bon voisin avec d'autres - très favorable aux tomates

Bourrache - très favorable près des choux, courgettes, fraisiers.

Camomille romaine bonne voisine - très favorable aux choux, oignon - son purin combat les maladies à moisissures

Ciboule très favorable sauf aux légumineuses - combat l'Oïdium

Ciboulette comme précédente - la planter près des arbres et arbustes

Cumin - Association favorable avec courges, p. de terre, choux, betterave rouge défavorable avec le fenouil.

Coriandre - Bon voisin

Hysope officinale bonne compagne pour combattre chenilles, pucerons, limaces. Attire la piéride du chou qu'elle détourne - Défavorable avec les radis

Lavande Bonne voisine - éloigne pucerons et fourmis

Mélisse citronnelle Abondante en notre région - Eloigne la piéride du chou et les papillons des arbres fruitiers - Eloigne la plupart des insectes

Menthe - Excellente voisine qui repousse fourmis, pucerons noirs, puceron des radis, piéride du chou, mites, rongeurs, altises des radis et chou-rave.

Raifort champêtre très favorable aux côtés des pois et des pommes de terre.

Raifort véritable - Surtout bénéfique pour les arbres fruitiers

Romarin - très bon compagnon des carottes

Sariette - Bonne copine avec les haricots et fèves (éloigne les pucerons) très favorable près des oignons

Sauge officinale Bonne voisine pour les autres - surtout pour les pois, fenouil, choux.

combat pucerons et chenilles, carotte, haricot

Thym bénéfique pour toutes les plantes - protège les choux contre pucerons et chenilles.

La présence d'oignon, d'ail, de capucine est bactéricide. l'ail, l'oignon, le raifort sont actifs contre le mildiou car ils contiennent beaucoup de soufre. à planter aux pieds des arbres fruitiers.

### ASSOCIATIONS EXPERIMENTEES DEPUIS PLUSIEURS ANNEES

A. Certains légumes sont déjà en place - par lignes distantes de 50 ou 60 cm depuis octobre novembre ou février mars - ce sont : ail, échalotes hâtives ou mi-hâtives, petits oignons bulbes

Entre cultures qui viendront prendre place en février, mars, avril

1. Epinards - plus tard en mai viendront les choux pommés ou le cerfeuil (repiquages)

2. Laitues - plus loin en main, choux de Bruxelles ou radis à forcer et hâtifs - ou mâches

3. Alternativement - une ligne de carottes demi-longues ou courtes et une ligne de scorsonères ou salsifis

4. Alternativement une ligne de carottes courtes ou demi-longues et une ligne de persil.

B. Légumes de départ déjà en place- distances de 50 ou 60 cm dès mars avril : oignons semés ou

Entreculture fin mai - juin tomates dans la lignes des asperges.

O. Légume de base - distance 60 cm - vivaces déjà en place : cebette (oignon poireau) Crancon (cresson vivace , Barbarée, Claytone (pourpier d'hiver) Céleri à couper.

Entreculture en avril mai-juin : choux décoratifs comestibles, laitures, chicorées sauvages.

### **Associations permanentes -**

Aux pieds des arbres fruitiers, des lignes fruitières et des arbustes à petits fruits : ail, ail des bois, ail des ours, échalotes, cébettes, ciboules, ciboulettes, poireau perlé et toutes les plantes condimentaires aromatiques vivaces. Certains, comme l'ail des ours s'implante à l'intérieur des ligne de légumes dès le printemps.

### **Des légumes et des arbres**

La présence d'arbres fruitiers de petite taille qui nous apportent énormément de belles et bonnes productions présente aussi d'autres avantages : il fait moins sec en été et il fait moins froid en hiver.

En organisant le jardin en fonction du sud et du nord, on peut placer au nord quelques grands arbres fruitiers (comme les cerisiers) et diminuer les hauteurs en s'approchant du sud -

La présence des arbres crée un micro climat - coupe les vents froids et permet de profiter plus longtemps des légumes en pleine terre durant la période la plus froide.

