

Quelle surface pour mon potager ?

Que ce soit pour se détendre, savourer des légumes de saison ou se nourrir toute l'année grâce à ses récoltes, les motivations pour cultiver son potager sont variées. Voici quelques indications et quelques conseils simples pour vous aider à déterminer la taille de votre futur jardin.

Le potager de petite taille

Un potager dont la surface est comprise entre 20 et 50m², permet de s'initier à la culture des légumes. Simple à organiser, il peut être installé en ville. Vous devrez vous limiter aux légumes qui poussent vite et prennent peu de place comme les radis, les salades et les aromatiques. Quelques pieds de tomates et des haricots grimpants semés en carré pourront y prendre place.

Combien de personnes peut nourrir un potager de 30 m² ?

Ne rêvons pas ! Avec une surface de 30m², la production du potager ne peut couvrir l'intégralité des besoins en légumes d'une famille, ni même d'un couple sans enfant. Il est d'usage de compter entre 50 et 100 m² pour une personne. Bien sûr, en fonction des habitudes alimentaires de chacun, des semis ratés, du mauvais temps... les chiffres peuvent varier. Mais même si les conserves ne sont pas nombreuses, 30 m² sont suffisants pour s'assurer une petite production de légumes incontournables, tout au long de l'année.

Combien de temps doit-on consacrer à l'entretien d'un potager de 30 m² ?

Une fois que votre potager est « lancé », c'est à dire que les premières plantations et les premiers semis sont faits, son entretien ne vous demandera que peu de temps. Bien sûr, selon votre façon de le conduire, avec par exemple, la mise en place d'une couverture permanente au sol (paillage) ou l'installation d'un système d'arrosage goutte à goutte (assez aisé à mettre en place sur une petite surface), le temps à consacrer peut varier d'un cas à l'autre (gains de temps sur le désherbage et l'arrosage). Dans de bonnes conditions, comptez une moyenne de 10 mn par jour.

Il faut donc aller à l'essentiel. Choisissez des légumes « inratables » (ou presque !), à bon rendement, faciles à cultiver, adaptés à votre climat et, cela va de soit, que vous aimez !

Exemples de légumes produisant plus de 1,5kg/m² : betterave, carotte, courgette, échalote, haricot vert (si on a un peu de temps à consacrer à la récolte), navet, panais, oignon, poireaux, radis d'hiver, tomate.

Ajoutez-y des salades, qui sont naturellement généreuses mais dont le rendement ne se calcule pas au poids. Elles sont idéales pour remplir un espace libéré par une culture récoltée.

Et n'oubliez pas quelques aromatiques : la ciboulette, le persil et le thym sont des incontournables !

Afin d'occuper au mieux l'espace du potager, une astuce consiste à cultiver sur un même rang deux cultures : une culture haute et une culture basse (persil ou basilic au pied des tomates), ou une culture de cycle court avec une culture de cycle lent (des plants de laitues entre les plants de choux, des radis parmi les carottes).

Le potager de taille standard

Quelle surface pour quels légumes ?

En matière de potager on considère généralement qu'une surface de 50m² par personne est nécessaire. Pourtant, le type de potager le plus répandu en France s'étend sur 100m² en moyenne. Bien organisé et bien conduit, il permet de récolter une bonne partie de l'année des légumes frais pour une famille de 4 personnes.

Haricots, petits pois, courgettes, tomates, salades, bettes et des légumes racines comme les carottes, les betteraves, les navets et les radis y occuperont une place de choix sans oublier les petits fruits comme les fraises ou les framboises. Evidemment, il est essentiel d'optimiser l'espace dont on dispose.

Maximiser les rendements avec des méthodes de culture adaptées

Selon la nature du sol et les aléas climatiques, vous pouvez espérer récolter, par mètre carré, 3 kg de haricots verts, ou 5 kg de tomates, ou 1,5 kg de fraises, ou 10 laitues, 15 courgettes, 400 radis ou encore 200 carottes. Pour que le rendement soit maximal, il faut soigner la préparation du sol et fertiliser convenablement. Il est aussi indispensable de pratiquer la rotation des cultures, de faire des cultures dérobées ou intercalaires et de choisir à la fois des variétés hâtives et tardives. Les supports verticaux tels que les tipis ou les pergolas permettent d'augmenter la surface cultivée et donc la production.

Temps à consacrer à un potager de taille moyenne

Un tel potager demande environ 300 heures de travail par an, soit un peu plus d'une heure tous les deux jours. Si vous manquez de temps, restreignez la part faite aux cultures qui exigent des passages réguliers au moment de la récolte comme les courgettes ou les haricots verts.

Le grand potager

Potager nourricier

A partir d'une surface de 300 m², le potager devient véritablement nourricier mais si vous voulez être totalement autonome, vous devrez compter 500 à 600m². Il permet de cultiver toute l'année des légumes et de faire des réserves pour l'hiver grâce aux conserves et à la congélation.

Légumes, fleurs : tout est permis !

Pratiquement toutes les espèces potagères peuvent y être cultivées sur une grande échelle, notamment celles qui occupent longtemps le terrain comme les choux, les poireaux, les haricots secs et les légumes vivaces (artichauts, asperges) ou des plantes qui ont besoin de beaucoup d'espace pour se développer (courges et pommes de terre). Il est possible aussi d'y cultiver des fleurs qui ont une action bénéfique sur les légumes, soit parce qu'elles attirent les insectes pollinisateurs, soit parce qu'elles repoussent les parasites.

Du temps et du matériel

Sachez qu'un potager de cette taille demande des soins quotidiens mais le recours au paillage permet de réduire notablement certaines tâches comme le binage ou l'arrosage. Pour l'entretien d'un tel potager, l'emploi de matériel motorisé est recommandé.

rand potage

Un potager en carré, un potager même sans jardin

Très en vogue depuis quelques années, le potager en carrés est particulièrement intéressant pour débiter un potager et il peut être mis en oeuvre même si l'on ne dispose pas de surface cultivable. Il suffit d'un peu d'espace qui reçoit suffisamment de lumière et de pluie. Une cour, une terrasse ou un balcon bien exposés conviennent tout à fait pour cet usage.

Vous pouvez commencer par 4 carrés de 1,20m de côté et 30cm de profondeur que vous pourrez fabriquer si vous êtes bricoleur. Remplissez-les d'un mélange de terreau et de bonne terre de jardin et divisez-les en 4, 6 ou 8. Réservez-les à la culture de légumes ayant un cycle de végétation rapide (salades, radis), aux tomates et aux condimentaires. En installant un treillis sur un des côtés, vous pourrez faire pousser des plantes grimpantes comme les haricots ou les petits pois. Démarrer un potager en carrés

Il suffit d'un petit coin de jardin pour cultiver quelques légumes. Avec le potager en carrés, vous pouvez vous faire plaisir rapidement et simplement, sans vous lancer dans le grand jardinage! Voici les grands principes...

Un potager en carrés : qu'est-ce que c'est ?



A tout seigneur, tout honneur : c'est un jardinier américain, Mel Bartholomew, qui a popularisé la technique du potager en carrés dans son ouvrage "Square Foot Gardening" publié pour la première fois en 1981.

Les grands principes de cette méthode sont extrêmement simples. Il s'agit de jardiner dans des carrés surélevés, de 1 m 20 de côté, divisés en cases de 30 cm de côté. On obtient ainsi 16 emplacements par carré, sur 1,5 m² de surface environ.

Les principaux avantages de cette nouvelle approche culturale...

- besoin de peu d'espace (lire : Potager de ville)
- on peut cultiver sur une très petite surface (une terrasse suffit), comme on peut l'étendre à l'envi dans un grand jardin, en multipliant les carrés
- peu importe que la terre du jardin soit de "mauvaise" qualité : les cultures sont réalisées dans les carrés, où le sol est amélioré (lire aussi : Quels légumes cultiver en fonction de son sol ?)
- les besoins en eau sont nettement limités
- pas besoin d'engrais ni de pesticides : méthode 100% naturelle !
- nul besoin d'éclaircissage, économique en graines
- les principales difficultés du jardinage sont supprimées : seul reste le "jardin plaisir" !
- on peut commencer en toute saison
- accessibles aux personnes à mobilité réduite qui ont des difficultés pour se baisser
- tout le monde peut pratiquer : les enfants adorent jardiner (lire aussi : Un mini potager pour les enfants) !

Pourquoi un potager en carrés

Salade, betterave, bette... cultivées en carrés

La motivation première doit être : le plaisir de jardiner, et de cultiver quelques légumes "soi-même", sans pour autant se lancer dans un potager de dimensions industrielles !

Sauf rares exceptions, le jardinier d'aujourd'hui ne cultive plus son potager pour assurer les besoins complets de sa famille. L'époque où l'on ne consommait que les légumes du potager (agrémentés des châtaignes et de champignons à la saison...) est révolue.

Voyez cette méthode comme un moyen simple de cultiver salades, radis, épinards, petits-pois, tomates... Essentiellement de la "verdure" (mais également des aromatiques), dont le goût et la tendreté justifieront très largement vos (petits) efforts.

La dimension réduite des carrés est leur atout :

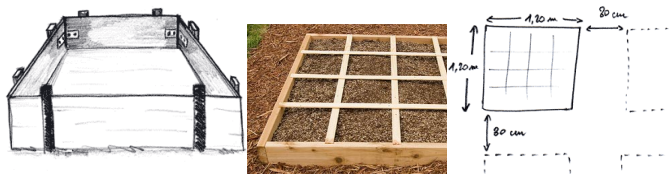
- peu de place monopolisée par les cultures légumières,
- tout est accessible, des bords jusqu'au centre, simplement en tendant le bras.

Les côtés font 1,20 m de long pour 20 cm de hauteur environ.

Si vous réalisez plusieurs carrés, ménagéz des allées de 80cm de part et d'autre afin de permettre une circulation commode

Bordures

Les bordures peuvent être réalisées avec des planches de coffrage (non traitées), mais aussi avec des bordurettes à planter (en pin autoclave), des bordures formées de 1/2 rondins voire des fascines de châtaignier : très chic !



Si vous optez pour les planches, assemblez-les avec des cornières, et maintenez-les droites simplement en plantant sur chaque côté 2 petits piquets de bois (5 cm de section environ).

Le "bac" qui en résulte peut être alors rempli d'une bonne terre de jardin enrichie de compost (c'est là que vous pouvez modifier la nature de votre sol). Cette surélévation permet un réchauffement plus rapide, et facilite le travail au quotidien.

Bien sûr, les carrés peuvent être simplement tracés au sol, et leurs bordures matérialisées par de petites haies de buis ou de thym, par exemple.

Emplacement

Près de la maison, pour faciliter la récolte au moment de cuisiner, et pour que l'entretien devienne un jeu : à chaque passage, on ôte une mauvaise herbe, on écrase un puceron entre 2 doigts...

Au soleil impérativement : les légumes en ont besoin pour produire d'abondance.

Tracé des cases

Cases tracées avec des liteaux

Les 16 cases composant chaque carré seront matérialisées indifféremment par de petits liteaux de bois posés à même la terre, ou bien par des tiges de bambous taillées à la dimension, ou encore par des chutes de fil électrique tendues d'une planche à l'autre. Le tout est de respecter le fameux espacement de 30cm, qui permettra de maîtriser la place accordée à chaque variété.

Quels légumes semer ou planter ?

Ce que vous voulez ! Il est évident que cette façon de cultiver, malgré d'excellents rendements, n'est pas adaptée à une culture de masse. Si vous avez un famille nombreuse, et que vous souhaitez assurer toute votre production de tomates ou de pommes de terre, optez pour des rangs plus conventionnels.

L'intérêt est dans la variété procurée, et dans la cohabitation joyeuse de nombreuses espèces et variétés de légumes ou de plantes aromatiques.

Assurez-vous quand même que vos **légumes sont bons voisins**, en respectant les principes des associations, qui s'appuient sur le mélange des familles botaniques et sur ceux des rotations, avec les types de légumes :

Légumes feuilles

- Basilic •Chou chinois •Ciboulette •Epinard •Laitue •Mâche•

Légume fruit

- Aubergine •Poivron •Tomate

Légume graine

- Fève • Haricot • Petit-pois

Légume racine

- Betterave • Carotte • Navet • Radis

Légume bulbe

- Ail •Oignon



Exemple de carré à la mi-mai

Voici à titre d'illustration une répartition possible de carré à la mi-mai.

Semis ou plants ?

Bien que les plants en godets soient un plus onéreux que les graines, ils vous feront gagner en temps et en productivité pour certaines plantes (tomate, aubergine, ail...). Vous pouvez néanmoins, si vous le souhaitez, procéder par semis en godets, suivis de repiquage. Pour les carottes et les radis, semez en place et éclaircissez pour ne garder que quelques pieds. La plupart des légumes se sèment dès le début du printemps.