### **Entretien des fruitiers de petite taille au potager.**

Si nous avons planté quelques fruitiers dans notre jardin - très souvent il s'agit d'arbres appelés buissons ou basse-tiges qui ne s'élèveront pas au-dessus de 2,5 m à 3 m. Tous les potagers si petits soient-ils peuvent toujours contenir un ou deux pommiers voire aussi un ou deux poiriers et quelques buissons de petits fruits le long des clôtures : groseilliers, framboisiers et ronces fruitières. La vigne ne tient quant à elle que peu de place, collée sur un mur ou sur une clôture. Chacun, chacune fait son choix - mais des arbres seront toujours un plus. Pourvu que l'on maintienne chacun à une place raisonnable qui ne pourra pas gêner la production des légumes.

### **Les arbres fruitiers - Une seule taille d'été - entre fin mai et mi-septembre**

Cette taille est pratique en vue de maintenir les arbres et arbustes fruitiers dans une relative petitesse.

Cette petitesse permet la culture intégrée ou permaculture - culture vivante associative. C'est à dire que poussent ensemble des arbres fruitiers, des légumes et diverses plantes. Cette pratique ne concerne que les basses tiges ou buissons.

S'il faut rabattre des hautes tiges ou demi-tiges, on travaillera uniquement durant les mois de juillet et août.

Cette taille est destinée à rendre les arbres plus faibles en vue d'entraîner une **fertilité plus grande** sur une période plus courte. *la taille d'hiver produit au contraire des arbres plus vigoureux au détriment de leur fertilité, de leur production fruitière.*

Cette méthode met la tailles des arbres et arbustes à la portée de tous et toutes. C'est une méthode simple de bon sens où chacun voit bien ce qu'il fait et surtout ce qu'il ne faut pas faire. Les fruits sont déjà bien visibles ainsi que la forme naturelle "choisie" par l'arbre. La période où s'effectue cette taille permet de **lutter contre les nuisibles présents aux beaux jours** tels que pucerons et chenilles. Lorsque l'on taille les bourgeons apicaux ou terminaux des branches, la composition de la sève se modifie et ne convient plus aux nuisibles qui meurent de faim.

encore une technique qui met à mal des idées préconçues invitant les amateurs à se précipiter sur les insecticides... parfaitement inutiles et d'une très grande nocivité.

Tailler en cette période précise permet aussi de lutter contre les maladies à champignons (oïdium, blanc, mildiou, tavelure) apparaissant presque toujours sur les nouvelles pousses terminales. Les parties malades sont coupées et recyclées directement au pied de l'arbre. Méthode très efficace : c'est le principe du vaccin et de l'homéopathie. Ici encore, on peut se passer totalement de fongicides (cuivre, soufre, etc. ) qui neutralisent aussi les champignons alliés trop méconnus. Tout le bois taillé est recyclé directement au pieds des arbres.

Les plaies occasionnées par la taille cicatrisent naturellement grâce aux températures plus élevées et les produits de protection ne sont pas nécessaires. Enfin le travail de taille est agréable car il s'effectue par beau temps.

La taille d'été convient pour tous les arbres fruitiers - surtout pour les fruitiers à noyaux de basse tige.

## Et lorsqu'il y a des limaces ?

Cette méthode demande d'être à la chasse durant au moins deux jours et soirs de suite : il s'agit des pièges au son de seigle - Mettre une poignée de son sur le sol tous les 40 ou 50 cm dans tout le potager - Mettre sur ce piège un couvercle quelconque permettant aux limaces de passer dessous - Lorsque le soir s'installe - aller à la chasse - car les limaces se sont agglutinées pour manger le son qu'elles adorent. On peut en récolter ainsi quelques 7 à 800 par week-end. Si nous avons des poules, notre chasse va les enchanter.

Il existe aussi des anti-limaces biologiques. Les escargots sont moins ravageurs que les limaces - dont ils mangent les oeufs.

## Et lorsqu'il y a des pucerons ?

Dans un jardin bio, les coccinelles sont à l'oeuvre et viendront les détruire - Mais un petit geste simple qui consiste à "pincer" c.à.d. couper entre les ongles le dernier bourgeon très tendre de certaines plantes comme les groseilliers permet de changer le cours de la sève ainsi que sa nature - les pucerons présents disparaissent. Nous cultivons des fèves pour obtenir de belles populations de coccinelles.

## Et pour faire des perches à haricots ?

Il y a bien un petit coin où nous pouvons faire pousser quelques cannes de Provence - pour faire de beaux tuteurs - Et pour avoir aussi de belles perches permettant de faire grimper les haricots, mais aussi les passiflores et les clématites. Et de les utiliser pour des tas d'autres bricolages jardiniers. Notamment pour créer des petits fagots que l'on dispose dans plusieurs endroits du jardin afin d'abriter les insectes, abeilles, bourdons, etc. Les branches de sureaux et les tiges des topinambours conviennent également très bien pour cet usage.



## LES PURINS VEGETAUX

### Une petite infusion et ça repart !

Tout ce qui a été vivant se corrompt et retourne à la terre - Tous les éléments nourriciers se trouvent dans les plantes mortes, coupées, épluchures, déchets de la cuisine, etc... tonte d'élagages d'arbres et de haies transformée en copeaux;

Les purins végétaux présentent deux avantages - lorsqu'ils sont utilisés jeunes (un jour ou deux), ils peuvent combattre certaines invasions très importantes - bien que ceci devienne rare dans un jardin bio qui fonctionne depuis plusieurs années. Le deuxième avantage est sans doute le plus important : le purin de plantes bien décomposé, bien fermenté, fournit **un véritable fortifiant** pour nos légumes et arbres. Enfin ces "médicaments" pour nos plantes ne coûtent rien - il faut juste quelques tonneaux plastiques ou en bois (meilleur que les métaux) et il faut récolter les "mauvaises herbes" au jardin. Toutes sont valables en partant du principe que **la terre sait** quelles plantes lui sont les plus nécessaires pour être plus fertile.

Mais bien sûr, chacune est riche en éléments distincts que nous chercherons à reconnaître - Ils sont d'ailleurs les mêmes que ceux dont nous avons besoin pour la santé humaine. Comme pour les humains, les éléments divers ne fonctionnent bien que lorsqu'ils sont ensemble en équilibre et s'aident les uns les autres afin d'être assimilés.

PURIN D'ORTIES - contient : fer, azote, potassium et oligo-éléments. Stimulant de la végétation, dilué, sert d'engrais foliaire - les plantes absorbent les aliments par leurs stomates

PURIN DE CONSOUDE - riche en azote et potassium - engrais d'utilisation régulière

PURIN DE PRELE - riche en silice, contient aussi du cobalt et du calcium; renforce les cellules des plantes. les maladies ne peuvent plus pénétrer aussi aisément.; les ravageurs se découragent dans leurs attaques.

PURIN DE FEUILLES DE TOMATES - excellent pour stimuler la pousse des tomates.

PURINS DE (BONNES) MAUVAISES HERBES...

Voici le médicament pour toutes les plantes - **on mélange tout ce qu'on trouve** - feuilles et racines Pour obtenir ainsi un engrais liquide très complet.

Rumex (phosphore, potassium)

## ELEVER QUELQUES POULES - UN PLUS POUR NOTRE POTAGER

Si nous le pouvons, quoi de plus intéressant que d'avoir quelques poules pondeuses ! On pourrait compter une poule par personne voire davantage selon le terrain dont nous disposons. Ceci afin d'obtenir suffisamment d'oeufs. pour l'usage culinaire.

Il y a évidemment un apport d'azote amené par leurs déjections - Il y a la récupération de tous les déchets de la table qui ont été cuits et que nos poules vont s'empresse de manger.

Nous pouvons évidemment profiter d'oeufs frais pondus à bas prix - puisqu'il ne faudrait acheter à l'extérieur que quelques grains divers de céréales en mélange pour bien les nourrir.