Calendrier des semis suisse

[http://www.familiengaertner.ch/sites/familiengaertner.ch/files/document/](http://www.familiengaertner.ch/sites/familiengaertner.ch/files/document/Calendrier%20des%20semis%202018.pdf)

[Calendrier%20des%20semis%202018.pdf](http://www.familiengaertner.ch/sites/familiengaertner.ch/files/document/Calendrier%20des%20semis%202018.pdf)

<https://www.zollinger.bio/fr/aussaatkalender/3>

Un potager en pot

Un mini potager sur une terrasse, un balcon ou encore un rebord de fenêtre, pourquoi pas ? Les potagers en pots associent le plaisir des yeux à celui des papilles, et il est étonnant de découvrir à quel point de nombreux légumes s'accommodent très bien d'un espace réduit.

Cette solution, toutefois, n'est à retenir que si votre seul espace disponible est un bout de balcon. En effet, les plantes poussant en pot n'ont que peu de réserves en eau et éléments nutritifs. Aussi, les arrosages et les apports de compost (ou de vermicompost : pratique idéale en ville car elle ne prend que très peu de place) et de purins d'orties, devront être très réguliers.

De nombreux légumes peuvent se prêter à ce petit jeu : laitue, poirée à cardes colorées, chou-fleur miniature, aubergine, poivron, tomate, haricot nain, carotte, chou-rave, radis, betterave, oignon nouveau, chou brocoli, ail, mini pâtisson, fenouil (pour ses feuilles aromatiques), et pourquoi pas aussi quelques fleurs comestibles: capucines, pensées, bourrache, violettes, primevères... D'une manière générale, évitez simplement les espèces à enracinement profond, à croissance lente ou qui occupent trop d'espace.

En ce qui concerne les variétés, profitez-en pour choisir celles qui sont introuvables sur les marchés, par exemple des variétés anciennes, aux couleurs inattendues, ou dont la saveur est remarquable. Préférez, autant que possible, les variétés naines ou trapues, et les carottes courtes.

Jardinage en sac

C'est en suivant ce raisonnement qu'est né le jardinage en sac (jardisac). Il s'agit de remplir un sac plastique (sac de terreau, sac à gravats ou à déchets verts...) de terreau ou d'un mélange de terre et de compost (pour ceux qui peuvent se procurer de la terre de jardin), et de semer et planter dedans. Suivant sa forme, soit vous l'utilisez comme un conteneur classique (sacs à

gravats), soit vous le fermez hermétiquement et le couchez par terre (sac de terreau). Quelques entailles en croix faites sur le dessus et vous obtenez les emplacements de vos plants. N'oubliez pas de percer quelques trous pour l'évacuation de l'eau.

Dans le même ordre d'idées, vous trouverez, dans le commerce, des meubles à jardiner : pour potager en carré, pour personne en situation de handicap (en hauteur)...

Conseil : plus le contenant sera grand, plus la plante aura des réserves à sa disposition.



Selon la place dont vous disposez, optez pour une jardinière unique (en plastique ou en terre cuite) ou pour plusieurs contenants, de tailles et de formes différentes, à disposer harmonieusement. L'avantage des pots séparés est qu'ils permettent d'adapter la profondeur du substrat, la fréquence d'arrosage et la fertilisation aux besoins de chaque légume. Pour le substrat, un terreau universel conviendra parfaitement. Mélangez-le à un engrais organique, par exemple composé de fumier et d'algues.

Si ce n'est pas déjà fait, perforez vos contenants. Les jardinières en plastique n'ont parfois que des emplacements de trous préformés, et c'est à vous de les percer.

Installez la couche de drainage. Sur environ 1/10 de la hauteur du contenant, disposez des billes d'argile, du sable grossier, ou des tessons de pots en terre cuite.

Mettez en place un feutre de jardin sur la couche de drainage, pour éviter que le substrat se mélange à la couche de drainage, ou qu'il soit entraîné par l'eau d'arrosage à travers les trous du contenant.

Versez le substrat dans le contenant, jusqu'aux 2/3 de la hauteur.

Mise en place des plants : s'il s'agit de plants en godets, faites-les tremper au préalable dans une baignoire d'eau pendant quelques minutes, afin que les racines s'humidifient bien. Disposez les plants de façon suffisamment espacée, de façon à leur laisser la place de se développer correctement. Alternez plantes aériennes et légumes racines.

Couvrez les mottes jusqu'au collet des plantes. Tassez bien autour de chaque pied, pour éliminer les bulles d'air et maximiser le contact entre racines et substrat.

Arrosez abondamment, puis rajoutez quelques poignées de substrat si nécessaire.

D'abord, "en pot" ne signifie pas "en intérieur". Vos légumes doivent être cultivés en extérieur.

Par ailleurs, l'ensoleillement optimal pour les légumes est une situation à l'est. Le plein sud contraint à de trop fréquents arrosages en été (en pots, les plantes se déshydratent très vite), et le nord ne convient guère qu'aux légumes à feuilles (poirée, salade...).

Par temps chaud, il faudra prévoir un à deux arrosages quotidiens. En cas de fortes pluies, pensez à vider les soucoupes pour éviter l'excès d'humidité, propice au pourrissement. Fertilisez régulièrement, à petites doses, pour obtenir une récolte satisfaisante (les légumes sont gourmands !).

Enfin, il vous faudra tailler certaines plantes : pour les tomates, ne laissez qu'un ou deux bouquets de fleurs par pied, pour les aubergines, pincez à 30 cm pour favoriser la ramification.

La culture sur botte de paille

La culture sur bottes de paille est une technique anglo-saxonne qui a pour but de permettre à quiconque de produire plantes et légumes, en offrant un support de plantation indépendant du sol. Un support qui est loin d'être inerte, puisqu'il se transforme, au fil du temps, en nutriments disponibles pour les cultures. Voilà qui est prometteur ! Voyons de plus près...

Culture sur bottes de paille : le principe

Le principe du jardinage sur bottes de paille (en anglais, straw bale gardening) est simple : il consiste à semer et planter sur des bottes de paille, dont le processus de décomposition a été enclenché (transformation progressive en compost). Les bottes de paille offrent ainsi un milieu adéquat pour le développement des légumes : chaleur constante (20°C), milieu drainant et aéré, matière organique à disposition.

Le processus de décomposition démarre par un apport d'eau et d'azote (fiente de poule, sang séché, thé de fumier...). Ensuite, arrosée régulièrement, la paille se décompose petit à petit, sous l'action des bactéries.

Bien choisir la paille

Le choix de la paille est important ; il est conseillé de prendre de la paille exempte de tous traitements (bio), si possible de blé, qui se décompose moins vite que l'avoine ou l'orge. Oubliez le foin car, outre le fait qu'il soit plus fin, il comprend graines et mauvaises herbes, qui peuvent se développer par la suite.

Vérifiez la fermeté des bottes. Si la paille n'est pas assez serrée, l'eau et les engrais organiques que vous allez y apporter ne feront que traverser la botte de part en part, et elle se déformera rapidement.

Placez la botte au soleil, les brins à la verticale pour une bonne pénétration de l'eau et des futures racines.

Astuce : si vous avez des bottes de paille anciennes, le processus de décomposition sera plus rapide à mettre en place.



Tomates sur bottes de paille

Bottes de paille, tiges à la verticale

Activer la fermentation de la paille

Tout d'abord, il faut bien imprégner toute la botte d'eau. Il faut s'y prendre à plusieurs fois pour que l'eau pénètre bien partout. L'opération s'étale sur trois jours.

Ensuite, pour activer la fermentation, deux méthodes sont possibles :

- La première consiste à poursuivre les arrosages de la botte de paille durant une semaine, en ajoutant des engrais azotés, les doses d'engrais diminuant petit à petit. Le dernier jour, contentez-vous d'un simple arrosage.

- La deuxième suppose d'avoir posé la botte de paille sur une bâche plastique, qui doit être assez grande pour recouvrir toute la botte. Après les trois premiers jours d'arrosage, effectuez un bon apport d'engrais azoté, recouvrez la paille d'une fine couche de compost et enfermez la botte dans la bâche plastique.

Au bout des 10 jours, le pic de fermentation est passé et la température de la paille est redescendue à 20°C environ. Le support est prêt pour recevoir les semis et plantations.

La conduite des cultures sur botte de paille

La mise en place des cultures est plutôt simple : les semis sont effectués sur un lit de compost ou de terreau. Les plants sont, quant à eux, placés dans des trous creusés dans la paille à l'aide d'un transplantoir, dans lequel vous déposerez du terreau.

Surveiller la température

Avant toute opération, assurez-vous que la température de la paille soit bien redescendue (glisser la main à l'intérieur doit suffire à vous donner une indication).

Par contre, en ce qui concerne le suivi, il vous faudra faire preuve de rigueur. D'une part, la paille doit être toujours humide. Aussi, les arrosages seront quotidiens. Il est d'ailleurs fortement

recommandé de placer des systèmes d'arrosage « goutte-à-goutte » ou des tuyaux microporeux pour se simplifier la tâche. Le hic est qu'il est parfois difficile d'appréhender l'état d'humidité de la paille, à l'intérieur de la botte, et elle peut aussi pourrir en cas d'excès.

D'autre part, bien que la paille se transforme peu à peu en nutriments, ceux-ci sont nettement insuffisants pour permettre le développement des plantes. Aussi, un apport hebdomadaire d'engrais organiques (adaptés aux cultures) est nécessaire.

Durée de vie de la botte de paille

La durée de vie d'une botte de paille en culture semble être de deux ans. Mais elle dépend également de sa tenue au fil des cultures supportées ; les ficelles ont tendance à se détendre !

Quelles plantes cultiver sur les bottes de paille ?

En théorie, il n'y a aucune limite quant aux possibilités de culture. Courges, courgettes, tomates, melons, concombres, poivrons, haricots, pois, fèves, pommes de terre, fraises ou encore aromatiques semblent s'y plaire. Bien sûr, au vu de la durée de vie de la botte de paille, inutile d'y installer des vivaces.

Légumes cultivés sur paille

Les plantes qui nécessitent des tuteurs (comme les tomates) peuvent évoluer à même la paille ; sinon, il est conseillé de planter les tuteurs en dehors de la botte.

Une récalcitrante : la carotte. Elle semble ne pas vouloir pousser droit dans ce milieu.

Avantages et inconvénients de la culture sur botte de paille

Les avantages de cette technique de jardinage sautent aux yeux :

- Une culture possible sur n'importe quel sol ;
- Pas de travail de la terre ;
- Des planches de cultures hautes et à portée de mains ;
- Pas ou peu de mauvaises herbes ;
- Un support de culture chaud qui permet de hâter les cultures frileuses...

Bref, c'est très prometteur.

Toutefois, certains inconvénients sont à souligner et le premier est non négligeable :

- La culture sur paille est une grande consommatrice d'eau. Si vous ne possédez pas un système de récupération des eaux de pluies, mieux vaut ne pas se lancer dans l'aventure ;
- Il est également nécessaire d'avoir de bonnes ressources en engrais organiques, afin d'équilibrer les apports de la paille en décomposition ;
- De plus la gestion correcte de l'eau et des engrais demande une attention particulière et donc, votre présence quasi quotidienne au potager ;
- Enfin, il faut pouvoir trouver, en quantité suffisante, de la paille cultivée en bio !

Les buttes autofertiles

Parmi les différentes techniques de **culture sur butte** mises en place en **permaculture**, il y a celle de Philip Forrer : un cœur de butte fait de bois en décomposition, de l'humus de sous-bois, des déchets verts, de la terre et un paillage épais de foin ou d'herbes tondues. D'après son expérience, on obtient un potager abondant, qui se gère seul !

¹Culture intercalaire : culture de plus d'une espèce sur le même espace, en même temps (cultures hautes avec cultures basses, cultures de croissance lente avec cultures à croissance rapide).

²Deux citadins néophytes et passionnés font part de 10 ans d'expérience qui leur ont permis d'obtenir un potager prolifique et un beau jardin en y consacrant que quelques jours par mois.

« **Je ne jardine que le week-end** », Sandrine Boucher et Alban Delacour, Collection Facile & bio, Éditions Terre Vivante

Un mini potager pour les enfants

Le jardinage est un art à la portée de tous, même des plus petits. Mais pour que l'expérience ne tourne pas court, et surtout pas au conflit, il faut prendre quelques précautions.

À chacun son jardin

Ce n'est pas l'enfant qui va vous aider dans votre jardin, mais vous qui allez l'épauler dans le sien.

Vous lui montrez les gestes, répondez à ses questions, mais le laissez seul maître à bord.

Dans les premiers temps, il va se mouiller, se salir, marcher sur les semis, inonder les plants... Il fait ses propres expériences ; qu'elles soient fructueuses ou non, ce n'est pas important au début.