Pour la construction d'un petit poulailler il faut compter une niche de 40 cm sur 40 sur 30 par poule. Devant les niches à 10 à 12 cm d'écartement - il faut attacher une planche de 3 sur 3 cm permettant aux oiseaux de se poser sans que leurs déjections ne souillent les nichettes - (qui sont les lieux où elles iront pondre) - les niches sont régulièrement garnies de bonne paille fraîche - qu'on enlève dès qu'elle est souillée.

- Il faut prévoir un toit ouvrant comme une porte permettant d'aller chercher les oeufs par le dessus. Tout près de cet abri bien douillet, il faut prévoir un parcours sous un préau pour que les poules ne soient jamais dans l'humidité mais puissent circuler en plein air.

Et bien sûr il ne faut pas laisser nos poules voyager au potager car elles auront tôt fait de dévorer toute notre plantation. C'est à dire qu'il leur faut un enclos de fil de fer entièrement clôturé.

Sous le préau; il faut prévoir une vieille bassine pleine d'algues marines - qui leur servira de bain anti-parasites. En cas d'attaque de poux, elles iront s'y rouler chaque jour.

Mieux vaut éviter la tourbe car celle-ci obstrue le nez des volailles.

Nourrir les poules avec les déchets verts du jardin, les limaces et les escargots ramassés - voilà des beaux oeufs d'une belle couleur orange en perspective. Les poules auront aussi un récipient toujours plein d'eau claire et une mangeoire à grains toujours accessible - Une seule journée sans nourriture représente plusieurs jours sans ponte.

Une ou deux fois par an, on pourra enlever dans l'enclos le compost et les fientes pour les répandre en couches minces dans notre potager. Pour cela, il faut prévoir que notre petit poulailler soit posé sur un revêtement solide - à notre convenance. (bois ou autre)

### Une belle histoire de permaculture

C'est un potager bio depuis près de 40 ans - Normalement on s'attend toujours à avoir quelques légumes qui ont traversé l'hiver - mais cette année 2009 tout a été perdu par les gelées... Tout a été perdu et bien non? pas tout - car il y a encore les sauvages du jardin - les humbles, les sans grade.. Ichi, in dit "des cruaux" ...

Sous les arbres encore nus, les plantes vertes ont commencé à produire dès le début de mars au moins une centaine de kilos de feuillage énergétique - comme s'il fallait réparer les manques..

Alors on s'est vraiment mis (à manger) - au vert...

Après cet appréciable cadeau, il faudra bien qu'on les sorte de l'oubli - Et qu'on en reparle et qu'on fasse leurs louanges.. Car enfin, ces plantes sauvages **contiennent plus d'éléments nutritifs** que les légumes qui poussent dans le circuit ordinaire et qu'on trouve sur nos marchés.

Alors, voilà, c'est dit. Aujourd'hui nous vous les présentons - faites connaissance, invitez-les dans votre jardin.

Nous vous parlerons de celles que nous avons consommées - que nous connaissons bien.

Présente dès le début de mars : l'**ail des ours**, excellente feuille contient beaucoup de vitamines C et d'éléments qui font baisser l'excès de tension. En avoir deux plants c'est en espérer deux cents tellement elle est prolifique. Outre les soupes excellentes qu'on en fait, l'ail des ours donne du goût aux sauces fromage blanc maison - se retrouve dans nos salades et crudités, dans les potées. Certains même en font un vin thérapeutique.

De plus c'est une magnifique plante d'ornement. Et qui veut bien en passant prendre soin de nos arbres fruitiers - avec son aillicine elle leur fournit des anti-parasites et des anti-champignons.

Durant l'hiver - pas de problème pour la toute petite **cardamine** - petit cresson qui s'installe partout lorsque les "grands" ont disparu. Très piquant, il accompagne aussi toutes nos préparations culinaires d'hiver - Riche en fer, elle est la plus présente durant tout le printemps. Et revient en force en novembre.

L'**égopode des goutteux** est un grand envahisseur, mais quel régal dans nos salades et nos potages. Comment soigner un petit coup de fatigue sans bourse délier ? Mangeons des **pissenlits ;ils** nous offrent eux aussi beaucoup de plaisir avec des salades aux pommes et aux lardons dignes des bonnes

Il est aussi possible de conserver des fruits en morceaux au sirop dans des bocaux " -Ils seront alors préparé dans une casserole d'eau contenant une proportion de sucre à choisir - et des épices ou herbes - fruits coupés en quartiers comme prunes pêches, pommes ou poires qui doivent être utilisés rapidement surtout en saison chaude- les premières récoltes de pommes et poires ne sont pas "conservables"

Les fruitiers ont leur date de maturité - prunes, pêches, cerises n'ont qu'une saison - pommes et poires peuvent être conservées durant les mois d'hiver dans un endroit frais rangées sur un seul étage dans des caisses à claire voire qui seront visitées régulièrement pour éliminer les fruits pourrissants. Les pommes surtout peuvent être conservées jusqu'en mai de l'année suivante. Toutes les cueillettes seront faites juste après le 1er novembre. Sauf Kiwis qui seront récoltés en tout début de décembre, les kakis à surveiller pour une cueillette autour du nouvel an.



## COMMENT FAIRE SES PLANTS DE POMMES DE TERRE

**Prélever les calibres de tubercules souhaités lors de la récolte de l'été.**

**Les ranger sur des claies qui laissent passer l'eau**

**Les exposer à la lumière et aux intempéries.**

° les tubercules vont se charger de solanine - produit toxique développé par les plants lorsqu'ils sont exposés à la lumière  
(*Attention, les pommes de terre vertes ne sont plus comestibles*)

° Aucun prédateur ne les attaquera et ils se conserveront jusqu'au printemps suivant sans problèmes

° Il faut les ranger sous abri dès que les froids surviennent par exemple un hangar non chauffé ou autre pièce froide hors gel

° Dès le réchauffement de mars les placer dans une pièce sombre et tiède pour les faire germer afin de les planter.

## RESSOURCES UTILISABLES POUR LA FERTILISATION EN CULTURE BIOLOGIQUE

AZOTE pour la croissance et la production

ACIDE PHOSPHORIQUE Essentiel pour la nutrition, le volume et la qualité. Favorise la fécondation, la fructification et la résistance aux intempéries, aux maladies et aux parasites.

POTASSE Résistance au flétrissement, à la sécheresse, au gel – Active la photosynthèse.

CALCAIRE voir encadré

ELEMENTS SECONDAIRES

|            |                            |                       |
|------------|----------------------------|-----------------------|
| ° Magnésie | ° soufre (acidifie le sol) | ° fer contre chlorose |
| ° Bore     | ° manganèse                | ° zinc                |
| ° cuivre   | ° zinc                     | ° Molybdène           |
| ° cobalt   | ° tous les oligo éléments  |                       |

### CALCAIRE

Calcium pour la constitution des tissus – Action sur le PH (abaisse l'acidité du sol)

Chaux vive ----- 75 à 95 % de chaux pure

Chaux éteinte --- 50 à 75 % de chaux pure

Craie tendre ----- 50 à 54 % « «

Craies phosphatées 50 à 75 % « « - 10 à 15 % d'acide phosphorique

Marne (mélange de calcaire et d'argile) 10 à 30 % chaux pure

Plâtre 30 % chaux pure

Maërl Algues marine lithotamme 45 % chaux pure (5 % de magnésium)

Déchets de sucrerie 30 % chaux pure

Laitier de hauts fourneaux 40 % de chaux pure

Coquillages (huitres, moules.) 10 à 35 % chaux pure

Dolomie - 25 % chaux pure - 20 % de magnésium

### HUMUS

Humus stable = + 5 % d'azote La paille donne 25 % d'humus stable et les engrais verts 5 % d'humus stable