Un conseil : séparez bien son jardin du vôtre ! Il se l'appropriera d'avantage et, ainsi, il pourra circuler autour, à sa guise, sans déranger vos cultures.

Pour les enfants de 2 à 5 ans, jardiner c'est, avant tout, reproduire des gestes amusants : arroser, creuser, semer, sentir, cueillir... Pour les intéresser, il faut que le travail soit ludique, les résultats visibles rapidement (lire : Des légumes qui poussent vite), avec une récompense à la fin : le grignotage, sur place ! Les légumes doivent, évidemment, être faciles à cultiver.

Faites-leur donc semer des radis de 18 jours, quelques salades hâtives et un tournesol (pour le spectacle), et planter un pied de tomates cerises et deux fraisiers. Conseillez-les pour que le tournesol et le pied de tomate soient positionnés de sorte à ne pas faire de l'ombre aux autres légumes. ?Un pied de coriandre pour ramasser les petites graines durant l'été, quelques fleurs pour attirer les abeilles (lire : Les plantes mellifères) et faire un bouquet à maman (cosmos de couleurs) sont aussi les bienvenus.

Attention : le potager doit être suffisamment réduit pour ne pas demander trop de travail d'entretien ; la mise en place d'un mini potager en carré peut tout à fait convenir (une caisse divisée en 9 compartiments).

Enfin, faites-leur découvrir les gestes à accomplir en semant et plantant dans votre jardin (profondeur du semis, distance entre les graines...). S'ils acceptent, démarrez le sillon, mais ensuite, laissez-les faire.

Astuces pour un jardinage ludique

Si vous avez de la place, n'hésitez pas à construire un petit tipi (3 tuteurs suffisent) pour haricots à rames. Ils adorent entrer dans « la cabane » pour récolter les gousses.

Autre « plus », pour les encourager : la panoplie du bon jardinier. Comme vous, ils voudront des outils pour travailler : mini-arrosoir, plantoir, transplantoir, râteau, mais aussi petits pots pour mettre les graines et des étiquettes pour inscrire le nom des légumes. La tenue est aussi importante (ils adorent se déguiser !) : tablier, gants, bottes et chapeau sont de mise.

À partir de 5 ans, les enfants sont dans l'apprentissage des saisons (tout ne pousse et ne se mange pas en toute saison), de la distinction des différents organes des plantes (racines, feuilles, fruits) et dans l'affirmation des goûts : il faudra ruser pour leur faire cultiver ce qu'ils ne veulent pas manger !

Ils veulent également faire des gestes nouveaux, de « grands » : pailler, planter des tuteurs, repiquer des plants, praliner... Montrez-leur comment faire et ils reproduiront les gestes en expliquant « comment » et « pourquoi ».

Le jardin peut être un peu plus grand que le précédent pour accueillir des légumes au volume plus conséquent. Tracez ensemble des planches distinctes, dans lesquelles ils pourront introduire, en plus des légumes cités précédemment, quelques carottes, quelques haricots verts, un pied de courge (pourquoi pas une variété originale?) ou de courgettes, un pied supplémentaire de tomates et pourquoi pas deux pieds de pommes de terre... pour les frites !

Conseil : optez pour la diversité plutôt que pour la quantité. Le choix des légumes doit rester simple et facile à cultiver, mais n'hésitez pas à leur faire des propositions et montrer des photos

pour susciter leur curiosité. Apprenez-leur qu'il existe des variétés différentes : des tomates vertes ou en forme de poire, des courgettes rondes ou longues, des carottes violettes...
Bonus : jouez avec les odeurs en leur faisant découvrir deux ou trois aromatiques : ciboulette, persil, coriandre, aneth, cerfeuil... la palette est large et la culture facile.

À partir de 7 ans,

Plus que les gestes, ce sont maintenant les résultats qui comptent.

Délimitez-leur un espace qu'ils décideront d'occuper à leur convenance. Mais aidez-les dans leur choix : expliquez-leur les associations bénéfiques et déconseillées entre les légumes, les besoins en soleil et en eau pour qu'ils puissent faire, avec votre aide, un plan du futur potager (lire : Démarrer un potager). Ainsi, ils apprennent à l'organiser en le visualisant et à appréhender l'espace nécessaire pour chaque légume. Etablissez avec eux le calendrier des travaux afin qu'il soient les plus autonomes possible. Achetez, ensemble, les semences et les plants pour les impliquer davantage et les rendre responsables de leurs cultures.

Et, à partir de 10 ans, cultivez ensemble, dans le même potager !

Légumes faciles pour débutant

Cultiver des légumes au potager, c'est facile ! La culture d'un petit potager permet de faire des économies, et récolter ses propres légumes est un réel plaisir, sans parler du goût et de la fraîcheur, incomparables... Voici donc une sélection de légumes faciles pour jardinier débutant.

La tomate : facile et savoureuse

Semez la tomate au chaud, en mars, ou plantez à la mi-mai des jeunes plants achetés en godets (un pied tous les 50 cm, et au moins 80 cm entre 2 rangs). Profitez-en pour choisir des variétés anciennes, peu fréquentes sur les marchés !

Le sol doit idéalement être léger, riche en humus, et frais. Réservez à la tomate une exposition bien ensoleillée : elle a besoin de soleil pour mûrir ! La tomate doit être palissée ou tuteurée : installez les tuteurs avant de mettre en place les plants, que vous planterez assez profondément. Arrosez régulièrement (sans mouiller les feuilles, sinon gare aux maladies !) et supprimez les tiges secondaires qui se développent à l'aisselle des feuilles (les "gourmands") : on parle de pincement.

La récolte a lieu entre juillet et septembre.

Vous êtes débutant ? Oubliez le semis et préférez l'achat de godets : c'est plus facile, mais surtout plus sûr. Car le semis au chaud n'est pas ce qu'on fait de plus simple, et il faut vraiment l'anticiper. Dans quelques années...

Les carottes, un jeu d'enfant !

Un semis facile à réussir, parfait quand on débute en jardinage ! Les graines de carotte se sèment tous les 15 jours d'avril à juin, pour échelonner les récoltes. Semez clair, recouvrez à peine les graines, tassez, arrosez en pluie fine et soyez patient : il leur faut au moins 3 semaines pour germer ! Au besoin, éclaircissez le semis après la levée : trop serrées, les carottes pousseront mal.

Les carottes ont besoin d'un sol riche, frais et meuble (sans cailloux, sinon, les racines prennent des formes biscornues), et d'une exposition au soleil. Arrosez régulièrement.

La récolte des carottes se fait de juillet à novembre.

Le haricot, généreux sur peu d'espace

Comment choisir parmi les nombreuses variétés de haricots ? Dans tous les cas, prenez des haricots verts sans filet, qui restent tendres. Ensuite, vous avez le choix entre les haricots grimpants (= à rames), qui permettent de gagner de la place au sol, mais qui doivent être tuteurés ou palissés sur des rames, et les haricots nains, qui n'ont pas besoin de tuteurs.

Quelle que soit la variété que vous choisirez, semez les graines de haricots entre mi-avril et mi-juillet (le sol doit être réchauffé, au moins 10°C, sinon les graines ne germent pas) et installez les tuteurs (les rames) pour les grimpants dès le semis. Laissez 40 cm entre les rangs.

Le haricot se satisfait de la plupart des terrains, bien qu'il préfère les sols légers et riches.

Arrosez copieusement.

On récolte les haricots durant l'été (environ un mois et demi après le semis).

La laitue : culture facile, croissance rapide

Semez les laitues en lignes ou à la volée, de manière échelonnée entre mars et juin (pour récolter tout l'été), en couvrant à peine les graines. Après la levée, il faudra sans doute éclaircir un peu.

Les salades poussent dans n'importe quel sol, de préférence au soleil. La seule vraie exigence des laitues concerne l'arrosage : arrosez régulièrement, car elles craignent beaucoup la sécheresse. Cependant, trop d'humidité favorise la pourriture des plants : il faut un juste équilibre. Attention aussi aux limaces !

Les récoltes des laitues se font de mai à octobre.

Encore plus simple !

Pour les vrais débutants, que les semis rebutent, il est possible d'acheter des plants de salade sur les marchés ou en jardinerie. Vendus sous la forme de petits cubes, il reste juste à les planter en terre : facile !

Des radis dès la fin du printemps

L'avantage du radis rose, c'est qu'il pousse vite, et qu'il est ainsi l'un des premiers légumes à pouvoir être récolté à la fin du printemps, en primeur. Commencez les semis en mai, à renouveler tous les 15 jours jusqu'en août pour échelonner les récoltes. Semez en rangs espacés de 20 cm, avec une graine tous les 4 cm sur le rang, recouvrez de terreau et tassez bien, puis arrosez.

Les radis aiment les sols riches, sableux et frais, et une exposition à la mi-ombre. Pour ne pas devenir piquant, le radis doit pousser vite et ne pas manquer d'eau : arrosez donc régulièrement et récoltez-le dès qu'il atteint une taille suffisante.

Les récoltes des radis durent tout l'été, de juin à septembre



Courgettes : plantez, arrosez, cueillez !

Que vous décidiez de

, par groupe de 3 graines, à 2 cm de profondeur, avec 80 cm entre deux poquets) ou de repiquer des jeunes plants achetés en godets (vous gagnerez alors 2 semaines), la culture de la courgette est quasiment impossible à rater.

Le sol doit être riche (apportez du compost lors de la plantation ou du semis) et bien drainé.

Arrosez copieusement et régulièrement, sans mouiller les feuilles (sinon, des maladies comme l'oïdium risquent de s'installer).

Vous récolterez les premières courgettes environ 2 mois après le semis : cueillez-les dès qu'elles atteignent la taille souhaitée. Les récoltes peuvent se prolonger jusqu'en septembre.

Pourquoi acheter des graines bio ?

www.zollinger.ch www.sativa.ch www.em-suisse-romande.ch

La notion de "graine bio" est très encadrée : comme tous les produits dits "biologiques" ou plus exactement "issus de l'agriculture biologique", les semences bio (et les matériels de reproduction végétative : plants issus de boutures notamment) ont été produites pendant au moins une génération selon les règles de l'agriculture biologique (et pour les cultures pérennes, 2 périodes de végétation).

Ni les graines (ni la plante qui les a produites), ni les plants n'ont donc été traités avec des pesticides de synthèse (seuls quelques traitements réputés peu nocifs pour l'environnement et la biodiversité sont tolérés en agriculture biologique : purins et autres décoctions de plantes, bouillie bordelaise ou encore *Bacillus thuringiensis* par exemple ; lire : Traitements biologiques). Bien sûr, en bio, pas d'OGM, pas d'irradiation, pas d'engrais chimiques...

La pratique des cultures associées

Le grand intérêt de l'introduction de la diversité dans le potager est de perturber la propagation des parasites et des prédateurs. Mais c'est également le moyen de mieux gérer les réserves d'eau et de nutriments du sol (besoins différents, systèmes racinaires plus ou moins profonds).

De plus, lorsque vous appliquez les cultures associées sous forme de cultures intercalaires¹, vous occupez l'espace qui aurait pu être colonisé par les mauvaises herbes.

La culture associée, basée sur le principe des plantes compagnes, fait partie des bases du jardinage biologique. De l'observation des jardiniers, mais également de celle des botanistes, a été établi le constat suivant : les plantes s'influencent réciproquement. Arrêtons-nous donc quelques instants sur le pouvoir des plantes et sur l'utilité de ce savoir pour le jardinier.

Le pouvoir des plantes

Bénéfique : des oeillets d'Inde au potager

Une plante dite « compagne » est une fleur, un légume ou bien encore une aromatique qui va favoriser ou perturber le développement de ses voisines par sa capacité à stimuler leur croissance ou au contraire à l'inhiber, à mettre en fuite certains prédateurs ou bien encore à attirer des auxiliaires. Si quelques-unes de ces réactions s'expliquent par les substances qu'émettent certains végétaux (odeurs, gaz, acides...), bien d'autres restent des mystères. On peut cependant affirmer, sans s'attirer les foudres du milieu scientifique, que la diversité dans un jardin est source de perturbations pour les parasites et prédateurs en tout genre qui ont alors bien du mal à s'y retrouver. N'hésitez donc pas à varier vos plantations et à faire vos propres expériences !

En pratique

Pratiquer les cultures associées consiste à mettre une plante « bénéfique » à proximité d'une plante « potentiellement en danger ». La mise en proximité peut s'organiser dans le potager ou le jardin de diverses façons :

Potager en carré

- Dans un potager « classique », organisez les cultures en lignes plutôt qu'en planches, en faisant succéder des rangs de légumes différents
- Intercalez différents plants de légumes (ou de fleurs) sur une même ligne.
- Réalisez un potager en carré ; les légumes y sont naturellement variés et très rapprochés les uns des autres.
- Fleurissez à tout va les bordures du potager et les espaces libres du jardin, avec diverses plantes mellifères et aromatiques
- Plantez ou semez aux pieds des arbres et des arbustes.