| Pourcentages           | azote     | Acid. Phosph. | Potasse   | Chaux     |
|------------------------|-----------|---------------|-----------|-----------|
| Fumier cheval          | 0.5 - 0.7 | 0.5 - 0.7     | 0.2 - 0.7 | 0.6 - 1   |
| « de vache             | 0.3 - 0.6 | 0.2 - 0.3     | 0.4 - 0.6 | 0.6 - 1   |
| « de mouton            | 0.7 - 1   | 0.2 - 0.4     | 0.7 - 0.9 | 0.6 - 1   |
| « de porc              | 0.3 - 0.6 | 0.1 - 0.3     | 0.5 - 0.7 | 0.4 - 0.8 |
| « de volailles         | 1.6 - 2   | 1.1 - 1.8     | 0.8 - 1   | 2 - 2.5   |
| Paille de blé          | 0.50      | 0.25          | 0.50      | 0.25      |
| « d'orge               | 0.50      | 0.25          | 1         | 0.30      |
| « d'avoine             | 0.40      | 0.30          | 1         | 0.35      |
| « de seigle            | 0.40      | 0.25          | 0.80      | 0.35      |
| Fougères               | 2.4       | 0.50          | 2.5       | 0.50      |
| Roseaux                | 1.1       | 0.10          | 0.40      | 0.50      |
| Feuilles de hêtres     | 0.8       | 0.25          | 0.30      | 2.60      |
| Feuilles de chêne      | 0.8       | 0.35          | 0.25      | 2         |
| Copeaux de bois        | 0.5       | 0.1           | 1         |           |
| Sciure de sapin        | 1.2       | 0.7           | 0.70      | 1         |
| Papier carton          | ????      |               |           |           |
| Tourbe                 | 0.5 à 2   | 0.1           | 0.1       | 1         |
| Terreau                | 1 à 1.5   | 0.5 à 1       | 0.2 - 0.4 | 2 à 5     |
| Compost ménager        | 0.6       | 0.4 - 0.8     | 0.4       |           |
| Compost broussaille    | 5         | ?             | 2         | 9         |
| Fumier champignonnière | 1 - 2     | 1.2           | 1.2       |           |
| Corne                  | 13 - 15   | 0.5 - 1.5     | 0.6 - 0.8 |           |
| Sang                   | 10 - 13   | 1             | 0.75      |           |
| Viandes                | 9 - 11    | 1 - 3         | 0.50      |           |
| Poisson                | 4 - 10    | 5 - 6         | 1 - 1     |           |
| Os                     | 5 - 6     | 20 - 30       | 1 - 2     |           |
| Laine                  | 10 - 12   | 8             | 1 - 2     |           |

**Ce qui entre dans le compost**

| Nom des éléments   | Composition - en pour cent |               |             |
|--|----------------------------|---------------|-------------|
|  | Azote                      | Acide phosph. | Potasse     |
| Corne brute  | 10 à 14                    | 0,4 à 1,4     | 0,5 à 0,6   |
| Corne torréfiée  | 10 à 15                    | 0,5 à 0,8     | 0,6 à 0,8   |
| Sang frais ou séché  | 3 à 13                     | 0,5 à 1       | 0,08 à 0,75 |
| Viande desséchée   | 9 à 11                     | 1 à 13        | 0,2 à 0,8   |
| Farine de poisson  | 4 à 10                     | 5 à 6         | 0,5 à 1     |
| Guano Poisson azoté  | 8 à 11                     | 5 à 14        | 0,5 à 1     |
| Guano Poisson phosphaté                                    | 3 à 3,5                    | 8             | 1 à 2       |
| Déchets de produits laitiers                               | 11 à 14                    | 8             | 1 à 2       |
| Déchets de laine (chiffons, vêtement, matelas)             | 9 à 12                     | 8             | 1 à 2       |
| Poussière ou crotte de laine ou suints de lavage ou boue   | 2 à 5                      | 0,2 à 1,3     | 0,3 à 2     |
| Déchets de coton   | 1 à 1,5                    | 0,5 à 0,8     | 0,8 à 2     |
| Poils, crins, plumes                                       | 4 à 6                      | 0,5 à 0,8     | 1 à 2       |
| Cuir torréfié et brut                                      | 7 à 9                      | 0,7 à 0,8     | 1 à 2       |
| Poils et peaux   | 7 à 12                     | 1,5 à 2,5     | 1 à 2       |
| Déchets de tannerie  | 0,1 à 0,5                  | 0,1 à 0,3     | 0,4 à 0,6   |
| Suies de bois  | 1 à 3                      | 0,4           | 2 à 4       |
| Suies de houille   | 2 à 4                      | 0,4           | 0,1 à 0,2   |
| Marc de café, de thé, de chicorée                          | 0,8 à 1,7                  | 0,6           | 0,1         |
| Marc et résidus de fruits                                  | 0,1 à 0,3                  | 0,05 à 0,1    | 0,15 à 3,3  |
| Vinasse de distillerie, mélasse (de grains, de betteraves) | 0,1 à 0,3                  | 0,05 à 0,4    | 0,1 à 0,5   |
| Vase d'étangs de mares                                     | 0,1 à 0,3                  | 0,1 à 0,2     | 0 à 1       |
| Boue de betteraves   | 0,3 à 1                    | 0,1 à 0,8     | 0,2 à 0,3   |
| Coques d'arachides et de cacao                             | 0,4 à 2,5                  | 0,1 à 0,8     | 0,2 à 0,3   |
| Goémons et varechs   | 0,4 à 1,4                  | 0,1 à 0,8     | 0,7 à 1,6   |
| Tourteau de ricin  | 3 à 5                      | 1,5 à 2       | 1,1         |
| Tourteau d'ceillette                                       | 6                          | 3,5           | 1           |
| Tourteau de ravison  | 3 à 5                      | 1,5 à 2       | 1           |
| Tourteau de colza  | 5                          | 1,9           | 1,2         |
| Tourteau de sésame   | 6                          | 1,9           | 1,4         |
| Tourteau de palmiste                                       | 2,4                        | 1,2           | 0,6         |
| Os brut ou os vert   | 5 à 6                      | 20            | 1 à 2       |
| Os dégraissés ou farine d'os                               | 3,5                        | 20 à 26       | 1 à 2       |
| Poudre d'os  | 1                          | 28 à 32       | 1 à 2       |
| Noir animal de sucrerie                                    |                            | 35            |             |
| Noir animal de raffinerie                                  | 1 à 2                      | 22 à 29       | 1 à 2       |
| Cendres de chêne   |                            | 6 à 8         | 8 à 16      |
| Cendres de genêts  |                            | 10 à 12       | 30 à 32     |
| Cendres de hêtre   |                            | 5 à 7         | 8 à 12      |
| Cendres d'ormeaux  |                            | 8 à 10        | 20 à 25     |
| Cendres de peuplier  |                            | 10            | 10 à 15     |
| Cendres de houille   |                            |               | 0,5 à 1     |
| Cendres de tourbe  |                            |               | 1 à 15      |
| Cendres de varech  |                            |               | 6 à 15      |

## CES SAUVAGES SI SOUVENT MECONNUES

*Très souvent la fin de l'hiver nous trouve un peu démunis. Dans le jardin permanent, beaucoup de sauvages ont fait leur apparition. Elles nous régaleront au printemps.*

### Au sortir de l'hiver

|                                       |                                      |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| Egopode (herbe au gouteux)            | Ail des ours                         |
| Amaranthe réfléchie                   | Arroches                             |
| Cresson de terre (barbarée vulgaris)  | Bourrache                            |
| moutarde noire (brassica nigra)       | Bourse à pasteur                     |
| Passerage (Cardaria graba)            | Chénopode blanc                      |
| Galinsoga                             | Lampsane                             |
| Mauves                                | Montie (claytones, pourpier d'hiver) |
| Onagre bisannuelle                    | Alliaire (ail moutarde)              |
| Pariétaire                            | plantain corne de cerf               |
| Plantains                             | pourpiers                            |
| Pissenlits                            | Renoncule ficaire                    |
| Reichardia p. = picridie              | Rumex crépu                          |
| Lierre terrestre (glecome)            | Rumex patientia = épinard perpétuel  |
| Maceron potager (smyrnum olusatrum)   | Chardon Marie (silybum marianum)     |
| Sonchus = laitron                     | Consoues                             |
| Orties (Urtica urens)                 | Ficaire                              |
| Stellaire media = mourron des oiseaux | Valerianella = maches                |
| Oseilles                              |                                      |