Fleurs et aromatiques

Les associations les plus anciennes, et que personne ne conteste, sont celles des légumes avec les fleurs. Parmi celles-ci, les plus connues et les plus utilisées sont bien sûr l'œillet d'Inde et le souci. Les racines de ces deux plantes sécrètent une substance nématocide (qui tue les nématodes) et insecticide, tandis que l'odeur des feuilles de l'œillet d'Inde repousse aleurodes, altises et pucerons et que les fleurs de soucis attirent les syrphes, aux larves mangeuses de pucerons.

Aneth

Autres plantes compagnes incontournables : les aromatiques. Les essences qu'elles libèrent ont un fort pouvoir répulsif vis-à-vis de nombreux insectes parasites et viennent se mêler aux odeurs attractives des légumes « garde-manger ». De quoi faire tourner en rond bon nombre de pucerons et autres fourmis.

Parmi les aromatiques compagnes, la famille des ombellifères ou Apiacées (très appréciées des auxiliaires butineurs) est bien représentée. On citera en exemple l'aneth, bon répulsif contre les pucerons, mais également stimulateur de croissance pour les concombres ou encore la coriandre qui éloigne la mouche de la carotte.

La liste des bonnes fleurs est longue : sauge, armoise, basilic, lavande, mélisse, rue...faites votre choix !

Le compagnonnage des légumes

Moins connue que l'association légumes-fleurs, il y a l'association légumes-légumes. La famille la plus réputée en tant que répulsif est celle des alliées (ail, oignon, ciboulette), dont l'odeur a tendance à éloigner de nombreux parasites. Leur est également attribué le pouvoir de protéger les fraises de la pourriture grise et les tomates et les pommes de terre du mildiou. L'ail et l'oignon agiraient aussi contre la cloque du pêcher et la ciboulette protégerait les pommiers de la tavelure et des chancres. Voici donc des promesses intéressantes à vérifier !

Mais les associations les plus étonnantes restent celles où il y a échanges réciproques : c'est le cas entre la carotte et le poireau (la carotte met en fuite la mouche du poireau tandis que le poireau éloigne la mouche de la carotte) ou bien encore entre le céleri et le chou ; en effet, si la chenille de la piéride du chou n'apprécie guère l'odeur du céleri, le chou quant à lui protégerait le céleri de la maladie des taches brunes. En plus de cela, il semble que leur association leur permette de mieux profiter des nutriments disponibles dans le sol et par conséquent de mieux se développer.

Propriétés des plantes

En plus, certaines plantes ont la propriété d'attirer sur elle les nuisibles. Ainsi, le *Solanum nigrum* (ou morelle noire) attire les doryphores et s'avère toxique pour leurs larves (au grand bénéfice de la patate !).

La capucine attire les pucerons jusqu'à s'en couvrir entièrement.

Et inversement, les plantes aromatiques peuvent protéger vos cultures ornementales, comme la ciboulette qui, plantée à côté des rosiers empêcherait les attaques d'oidium et de taches noires. Les oeilletons d'inde et le ricin attirent à eux les insectes du sol, au rang desquels les fâcheux nématodes... N'hésitez donc pas à planter quelques pieds fleuris au milieu du potager : c'est esthétique, et cela protégera vos futures récoltes !

Ce ne sont bien sûr que quelques exemples parmi d'autres ; pour plus de conseils sur les associations favorables ou défavorables dans le potager.

A savoir

- Les légumes de la famille des liliacées et ceux de la famille des légumineuses ne s'aiment pas
- La carotte ne s'aime pas elle-même, de même que le chou n'aime pas les autres membres de sa famille (les crucifères)
- Peu de légumes aiment le cresson, hormis les fraisiers, les tomates et les radis.

Plantes aromatiques aux pieds des haricots

Associations de légumes : bonnes et mauvaises

Découvrez ci-dessous quelques associations favorables ou défavorables parmi les plus connues. Jusqu'à 1 m, ces plantes se font du bien ou... il faut éviter de les associer à tout prix ! Quels légumes peut-on planter ou semer côte à côte sans problème, demandez-vous fréquemment. Est-il vrai que certaines plantes se protègent mutuellement des maladies ?

O U I

N O N

Ail	<u>carotte</u> , <u>fraisier</u> , <u>tomate</u>	<u>pois</u> , haricot, chou
Asperge	<u>persil</u> , <u>tomate</u>	<u>oignon</u>
Aubergine	<u>estragon</u> , pois, <u>thym</u>	-
Betterave	<u>choux</u> , <u>céleri</u> , <u>laitues</u> , <u>oignons</u>	<u>haricots grimpants</u>
Brocoli	<u>fève</u> , <u>céleri</u> , <u>camomille</u> , <u>aneth</u> , <u>menthe</u> , <u>capucine</u> , <u>oignon</u> , <u>origan</u> , <u>pomme de terre</u> , <u>sauge</u> , <u>romarin</u>	<u>laitue</u> , <u>fraise</u> , <u>tomate</u>
Chou de Bruxelles	<u>fève</u> , <u>céleri</u> , <u>aneth</u> , <u>hysope</u> , <u>menthe</u> , <u>capucine</u> , <u>pomme de terre</u> , <u>sauge</u> , <u>romarin</u>	<u>fraise</u>
Chou	<u>fève</u> , <u>betterave</u> , <u>céleri</u> , <u>camomille</u> , <u>aneth</u> , <u>hysope</u> , <u>menthe</u> , <u>capucine</u> , <u>oignon</u> , <u>origan</u> , <u>pomme de terre</u> , <u>sauge</u> , <u>romarin</u>	<u>vigne</u> , <u>fraise</u> , <u>tomate</u>
Carotte	<u>fève</u> , <u>échalote</u> , <u>poireau</u> , <u>oignon</u> , <u>pois</u> , <u>radis</u> , <u>romarin</u> , <u>sauge</u> , <u>tomate</u>	<u>aneth</u>
Chou-fleur	<u>aneth</u> , <u>fève</u> , <u>betterave</u> , <u>camomille</u> , <u>capucine</u> , <u>céleri</u> , <u>hysope</u> , <u>menthe</u> , <u>oignon</u> , <u>origan</u> , <u>pomme de terre</u> , <u>sauge</u> , <u>romarin</u>	<u>fraise</u> , <u>tomate</u>
Céleri	<u>fève</u> , <u>choux</u> , <u>poireau</u> , <u>oignon</u> , <u>tomate</u>	<u>laitue</u> , <u>persil</u>
Citrouille	<u>fève</u> , <u>maïs</u> , <u>menthe</u> , <u>capucine</u> , <u>radis</u>	<u>pomme de terre</u>
Concombre	<u>fève</u> , <u>brocoli</u> , <u>céleri</u> , <u>laitue</u> , <u>pois</u> , <u>radis</u> , <u>tomate</u>	<u>rue</u> , <u>sauge</u>
Courge	<u>fève</u> , <u>maïs</u> , <u>menthe</u> , <u>capucine</u> , <u>radis</u>	<u>pomme de terre</u>
Épinard	<u>aubergine</u> , <u>chou</u> , <u>céleri</u> , <u>oignon</u> , <u>pois</u> , <u>fraise</u>	-
Fève et haricot	<u>betteraves</u> , <u>bourrache</u> , <u>choux</u> , <u>carotte</u> , <u>chou-fleur</u> , <u>maïs</u> , <u>oeillet d'Inde</u> , <u>courge</u> , <u>fraise</u> , <u>tomate</u>	<u>ciboulette</u> , <u>fenouil</u> , <u>ail</u> , <u>poireau</u>
Laitue	<u>betterave</u> , <u>chou</u> , <u>trèfle</u> , <u>pois</u> , <u>radis</u> , <u>fraise</u>	-

Melon	maïs, tournesol	-
Oignon	betterave, chou, carotte, laitue, pomme de terre, <u>fraise</u> , tomate	fève, haricot, pois
Piment	<u>basilic</u> , carotte, <u>marjolaine</u> , oignons, origan	fenouil
Poireau	carotte, céleri	betterave, chou, fève <u>haricot</u> , brocoli
Pois	<u>asperge</u> , <u>aubergine</u> , <u>carotte</u> , céleri, <u>concombres</u> , laitue, radis, <u>épinard</u> , tomate, haricots, <u>navets</u>	-
Pommes de terre	<u>ail</u> , haricot, pois, fève, chou, maïs, laitue, <u>oignon</u> , <u>pétunia</u> , oeillet d'Inde, radis, potiron, courgettes	pomme, citrouille, tomate
Radis	<u>fève</u> , chou, chou-fleur, concombre, laitue, pois, <u>courge</u> , tomate	vigne, hysope
Tomates	<u>asperge</u> , <u>basilic</u> , carotte, oignon, <u>persil</u> , pois, <u>sauge</u> , poireaux, radis	<u>fenouil</u> , pomme de terre, chou

Le choix des légumes

On a toujours tendance à penser que nos légumes sont délicats, et à être sur leur dos en permanence, du semis à la récolte, pour s'assurer que leur développement se passe sans encombre

Seront donc vos alliés :

les légumes « résistants », c'est-à-dire ceux qui acceptent quelques négligences (pommes de terre, courges, haricots...),

les légumes perpétuels et ceux qui se ressèment ou se multiplient spontanément (bettes, amarantes, topinambours...),

les sobres (ails, oignons, aromatiques...), en choisissant toujours des variétés « de saison », adaptées aux températures du moment et qui ne demandent pas de protections particulières contre le froid ou le chaud (lire : Oignon, les principales variétés).

Des légumes qui poussent vite

Pour une récolte rapide, voici quelques légumes dont vous pourrez profiter après seulement 3 semaines à trois mois de culture dans le potager ! Découvrez ces légumes à croissance rapide... Pourquoi choisir des légumes qui poussent vite ?

Le jardinier est patient. **Semis, repiquage**, récolte... Il fait son travail au rythme des saisons et il sait qu'il ne sert à rien de vouloir aller plus vite que la musique. Seulement, voilà : quand on a de **petits jardiniers en herbe peu patients** qui veulent s'essayer aux semis (lire : **Mini potager pour les enfants**), quand les **vacances** tant attendues viennent s'immiscer dans le calendrier des récoltes, quand la **taille du potager est restreinte** et que la **rotation des cultures** doit être

rapide si l'on veut produire tous les légumes qui nous font envie, ou quand la **saison propice au jardinage est réduite** pour cause de **climat** un petit peu trop rude, on a tout intérêt à cultiver des légumes qui produisent vite !

Quels sont les légumes à croissance rapide ?

Les légumes feuilles dont on cueille les jeunes pousses au fur et à mesure des besoins, feuille après feuille (en prenant soin de ne cueillir que les feuilles extérieures), pour manger en salade : feuille de chêne, roquette, épinard, blette, cerfeuil, mais aussi navet, betterave pour leurs jeunes feuilles...

Pensez aussi aux variétés hâtives (précoces). Elles atteignent leur stade de maturité avant les autres variétés dites de saison (cycle végétatif court). Ainsi une carotte hâtive comme 'Marché de Paris', peut être récoltée 2 mois et demi plus tard pour une consommation en frais alors qu'il faut patienter entre 5 à 6 mois pour les carottes de conservation. Radis ('18 jours', 'Hélios'), navets ('Jaune Petrowski', 'Précoce de Croissy'), laitues ('Red salad Bowl', 'Reine de mai'), pois ('Très hâtif d'Annonay'), tomates ('Reine des hâtives', 'Sacha Altaï'), ont également leurs variétés hâtives.

Les légumes en plants, plus rapide que les semis !

Pour raccourcir le temps d'occupation du sol par un légume, raccourcissez son temps de culture ; ne semez plus en place mais achetez des plants, prêts à planter.

De cette façon vous pouvez espérer récolter les premiers choux après 2 ou 3 mois de culture, selon les variétés (choux de Bruxelles, chou-fleur ou brocoli...). Pensez également aux plants de tomates, cucurbitacées, aubergines, salades en plants...

Récolte trois semaines après les semis

Cresson alénois : la récolte des jeunes pousses peut intervenir au bout de 3 semaines (un peu plus pour des feuilles plus développées).

Radis : les variétés les plus hâtives se récoltent au bout de 3 semaines ('Radis de 18 jours') à 1 mois ('Saxa', 'Helios'/Petit radis jaune hâtif').

Récolte 1 à 2 mois après les semis

Radis de tous les mois (4 à 6 semaines) et radis d'été et d'automne (6 à 8 semaines).

Laitues à couper, que l'on retrouve dans les mescluns : 'Red Salad Bowl', 'Feuille de chêne' rouge ou verte, 'Lollo Rossa'...

Laitue romaine, pour une plantation en été ou en automne

Les jeunes feuilles d'amarante, de moutarde de chine, de roquette, d'épinard se récoltent également rapidement, au fur et à mesure des besoins pour accompagner d'autres salades.

Navet 'Jaune Petrowski' et 'Précoce de Croissy' font partie des navets les plus précoces.

Haricot à filet nain : les premières gousses des variétés les plus précoces comme 'Liberte', 'Triomphe de Farcy', 'Oxinel'... Comptez environ 50 jours de culture. Attention, la récolte peut s'étendre sur plus de 4 mois.

Courgettes précoces : 'Genovese', 'Jaune à col Crookneck', 'Verte de Milan'.

À noter la récolte des premières tomates cultivées à partir de plants, en région chaude.

Pour une récolte 2 à 3 mois après les semis

Laitues pommées de printemps, d'été ou d'automne (lire : Laitue : quelles variétés choisir ?).

Aneth, cerfeuil, cresson des jardins, origan, persil, épinard, bette (poirée) : à ramasser feuille à feuille.

Chou de chine ('Pe tsai', 'Pak choi...') et les choux-raves hâtifs dans de bonnes conditions de culture ('Azur star', 'Lanro'...). À noter également : la récolte de la première tête des variétés de choux brocolis précoces ('Calinaro') démarre environ 50 jours après la plantation, pour une culture à partir de plants.

Pois hâtifs et demi-hâtifs, ainsi que les pois asperges.

Haricots mangetout : certaines variétés naines sont plus précoces que d'autres (entre 60 et 80 jours de culture). Parmi les plus précoces : 'Contender' (nain), 'Reine des pourpres' (nain), 'Fortex' (à rames). Attention, la récolte peut s'étendre sur plus de 4 mois.

Courgette, pâtisson, et certaines courges : 'courge spaghetti', 'Gold Nugget', 'Pomme d'or' si on la consomme jeune, 'Royal Acorn'...

Tomates très précoces à précoces : 'Miel du Mexique', 'Brandywine'... (lire : Tomates : les meilleures variétés).

Carottes très précoces ou primeurs* : elles peuvent être récoltées 75 jours (délai minimum) après le semis ('Bellot', 'Demi longue de Danvers', 'Marché de Paris'...).

Navet : variétés de printemps et d'été ('De Milan à collet rose', Rouge plat hâtif à feuille entière'...).

Pommes de terre précoces : 'Amandine', 'Apollo', Belle de Fontenay', 'Sirtema'...

À noter également la récolte des premiers choux-fleurs et des feuilles d'oseille, lors d'une culture à partir de plants.

Pour une récolte 3 mois après les semis

Chicorées frisées, scaroles, mâches et ciboule (après semis ou division),

Fèves : les premières fèves peuvent être récoltées dès 3 mois de culture, notamment sous un climat doux.

Cornichons, concombre : la récolte peut commencer au bout de trois mois de culture (temps divisé par deux avec l'achat de plants) mais dure plus de deux mois.

Pois demi-hâtifs à demi-tardifs : 'Plein le panier', 'Roi des conserves'...

Certaines variétés de courges : 'Buttercup', 'Giraumon Galeux d'Eysine', 'Ebony', 'Jack Be Little'...

Tomates : variétés précoces et de mi-saison ('Rose de Berne', 'Noire de Crimée'...).

Carottes précoces : 'De Carentan', 'Rouge sang'...

Fenouil bulbeux : 'Précoce d'été'.

Courge 'Giraumon Galeux d'Eysines'

Les légumes vivaces

En place pour plusieurs années, certains légumes se récoltent de manière quasi instantanée : chou perpétuel de Daubenton, du poireau perpétuel ou de la livèche est quasi instantanée !

Les légumes perpétuels

|

Economiques et sans histoires, les légumes perpétuels cumulent les avantages des plantes vivaces. Ils restent en place d'une année sur l'autre au potager et assurent des récoltes régulières avec un minimum de soins. Découvrez comment les cultiver, et donnez-leur la place qu'ils méritent !

Des légumes qui durent

Les légumes dits « perpétuels » restent en place dans le potager durant plusieurs années, sans que le jardinier n'ait à intervenir (ou presque !). Pas la peine, donc, d'acheter des plants ou des semences chaque année : voilà une économie qui ne peut laisser le jardinier indifférent (lire aussi : Jardiner sans se ruiner) ! Il existe deux sortes de légumes perpétuels :

Les plantes vivaces et rustiques, dont le cycle de vie s'étale sur plusieurs années, supportant les rigueurs hivernales comme les chaleurs et sécheresses estivales.

Les plantes qui se multiplient par leurs bulbes, tubercules ou semis spontanés.

Selon les légumes cultivés, le pied produit pendant 5 à 10 ans. Beaucoup de légumes perpétuels sont proches des espèces sauvages ; rustiques, ils résistent bien aux maladies et aux parasites. Mais attention : certains sont tellement peu exigeants qu'une fois installés, ils ont tendance à proliférer un peu trop dans le jardin. Le cas du topinambour est classique mais il y en a d'autres : raifort, livèche, ail des ours...

Les légumes perpétuels sont des plantes relativement simples à cultiver. A condition de soigner leur plantation, et une fois leur reprise assurée, ces légumes assurent des récoltes généreuses chaque année sans intervention importante de la part du jardinier. Tous les travaux de préparation du sol, de semis, de plantation, de repiquage... que le jardinier est habitué à répéter inlassablement pour les autres légumes sont ici obsolètes.

Mais attention, les légumes perpétuels ne sont pas des plantes magiques. Leur culture est facile mais il ne faut pas négliger leurs besoins. Chaque espèce nécessite des conditions de culture adaptées : certaines apprécient par exemple plutôt les sols lourds et humides tandis que d'autres préfèrent les terrains pauvres et secs. Renseignez-vous donc au préalable. Les éventuels amendements, arrosages, tailles ou paillages seront ensuite adaptés au cas par cas.

Les légumes perpétuels vont rester implantés longtemps au même endroit dans votre jardin. Si nécessaire, apportez du compost. Par la suite, un paillage combiné à un compost de surface apportera de quoi nourrir sol et plantes au fil du temps.

Pour finir, laissez-leur suffisamment de place pour se développer, et organisez votre jardin en prenant en compte leur développement adulte. Au bout de quelques années, les pieds de la plupart des vivaces s'épuisent. Pensez donc à les diviser pour les renouveler.

(les ocas du Pérou ne supportent pas l'ombre des plantes alentours, la **ciboule** fait du tort au **légumineuses**...). Il est donc recommandé de les regrouper dans un coin du potager pour constituer un « jardin perpétuel ».

Qui sont-ils ?

Pour beaucoup, les légumes perpétuels sont des légumes oubliés, originaux, aux saveurs étonnantes. Voici une liste comprenant les plus rustiques (une vivace peut se comporter en annuelle lorsqu'elle n'est pas cultivée sous un climat qui lui est propice).

Les vivaces

Le céleri perpétuel – Livèche (herbe à Maggi)

- C'est une plante condimentaire dont les feuilles ont la saveur du céleri. Elles disparaissent durant l'hiver. Les feuilles les plus jeunes sont les plus douces. La livèche peut rester en place de nombreuses années.

- Le chou perpétuel de Daubenton

- Ce chou ne fait pas de pomme. Ses feuilles sont cueillies toute l'année (hors période estivale). Plus vous récoltez les jeunes pousses, plus le pied devient productif. Il peut rester en place 5 à 7 ans. Attention : le chou perpétuel peut parfois être malmené lors des hivers rigoureux.

- L'oignon rocambole

- On en consomme les bulbilles aériens récoltés durant l'été. Ils se conservent tout l'hiver, comme les bulbes des oignons classiques. L'oignon rocambole peut rester en place 4 à 5 ans. Pour le multiplier, plantez (ou laissez tomber au sol) les bulbilles ou divisez la touffe. À tester également : l'ail rocambole, qui se cultive de la même façon. Bonus : l'ail et l'oignon rocambole sont aussi de très belles plantes.

- L'oseille

- Au fur et à mesure que les feuilles sont récoltées, de nouvelles poussent. Il est donc recommandé d'en cueillir régulièrement, même si vous n'en avez pas besoin. Le feuillage disparaît lorsque les températures deviennent trop froides, sauf si vous protégez la plante d'un

châssis. Divisez le pied au bout de 4 ans pour qu'il ne s'épuise pas. À tester également : l'oseille-épinard (épinard perpétuel), moins acide, qui se cultive de la même façon.

-
- Le poireau perpétuel
- Ce sont uniquement les feuilles que l'on récolte sur le poireau perpétuel. Elles sont essentiellement utilisées comme herbes aromatiques. Le poireau perpétuel peut rester en place de nombreuses années. Lorsque la touffe devient très dense, multipliez-le en le divisant et en replantant les bulbilles.

- La rhubarbe
- Très ornementale, la rhubarbe est une habituée des jardins. Les pétioles sont coupés de mai à juin, puis au début de l'automne. La rhubarbe peut rester en place plus de 10 ans : veillez à supprimer les hampes florales dès leur apparition.

Et aussi : l'ail des ours, l'artichaut, le chénopode Bon-Henri, l'épinard perpétuel (ou oseille-épinard), la ciboule de Saint-Jacques (échalote perpétuelle), la plante-huître, le basilic perpétuel...

Tubercules

Ces légumes ne sont pas perpétuels à proprement parler puisque c'est la racine (tubercule) qui est consommée. Mais ils se multiplient tout seuls, en oubliant, par-ci par-là, quelques tubercules lors de la récolte.

Connaissez-vous la capucine tubéreuse ? Elle se cultive et se consomme comme la pomme de terre. Son tubercule est considéré comme l'un des plus fins du potager. Le feuillage volubile a besoin d'être tuteuré, de même qu'il est nécessaire de butter les plants lorsqu'ils atteignent 15 cm de haut. Bonus : les fleurs sont très décoratives.

À tenter également : les crosnes, le raifort, le topinambour, mais aussi, sous un climat tempéré à chaud : les ocas du Pérou, la poire de terre cochet et le souchet comestible.

Annuelles et bisannuelles

Certaines annuelles ou bisannuelles se ressemment toutes seules, très facilement et peuvent donc être considérées comme des légumes perpétuels. C'est le cas de l'amarante, l'arroche, la bette, la claytone de Cuba et la tétragone cornue dont on consomme les feuilles et/ou les tiges.

Cultiver les trois sœurs : maïs, haricots, courges

La culture dite des trois sœurs consiste à rapprocher maïs, haricots et courges au potager. Cette association assure des effets bénéfiques importants et meilleure productivité...

La mise en place de cette technique de culture est très simple. Le **maïs**, les **haricots** et les **courges** sont des plantes qui ont besoin de chaleur. Attendez que la terre soit bien réchauffée et que les dernières gelées soient passées (mai).

- Formez des buttes aplaties d'environ 25 cm, espacées de 50 cm en tous sens
- Semez des graines de maïs en poquets (environ 3) au sommet de chaque butte
- 10 jours après la germination, ne conservez que la pousse la plus vigoureuse de chaque butte et éliminez les autres
- Lorsque les plants de maïs atteignent environ 15 centimètres, semez 3 graines de haricots rame autour de chaque plant
- Une semaine plus tard, semez les courges au pied des buttes
- Laissez les 3 plantes sœurs pousser ensemble en attendant la récolte...

Les bénéfices de la culture des trois sœurs

Le maïs, les haricots et les courges sont des plantes complémentaires. Cultivées ensemble, elles s'entraident et s'apportent mutuellement des effets bénéfiques. On parle de plantes "compagnes".

- Comme toutes les plantes de la famille des **légumineuses**, les **racines des haricots produisent de l'azote** grâce à une symbiose avec des bactéries. Les courges et le maïs profitent directement de cette **fertilisation du sol**

- Les tiges du maïs servent de tuteur aux haricots grimpants
- L'association de ces trois cultures permet d'**optimiser l'espace dans le potager** (gains de place)
- Le feuillage dense des courges crée un environnement favorable au niveau du sol : il **empêche la prolifération des mauvaises herbes**, il garde la fraîcheur et l'humidité pendant les périodes de chaleur, ce qui permet de **limiter les besoins en arrosage**, il protège le sol des pluies battantes qui lessivent les éléments fertiles. Enfin, les tiges épineuses des courges empêchent également les éventuels prédateurs herbivores de commettre des dégâts sur les cultures.

Une technique de culture ancestrale

Ce mode de culture 'des trois sœurs' est **un héritage agricole des ethnies amérindiennes d'Amérique du Nord et d'Amérique centrale**, qui l'associaient à une trilogie divine. Le peuple Maya en serait à l'origine. Traditionnellement, le maïs, les haricots grimpants et les courges sont les légumes de base de l'alimentation des indiens.

Au Mexique, on observe **un renouveau de cette technique appelée aujourd'hui « milpa »**, qui permet d'obtenir de bons rendements en limitant fortement l'utilisation des produits agrochimiques.

Mais on en trouve également des variantes dans d'autres régions du globe. En Chine, sur les contreforts de l'Himalaya, l'ethnie matriarcale Moso cultive les Trois sœurs de la même façon.

Dans le Sud Ouest de la France, on cultive depuis longtemps le haricot Tarbais avec le maïs. Ces « haricots-maïs » sont d'ailleurs réputés pour leur qualité et leur finesse.

Modèles de rotation des cultures au potager

La mise en place de la rotation des cultures au potager est une étape importante dans le jardinage biologique mais peut vite se transformer en casse-tête. Voici donc quelques modèles qui devraient vous faciliter le travail, ou du moins, la réflexion. Vous n'avez plus qu'à vous armer d'un carnet et d'un stylo !

Pourquoi organiser la rotation des cultures au potager ?

La rotation des cultures consiste à ne jamais cultiver deux années de suite une plante au même endroit. Deux raisons essentielles à cela :

Ne pas appauvrir le sol

... et gérer les apports de **compost** ou d'**engrais**.

- Certains légumes ont de **gros besoins en nutriments (courges, choux...)** contrairement à d'autres qui se satisfont de peu (**oignons, radis...**), ou ceux qui ont des besoins bien spécifiques (**légumes feuilles** gourmands en azote) ;

- Suivant le **système racinaire des légumes** (les racines des légumes feuilles sont superficielles, contrairement à celles des **légumes racines**), les nutriments sont puisés à des profondeurs variables.

Limiter la propagation des maladies ou des ravageurs

Les plantes d'une même famille botanique ont très souvent des « ennemis » qui leur sont propres.

Modèle simplifié de rotation des cultures

Deux principes à retenir : un cycle de 4 ans et 4 catégories de légumes.

Un cycle de 4 ans

Si certains légumes peuvent supporter de revenir tous les deux ans au même endroit (**laitues, radis d'été, haricots..**) car peu épuisants pour le sol ou appartenant à une famille peu sensible aux maladies et ravageurs, **la plupart demandent un délai de 3 à 4 ans**. Pour simplifier l'organisation du potager, on organise donc la rotation sur 4 ans.

4 catégories de légumes

Pour tenir compte de l'ensemble de ces contraintes (légumes plus ou moins gourmands, système racinaire, familles botaniques), et pour faire le plus simple possible, il est d'usage de classer les légumes de la façon suivante : **légumes fruits, légumes racines, légumes feuilles et légumes graines**.

Mise en place

Après avoir sélectionné les légumes que vous souhaitez cultiver, **dessinez votre jardin et divisez-le en 4 parcelles**. Installez :

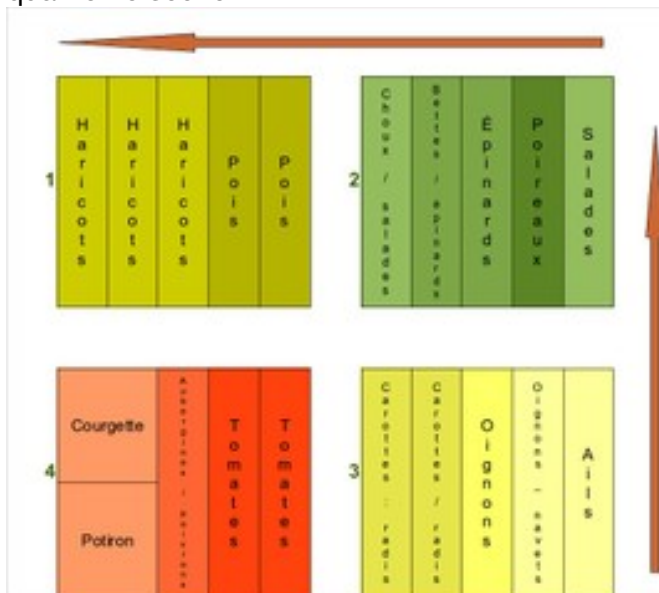
- Dans la première section : les plantes « améliorantes » (à savoir les légumes **graines** ou légumineuses)

- Dans la 2e section : les légumes feuilles qui bénéficieront de l'azote apporté par les **légumineuses**

- Dans la 3e : les légumes racines (et bulbes) qui iront chercher les éléments nutritifs en profondeur

- Dans la 4e : les légumes fruits (gourmands) qui bénéficieront d'un apport de **compost mûr**.

L'année suivante, les cultures de la section 4 se feront sur la section 3, celles de la section 3 sur la section 2, celles de la 2 sur la 1 et enfin, les cultures de la section 1 se retrouveront sur la quatrième section.



Rotation des cultures au potager - modèle simplifié

NB : Les **pommes de terre** peuvent être cultivées sur la parcelle 3 en effectuant un apport de compost conséquent.

Quelques inconvénients à ce schéma : les surfaces réservées à chaque catégories sont de la même superficie, et cette disposition limite les possibilités de cultures associées.

Modèle de rotation pour cultures associées

Un cycle de 4 ans

Comme précédemment, le cycle se fait sur 4 ans.

4 groupes de légumes selon leurs besoins en compost

Le compost est, pour le jardinier bio, le garant du maintien de la richesse du sol. Quatre catégories de légumes sont définies :

- Les légumes demandant un apport important de compost (tomates, courges, choux, poireaux...),
- Les légumes **moins gourmands** (**carottes, panais, poirées...**),
- Les légumes qui se contentent de **presque rien** (**ail, oignons, radis...**)
- Les plantes « **améliorantes** » (**engrais verts, haricots, pois...**).

La culture associée

Le potager est organisé en succession de bandes de culture. Les légumes y sont cultivés en lignes.

Les **associations favorables** les plus connues sont : carottes/oignons ; céleris/choux ; haricot/tomate ; salade/choux ou radis...

Les **associations défavorables** réputées sont : liliacées/légumineuses ; liliacées/choux ; choux/choux...

>> Lire : [Plantes compagnes](#)

Mise en place

La rotation peut s'organiser, ici, de deux façons :

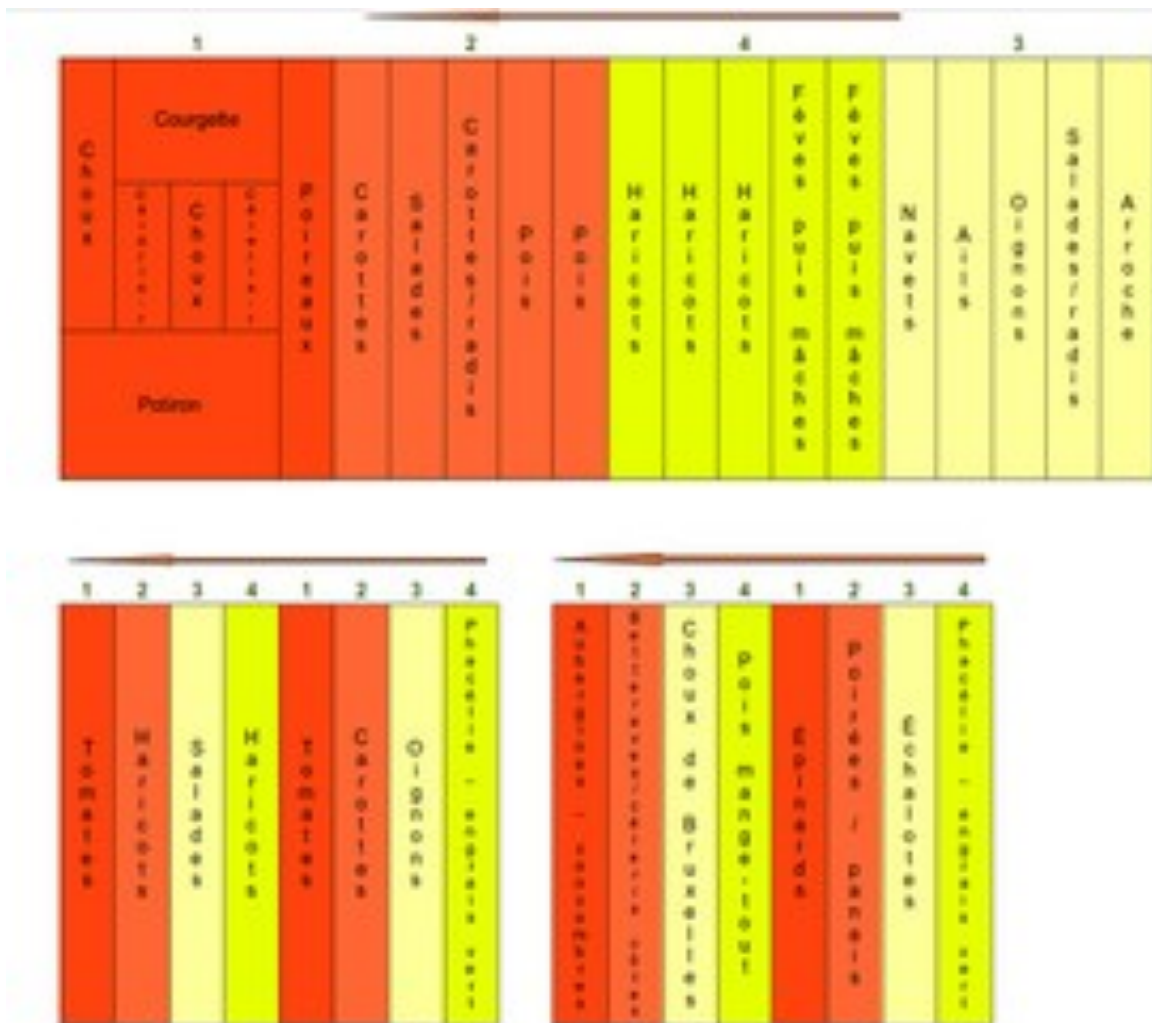
- Une **division du potager en 4 sections**, à l'intérieur desquelles les lignes de cultures sont organisées de façon à favoriser les bons voisinages ;
- Des séquences de 4 lignes de cultures.

La **première année**, installez dans la première section (ou la première ligne) les légumes demandant un apport important, dans la deuxième section (ou la deuxième ligne) les légumes moins gourmands, dans la troisième section (ou la troisième ligne) ceux qui ne demandent rien et dans la dernière section (ou la dernière ligne), les plantes « améliorantes ».

NB : les légumineuses sont intéressantes en fin de cycle (azote + **humus** issu des **déchets de culture**) ou avant la culture des légumes feuilles (azote).

La **deuxième année**, les cultures de la section/ligne 4 se feront sur la section/ligne 3, celles de la section/ligne 3 sur la section/ligne 2, celles de la 2 sur la 1 et enfin, les cultures de la section/ligne 1 se retrouveront sur la quatrième section/ligne.

NB : La catégorie des haricots comprend des verts et des **blancs (haricots secs)**.



Rotation des cultures au potager - Modèle pour cultures associées

Semer les capucines

Sous nos latitudes, la capucine est considérée comme une annuelle, et se sème habituellement de février à mai pour une floraison de juin à octobre. En la semant dès le mois de novembre, sous châssis ou dans la serre, vous pouvez prendre l'avance sur la floraison...

Principe du semis

La **capucine** (*tropaeolum spp.*) est cette grimpante volubile, à la floraison généreuse et colorée qui en fait une vedette des jardins.

L'habitude veut que son **semis s'effectue sous abri** à la fin de l'hiver (février/mars), ou directement en pleine terre, d'avril à mai. Mais il faut alors attendre la germination, la levée, le temps que le pied forcisse... ce qui conduit à n'avoir les premières fleurs qu'en juin, voire juillet. Si vous disposez d'une serre, voire simplement d'un petit châssis, il est possible de semer à l'automne.



de

Comment semer les capucines ?

Les graines étant très grosse et dures, faites les tremper une nuit dans un verre d'eau. La peau ramollie, elles germeront plus facilement. **Semez-les dans une terrine** ou dans des godets individuels, dans un terreau léger, à une profondeur de 2 cm.

Arrosez généreusement et placez sous serre ou châssis, à l'abri du gel et à la lumière.

Veillez à arroser régulièrement; aérez la serre de temps à autres pour éviter la propagation des maladies.

Rempotage des capucines et mise en place

Lorsque les pieds de capucine atteignent des proportions suffisantes, rempotez-les dans des pots plus importants, dans lesquels ils patienteront jusqu'aux dernières gelées.

Ce n'est qu'alors que vous pourrez installer vos capucines à l'extérieur :

- en pleine terre au pied d'une **treille** pour les variétés grimpantes,
- en pleine terre à l'avant d'un massif pour les variétés naines,
- dans une jardinière ou un grand pot si vous souhaitez décorer un balcon ou une

terrasse.

Les pieds déjà bien venus s'installeront sans problème; la floraison sera plus précoce et du coup, vous en profiterez plus longtemps !

PS: veillez aux **pucerons**; les capucines les attirent systématiquement...

La culture des courges

Les courges sont particulièrement en vogue aujourd'hui. Elles constituent une immense famille, en de multiples combinaisons de couleur, forme et taille. Si leur emploi en décoration est fréquent, on peut aussi les déguster!

Une grande famille!

Les courges font partie de la **famille des cucurbitacées**, qui rassemble aussi potirons, **pâtissons, concombres, melons**, gourdes...

Deux genres coexistent sous nos latitudes: *Cucurbita* et *Lagenaria*, auquel appartiennent les gourdes si chères aux pèlerins de Saint-Jacques de Compostelle, qui les évidaient pour y conserver leur eau...

Semis

Les courges sont obtenues par **semis**.

Si vous habitez une région fraîche, semez de préférence vers la **mi-avril** 2 à 3 graines dans des godets en tourbe remplis de **terreau**. La germination intervient au bout d'une semaine; vous ne conserverez que le plus beau plant, qui sera repiqué vers la fin du mois.

En région plus chaude ou au soleil, on peut **semier début mai** en pleine terre. Creusez des trous d'environ 20cm de profondeur, bien espacés (entre 1 et 2m selon les variétés), remplis de terreau mélangé à du **compost**. Si un risque de gelée existe, n'hésitez pas à placer un **tunnel** de protection, car le gel serait fatal.

Conseils de culture

Pour se développer correctement, **les courges ont besoin de beaucoup de place**, d'une chaleur apportée par une exposition ensoleillée et de beaucoup de nourriture apportée par la fumure.

Si toutes les conditions sont réunies, leur développement est spectaculaire! Au point qu'il est conseillé de pratiquer...

- une première taille au dessus des 2 premières feuilles (ce qui provoque la ramification),
- une deuxième sur chaque nouvelle tige au-delà de 5 feuilles,

- puis lorsque les fruits sont bien établis de raccourcir les extrémités de chaque tige à quelques feuilles après le dernier fruit.

Entretien et récolte

En plein été, les courges peuvent nécessiter un peu d'arrosage.

Si l'herbe prolifère, n'hésitez pas à jeter sur le sol les déchets de tonte, qui conserveront la fraîcheur.

En septembre, les fruits ont atteint leur taille finale. A la fin de l'été, le feuillage jaunit, les queues (pédoncules) sèchent et de l'**oïdium** (taches blanches sur les feuilles) apparaît. Il ne reste plus qu'à attendre le plus tard possible, avant les premières gelées cependant, pour effectuer la récolte...

Un potager sans entretien

Vous manquez de temps ou vos disponibilités sont irrégulières, vous débutez en jardinage, ou vous voulez tout simplement profiter de vos légumes sans vous casser la tête ? Un potager sans entretien ou si peu, c'est possible ! Astuces pour un potager productif sans y consacrer trop de temps...

Potager sans entretien : limiter les interventions qui prennent du temps

Pour obtenir un potager sans entretien, il faut le rendre autonome. La meilleure façon d'obtenir cela (ou de s'en approcher au plus près) c'est de laisser travailler la nature à votre place le plus possible, et de réduire au minimum les interventions du jardinier qui prennent du temps dans la conduite d'un potager classique. À savoir :

L'arrosage : avoir vu ses parents aller arroser le potager tous les soirs ou presque, d'avril à septembre, pour répondre aux besoins en eau des légumes, a de quoi faire reculer quelques vocations naissantes de jardiniers !

Le désherbage : si l'adage « un binage vaut deux arrosages » permet d'économiser quelques arrosoirs, il n'économise pas la peine du jardinier. Les mauvaises herbes sont inépuisables et le passage de la sarcellette ou de la binette se doit d'être régulier pour les contenir (lire : Désherbage manuel).

La lutte contre les maladies et ravageurs : cela peut devenir un vrai casse-tête dès les premiers semis avec l'arrivée des limaces, et un peu plus tard avec les pucerons, ou lorsque le temps devient mauvais et que le mildiou ou l'oïdium pointent le bout de leur nez... Entre les traitements préventifs et curatifs, il devient difficile de sortir du potager !

Pratiques indispensables à un potager sans entretien

Il existe un panel de pratiques culturelles écologiques qui ont des répercussions dans chacun des domaines cités précédemment. Lorsqu'elles sont menées de front, leurs effets sont décuplés.

Mise en place d'un paillis permanent sur les planches de culture

Un paillage permanent permet de garder l'humidité du sol, empêcher les mauvaises herbes de pousser, enrichir le sol, renouveler l'humus, favoriser la présence de vers de terre (laboureurs infatigables) et d'auxiliaires bienveillants (prédateurs de ravageurs)... les bienfaits d'un paillis ne sont plus à démontrer. Et la matière première se trouve à portée de main : tontes, feuilles mortes, mauvaises herbes, fleurs fanées, déchets de culture et même déchets de cuisine (compost de surface).

Bonus : la mise en place d'un paillis épais sur une culture de pomme de terre permet de se soustraire à l'opération de buttage des plants (lire : Pomme de terre : butter ou pailler ?).

Pratiques « mangeuses de temps » à bannir du potager

Pour minimiser l'entretien de son potager, il est nécessaire de **limiter ses ambitions aux seuls légumes que vous aimez** manger, de **bien évaluer les quantités nécessaires** à votre famille (10 plants de **tomates** suffiront amplement à nourrir 3 personnes, surtout si vous n'avez pas de

temps à consacrer à la **confection de conserves**), et de **rester stoïque face aux déconvenues** et aux **salades** grignotées (ou dévorées) par les limaces !

Et pour ménager votre flegme, **évit**ez :

- **Les semis et les cultures délicates**, comme, par exemple, le **chou-fleur** qui doit avoir une végétation régulière (sans stress hydrique), ou bien encore le **céleri-branche** au **semis à chaud** aléatoire, au **repiquage** nécessaire et au **blanchiment** quasi-obligatoire ;

- **Les semis suivis de repiquages** : les **semis en pépinière, en terrine ou en godets**, outre le travail de préparation du semis, nécessitent une opération de repiquage qui prend du temps, et qui est à réaliser au bon moment. Aussi, laissez tomber les **semis de tomates**, de **choux** ou de **poireaux** au profit de l'achat de quelques plants, et attendez le mois de mai pour semer, en place, les courges.

- **La culture de plantes frileuses au printemps** qui nécessite d'être couvertes la nuit et découvertes le jour ;

- La culture des légumes « à récolter de suite » ou régulièrement, comme les haricots à filets, les radis, les pois à écosser, les pois asperges ou les cornichons (voire les courgettes pour ceux qui ne les consomment que lorsqu'elles sont petites) ;

- **De jardiner avec la lune** : le **calendrier lunaire** impose des tâches à effectuer à des périodes précises, ce qui ne convient guère à un jardinage épisodique. mis en ligne Astuces pour réduire le temps passé au potager

- **Plus le potager est petit, moins l'espace à entretenir est grand** ! Réduisez la surface du potager en privilégiant les variétés grimpantes à tuteur ou palisser : haricots, **doliques**, pois, petites courges, concombres, tomates, fraisiers grimpants...?

- **Semez, dans un coin du potager, une petite prairie fleurie** ; elle ne demande pas d'entretien et attire les auxiliaires ;

- **Paillez les allées** et chemins d'accès aux planches de culture avec du **BRF**, des feuilles mortes, mauvaises herbes ou autres matières organiques plutôt que de les garder en herbes ; vous n'aurez **pas de tondeuse à passer**.

Le must du potager sans entretien : la cueillette sauvage

Et pour ceux qui ne veulent vraiment pas intervenir dans le potager, il reste la **cueillette** sauvage ! Profitez de vos balades dans la nature pour faire votre marché (avec des prélèvements modérés, cela s'entend !) : **ail des ours**, asperge sauvage, fleurs d'acacias, laitersons, mâche sauvage, **pissenlits**... aucun entretien pour ces plantes comestibles-là !

<https://www.biogarten.ch/fr/soins-des-plantes-bio/engrais/engrais-universel-or-brun>

Les 10 commandements du jardinier à l'écoute de la nature

Jardiner bio, c'est se mettre à l'écoute du jardin, accepter de changer quelques unes de nos (mauvaises) habitudes, et en adopter de nouvelles ! Voici les 10 grandes règles à retenir, en partenariat avec Neudorff, spécialiste du jardinage biologique depuis 1854.

1. Connaître son Jardin

Bien connaître son environnement est indispensable pour prendre un bon départ. Voyons comment respecter au mieux l'équilibre écologique entre le sol, la faune et la flore.



L'importance du climat

Il est primordial d'adapter vos choix de plantes et de cultures à votre environnement. Le climat diffère (doux, rude, froid, chaud, venteux, humide ou encore sec); il est bien plus facile, logique et naturel d'adapter ses choix à l'environnement que l'inverse ! Bien souvent oubliée, l'altitude est une contrainte qu'il faut prendre en compte.

Connaître son sol

Heureusement, on peut agir sur plusieurs facteurs : c'est le cas du sol. Certaines plantes sont très sensibles et ne supportent pas les terres trop acides, ou au contraire trop basiques. Cette caractéristique peut être mesurée avec un testeur de pH du sol. Selon le résultat, vous devrez apporter le complément utile à votre sol: de la chaux s'il est trop acide et du sable ou de la tourbe, s'il est trop alcalin. Privilégiez une chaux vitale utilisable en agriculture biologique (chaux éteinte à base de carbonate de calcium) afin de ne pas brûler la vie microbienne dans le sol.

À noter qu'un sol trop pauvre en humus ne permettra pas le bon développement des plantes. Si vous êtes dans ce cas, vous pouvez utiliser un régénérateur de sol (humus concentré) qui améliorera la structure du sol.

A bonne exposition

Enfin, une plante ne se développe pas correctement sans une exposition adaptée à ses besoins. Malgré un bon sol et de apports nutritifs adaptés, le développement des végétaux restera décevant si l'exposition donnée n'est pas convenable. Renseignez-vous lors de l'achat, et ne plantez pas n'importe où, en ne prenant en compte que des critères esthétiques !

Respecter le rythme de la Nature

Tout vient à point à qui sait attendre... Le secret d'un jardin harmonieux et en bonne santé, c'est de s'y prendre au bon moment et au bon endroit. En effet, que ce soit pour les semis, les plantations ou la fertilisation, chaque plante a son calendrier, qu'il s'agit de respecter. Il faudra parfois anticiper vos envies, et déterminer par exemple dès l'automne ce que vous souhaitez pour le printemps, l'été ou l'automne de l'année suivante. Un jardinier heureux est un jardinier patient !

Entretenir naturellement son jardin

Côté entretien, il faut commencer par se poser les bonnes questions, puis adopter les bons réflexes.

Sol trop acide, terre argileuse, humus rare, voilà des termes qui ne correspondent pas à ce que le jardinier appelle une « bonne terre ». Pourtant, rien n'est irrémédiable ; l'apport d'amendements adaptés peut permettre de corriger un bon nombre de déséquilibres.

Les engrais biologiques réveillent et revigorent les sols fatigués.

Les engrais bio font prospérer les fruits et légumes tout en protégeant l'environnement.

Un jardin bio ne se dope pas aux produits chimiques. Pour améliorer le sol, des engrais biologiques tout comme des nutriments naturels provenant du compost, des engrais verts et des micro-organismes sont à disposition. Les jardiniers biologiques travaillent en respectant le cycle naturel de la terre. Et puisque la nature n'émet pas de « déchets », ceux de la cuisine et aussi les résidus du jardinage seront utilisés en tant qu'engrais organiques.

Les engrais verts sont presque une thérapie pour un jardin bio. On compte parmi les plus connus, la phacélie, le radis oléifère et le sarrasin. Ils sont d'abord ensemencés puis labourés afin d'ameublir la terre. Cela permet d'améliorer sensiblement la qualité du sol du jardin. Au cours de leur floraison, ils sont de surcroît très appréciés par nombreux insectes.

Les préparations de purin ou décoction d'ortie et de prêle serviront à fortifier les plantes. Cela revigore le système immunitaire des plantes qui sont par conséquent plus à même de se défendre contre divers agents pathogènes et autres nuisibles.

Amender la terre pour nourrir son sol ?

La qualité d'un sol se définit par plusieurs critères, notamment :

- Sa structure, c'est à dire la façon dont les particules du sol (argiles, sables, graviers...) sont liées entre elles (terre compacte, grumeleuse, ou particulaire). La structure idéale pour une bonne terre de jardin est grumeleuse, c'est à dire où les particules de sable et de limons sont liées entre elles par l'argile, l'humus et le calcium, formant des agrégats entre lesquels les racines des plantes, l'eau et l'air circulent aisément.

- Son pH, à savoir son acidité ou son alcalinité. Dans l'idéal, le sol d'un potager doit être neutre (pH = 7), ou proche de la neutralité (pH compris entre 6 et 7,5). Un déséquilibre du pH a des conséquences importantes sur la disponibilité des nutriments (mauvaise assimilation du fer en terres trop alcalines : pH > 8), ou sur le développement des plantes (croissance ralentie, apparitions de certaines maladies).

Mais la terre parfaite n'est peut-être pas dans votre jardin ! Heureusement, le pH, comme la structure d'un sol, sont évolutifs. Il est donc possible de corriger, par exemple, un excès d'acidité ou même d'alléger une structure trop compacte ; c'est le rôle des amendements.

Les amendements calcaires

Rôles et matières utilisées

Les amendements calcaires sont naturellement riches en calcium. Ils rendent un sol plus alcalin (augmentation du pH), ils favorisent l'aération des sols compacts et leur stabilité, ils permettent le développement de la vie microbienne et participent à la croissance des plantes (apport d'éléments nutritifs). Ils sont à utiliser sur sols acides ou neutres, argileux, siliceux (sableux) ou humifères.

Les amendements calcaires utilisés en agriculture biologique sont :

- les calcaires broyés,
- les marnes (qui contiennent également de l'argile),
- la dolomie (qui contient du magnésium),
- le lithothamne (poudre d'algue calcifiée qui contient des oligo-éléments et du magnésium),
- la cendre de bois.

Le lithothamne et la cendre de bois ont une action plus rapide que les autres. Au potager, il est courant d'utiliser le lithothamne ou la dolomie du fait de leur teneur en divers nutriments ; sachez toutefois que le lithothamne est une ressource qui est en train de disparaître.

Comment procéder ?

Les amendements sont à épandre au sol et à enfouir superficiellement à l'aide d'une griffe ou d'un râteau, en automne ou au cours de l'hiver. La quantité à apporter dépend de la structure du sol et de son pH ; ainsi, plus un sol est argileux et plus son pH est acide, plus les quantités seront importantes.

Mise en garde

Il est conseillé de ne pas redresser le pH d'un sol de plus de 1 point par an (voire d'1/2 point), au risque d'en perturber l'activité biologique et microbienne. Les apports seront donc modérés et effectués en plusieurs étapes.

Les amendements humiques

Qu'est-ce que l'humus ?

L'humus est la couche organique superficielle d'un sol, formée par la décomposition de la matière végétale et animale qui se trouve en surface (feuilles mortes, cadavres d'animaux...). La présence d'humus sur une terre est primordiale pour sa mise en culture :

- Il contribue à la stabilité du sol, à sa bonne structuration et à son équilibre chimique (drainant, aéré, pH proche de la neutralité) ;

- Il favorise l'activité biologique ;
- Il participe à l'alimentation et à la croissance des plantes.

Utilisation des amendements humiques

Les amendements humiques (ou organiques) sont à utiliser sur les terrains pauvres et calcaires (sur ces derniers, l'humus disparaît rapidement), ou au contraire sur les sols argileux et lourds, et de manière plus générale, en entretien des terres cultivées ; en effet, la couche d'humus s'appauvrit au fur et à mesure que les plantations se succèdent.

Les amendements organiques utilisés en agriculture biologique sont :

- le compost (le compost de feuilles étant plus acide que le compost « maison »),
- le fumier (à utiliser composté),
- les engrais verts,
- les paillis,
- la terre de bruyère (amendement organique acide),
- la tourbe (la consommation de tourbe pose toutefois le problème de son

exploitation qui entraîne la destruction des écosystèmes fragiles que sont les tourbières).

Quels sont les besoins de mon sol ?

Précaution essentielle, avant tout amendement, il est préférable de détecter les carences de votre sol, car un excès pourrait être tout aussi préjudiciable.

Pour cela, vous pouvez :

- observer la végétation qui y pousse spontanément, elle est révélatrice de bien des choses.
- effectuer une analyse

Comment choisir le bon engrais pour vos plantes ?

C'est simple : il faut identifier les besoins de vos plantes et savoir comment les nourrir. Les caractéristiques des engrais sont notées au moyen de 3 lettres « magiques » : N-P-K.

- « N » pour l'azote qui favorise la croissance,
- « P » pour le phosphore qui développe le système racinaire de vos plantations,
- « K » pour le potassium utile à la fructification et/ou la floraison de vos végétaux.

Pourquoi choisir des engrais organiques et utilisable en Agriculture Biologique?

Avec les engrais organiques nous respectons le cycle biologique des plantes. Choisissez des engrais organiques avec mycorhizes (champignons) qui renforcent le système racinaire de vos plantes et les rendent plus résistantes aux attaques extérieures. Le "plus" : la structure de votre sol sera améliorée, pour une fertilisation de longue durée. Les enfants et les animaux domestiques peuvent retourner au jardin aussitôt après le traitement.

N'oubliez pas un engrais organique ne nourrit et ne soigne pas votre terre, pour cela il faut amender votre terre !

De manière naturelle, tenez à l'écart les ravageurs du jardin !

La prévention naturelle d'une attaque de nuisibles commence par un emplacement adapté à la plantation, une distance adéquate entre les plants, une taille correcte et l'entretien de la terre afin de garder un sol sain. Une surveillance précoce et régulière d'une éventuelle présence de ravageurs à l'aide de pièges, permet, de surcroît, une intervention ponctuelle. Une protection préventive avec des filets empêche également une infestation. Tous ces facteurs influencent la bonne santé des plantes.

L'élimination efficace des ravageurs sans produits chimiques

Savez-vous ce que les nématodes, les acariens prédateurs et les guêpes parasitoïdes ont en commun ? Ils sont tous les ennemis naturels de divers ravageurs et agissent très spécifiquement. Il y a par exemple les acariens prédateurs contre les araignées rouges, les guêpes parasitoïdes contre les mouches blanches etc. Ces antagonistes sont efficaces et

présentent de nombreux avantages : ils sont on ne peut plus biologiques, n'occasionnent ni résidus ni effets secondaires et ne représentent donc aucun danger pour l'homme, les animaux ou les plantes.

Les auxiliaires sont particulièrement efficaces lorsqu'ils sont utilisés au moment idéal pour le traitement. Il convient de commencer à combattre les ravageurs, tôt, dès la 1ère apparition, en appliquant les larves de coccinelles *Cryptolaemus* (contre les cochenilles farineuses), *Phytoseiulus persimilis* (contre les araignées rouges), les acariens prédateurs *Amblyseius* (contre les thrips) ou les guêpes parasitoïdes *Encarsia* (contre les mouches blanches). Si l'infestation est déjà considérable, le traitement doit être couplé avec un pesticide biologique. Veillez également, lors de l'application des auxiliaires, que les indications sur la température et l'humidité de l'air soient respectées.

COUP DE CŒUR BIOGARTEN

Les pièges servent à la surveillance de l'infestation et au piégeage de masse, de sorte que les ravageurs soient interceptés avant qu'ils ne causent des dégâts trop importants. Les filets sont simples, très efficaces et souvent l'unique moyen de protéger les légumes, fruits et autres plantes contre les ravageurs. Les teignes du poireau, les mouches mineuses, les guêpes ou encore les drosophiles du cerisier ne peuvent être simplement combattues avec un produit phytosanitaire, c'est pourquoi seule la pose de filets ou de housses offre une réelle protection. Si malgré toutes les mesures préventives, les auxiliaires, les pièges et filets, une infestation de ravageurs se produit tout de même, il faut les combattre le plus tôt possible, avant qu'ils ne provoquent des dégâts ou la perte de la récolte.

Avec des agents biologiques, il est possible de combattre les ravageurs de manière ciblée tout en préservant les auxiliaires. De plus, il ne subsiste aucun résidu sur les plantes, permettant ainsi leurs récoltes en toute sécurité. Et puisque le produit se dégrade dans un court laps de temps, il n'y aura de dépôts ni dans le sol ni dans l'eau.

Ce qui importe avec les traitements phytosanitaires biologiques est de s'y prendre assez tôt alors que l'infestation de ravageurs est encore modeste. Pour certains produits, il est encore plus important que le traitement soit effectué à un moment précis.

Prévenir sans insecticide

Généralement, c'est sans surprise : les nuisibles reviennent d'une saison sur l'autre. Alors prenez les devants et anticipez sans insecticide.

Si vous avez des arbres fruitiers, employez des pièges englués avec phéromones. Les papillons mâles (carpocapses) sont attirés par l'attractif sexuel et restent collés sur le piège englué. De ce fait, les femelles n'étant plus fécondées, elles ne pourront pondre leurs œufs dans les fruits.

Autre méthode plus classique : les pièges ou stickers collants de couleur jaune. Les insectes indésirables attirés par la couleur jaune restent collés sur le piège.

Pensez également aux bandes engluées, qui sont à placer tout autour des troncs d'arbres pour empêcher le passage des chenilles, fourmis etc.

Enfin, parlons d'une recette ancienne, mais dont l'efficacité n'est pas remise en cause : vous pouvez badigeonner les troncs de vos arbres fruitiers et ornementaux. Ce badigeon constitue une barrière de protection contre les parasites et les intempéries.

Soigner et protéger naturellement

Parfois, il est trop tard pour prévenir ou traiter ; il faut alors agir de façon plus radicale.

Si votre arbre ou arbuste est malade, il faut couper la branche infectée et protéger la partie restante. Pour cela, utilisez des mastics à cicatiser, qui favorisent une cicatrisation naturelle. Ils agissent comme un pansement et empêchent l'apparition de nouvelles maladies.

Toute plaie, de taille ou de blessure, constitue un risque d'infection ou de pourriture. Recouvrez donc sur vos arbres et arbustes les plaies dues aux rongeurs ou aux intempéries avec un goudron de pin. Ce produit forme une barrière naturelle contre les contaminations et attaques extérieures.

Les "Traditionnels" du jardin

Avec les purins à base de plantes, la nature est au service de la nature. Ces solutions traditionnelles sont utilisées depuis des générations. Ortie, prêle, séparées ou en mélange... Ces diverses préparations ont toutes des vertus spécifiques . On trouve désormais dans le commerce des orties en granulés, très efficaces pour réaliser votre propre purin.

Penser durable et favoriser le cycle naturel du jardin

Favorisez le cycle naturel du jardin en compostant

Le compostage est un processus de recyclage facile, utile, économique et naturel ! Il permet en outre de réduire les ordures ménagères. Une fois le compost terminé, vous obtiendrez une matière très riche pour le jardin qui favorisera la croissance, donnera de belles fleurs et de beaux fruits et améliorera durablement la fertilité du sol.

Un bon compost fait maison, c'est simple !

Le compost constitue un excellent apport en matière organique ; il améliorera la structure de votre sol.

Déchets utiles au compost : fleurs fanées, fanes de légumes, "mauvaises herbes" annuelles, feuilles, tontes du gazon, résidus ligneux de petite taille ou broyée. Les épluchures, croûte de fromage, coquilles d'œufs écrasées et même les cendres de la cheminée (lire : La cendre est-elle bonne pour les plantes ?).

Déchets à ne pas mettre dans votre compost : mauvaises herbes vivaces (liseron, chardon), gazon de bord de route, plantes ou branches infestées. Les os, la viande, le poisson. Pas de verre, de plastique, de papier ou de métal.

Préserver la biodiversité

Pour préserver la biodiversité il faut favoriser le développement des auxiliaires utiles au jardin.

Hérissons, coccinelles, chrysopes, lézards, abeilles maçonnes comme sauvages, et même les guêpes solitaires réguleront le développement des ravageurs au jardin.

Favorisez la venue des auxiliaires et aménagez un oasis de bien-être, en prévoyant des abris adaptés qui permettent leur nidification et leur hibernation, mais aussi en limitant les traitements et en diversifiant les plantes cultivées.

Laissez des tas de feuilles et des branchages, mettez des pierres dans un endroit ensoleillé pour les hérissons. Plantez des variétés de fleurs entomophiles qui permettent la pollinisation des abeilles, des papillons etc. comme la lavande, le buddleia, les fleurs des mûres et framboises, ou encore les orties ou trèfle des prés.

>> Lire : Plantes exotiques et biodiversité font-elles bon ménage ?

9. Se documenter

Il est difficile de savoir tout sur tout. Le mieux est de se renseigner auprès d'un spécialiste et de se tenir informé via les newsletters des professionnels du jardin. Des solutions vous sont également proposées sur internet. Des applications comme le Docteur des Plantes trouveront la solution à vos soucis. Un service qui vous permet de prévenir, d'identifier et d'éliminer les dégâts et les nuisibles que vous pouvez rencontrer au jardin. Également disponible sur smartphones.

10. Le plus important des commandements

Profitez de votre jardin !

Sources : www.biogarten.ch www.gerbeaud.com www.zollinger.ch
www.sativa.ch www.em-suisse-romande.ch www.familiengaertner.ch