

# Le petit pense-bête pour mieux éco jardiner

## Atelier de formation à l'éco jardinage au jardin de réseau santé

Réalisé le 17 octobre 2015



### Atelier 2 : les plantes du jardin et leur multiplication

- les cycles des plantes au jardin et leur vocation  
bisannuelles / annuelles/ Rappel sur la notion de plante compagne, plante hôte,  
plante solidaire, plante naturalisée
- le semis des annuelles au potager : lignes, poquet, à la volée/ arrosage des annuelles
- le repiquage : principes et techniques/ arrosage
- le bouturage des arbustes : principes et techniques/ arrosage
- la division des vivaces : principes et techniques/ arrosage à la plantation
- utilisation des plantes solidaires pour faire des purins fertilisants

**Nombreuses furent vos questions...** et notre copieux programme a suivi quelques variantes au fil de vos remarques.

**Voici quelques notes qui retracent une partie de nos échanges.**

**Pour tous les gestes de semis, bouturage, division des iris, confection de purin d'ortie, l'utilisation de plantes compagnes... N'hésitez pas à visionner les vidéos/tutoriels sur le site de la *jardiniere partageuse* :**

**[Tout le jardinage bio en vidéo avec Coralie](https://www.youtube.com/user/jardinierepartageuse)**

**<https://www.youtube.com/user/jardinierepartageuse>**



## La bonne plante au bon endroit dans le jardin

### **80% des variétés de légumes cultivés en France ont disparu en 50 ans.**

Planter dans nos jardins des variétés potagères et fruitières anciennes, longuement sélectionnées au sein du bassin lyonnais, est un moyen de contribuer à la sauvegarde d'un patrimoine précieux. Perpétuer cette biodiversité domestique permet aussi d'éviter l'appauvrissement des milieux et la banalisation des paysages et de nos jardins.

### **Quelques pistes de jardinage :**

- > **Choisissez des plantes adaptées** au climat et au sol généralement argilo-limoneux du territoire du Grand Lyon, et correspondant aux différentes situations du jardin : soleil, ombre, terrain sec ou humide, venté ou abrité. Privilégiez les variétés potagères et fruitières anciennes et locales.
- > **Accueillez les espèces indigènes** : plantes, herbes, arbres et arbustes, qui permettent de reconstituer les espaces naturels de prairie, sous-bois, haie, lisières. Laissez s'installer les plantes spontanées, variées et parfaitement adaptées à leur milieux.
- > **Introduisez les plantes compagnes** qui défendent naturellement le jardin : elles attirent les pollinisateurs, repoussent les nuisibles, abritent les prédateurs des « ennemis » du jardin, enrichissent le sol, et souvent se ressèment toutes seules !
- > **Supprimez certaines indésirables** : les plantes allergènes, telles que l'ambrosie, ou invasives, comme la renouée du japon, l'érable negundo, l'ailante, la balsamine (ou impatience) de l'Himalaya.
- > **Diversifiez les cultures** : associez les plantes qui se protègent mutuellement contre les maladies et pratiquez la rotation des cultures au potager pour empêcher les maladies ou les ravageurs de s'attaquer d'une année sur l'autre aux légumes plantés au mêmes endroits.
- > **Hébergez les auxiliaires** qui sont les amis du jardinier : beaucoup d'insectes (coccinelles), de mammifères (hérissons) d'oiseaux (rouge gorge), d'amphibiens (crapauds), de reptiles (lézards) nous aident en dévorant les ennemis des cultures.
- > **Ne vous laissez pas déborder** : pour limiter l'invasion d'herbes indésirables, n'abandonnez jamais le sol nu : paillez, semez des engrais verts, installez des plantes couvre-sol.

## Soignez les plantes par les plantes

De nombreuses plantes peuvent entrer dans la pharmacie du jardinier. Sous forme de purins (appelés également extraits végétaux fermentés), décoctions, macérations, elles permettent de soigner tous les maux du jardin. Parmi celles-ci : la consoude, la prêle, le sureau, l'absinthe, la sauge, la rhubarbe et surtout, l'ortie.

### **Précieuse ortie**

La recette du purin d'ortie est simple : cueillez et hachez 1 kg de feuillage, versez dans un seau avec 10 litres d'eau de pluie. Couvrez et placez le seau dans un endroit isolé, remuez régulièrement. Le purin est prêt au bout de 10 à 15 jours, quand il n'y a plus de bulles. Filtrez et stockez dans un bidon. Pour stimuler la croissance et l'immunité des végétaux, mélangez 2 litres de purin dans 10 litre d'eau et arrosez au pied des plantes. Contre une attaque de pucerons, pulvérisez le purin dilué à 10 %.

## > 5 plantes compagnes utiles pour les insectes pollinisateurs

- **l'ortie** : plante spontanée
- **le lierre** : plante couvre-sol ou grimpante
- **l'origan** : plante aromatique
- **le topinambour** : plante potagère
- **le chardon** sauvage ou cultivé : plante vivace ou (bis)annuelle

## > 5 bonnes associations de plantes qui se tiennent bonne compagnie au potager

- **l'oeillet d'Inde et la tomate** : l'oeillet d'Inde éloigne les vers microscopiques qui s'attaquent aux racines des tomates
- **la carotte et le poireau** : ces deux plantes se protègent mutuellement contre les attaques de larves de mouches
- **le céleri et le haricot** : l'odeur du céleri éloigne le puceron
- **le maïs et le haricot grimpant** : le maïs sert de tuteur au haricot qui fixe l'azote dans le sol et le met à la disposition du maïs
- **la salade et le concombre** : la salade occupe le terrain au pied des concombres palissés.

## Economiser l'eau, économiser ses efforts

L'eau est une ressource précieuse à l'échelle de la planète, dont seulement 3% est potable. En France nous consommons 160 litres d'eau par jour et par habitants : 1% de l'eau est bue, 44% est destinée à l'eau du bain, 30% à la cuisine et le linge, 26% pour les WC.

### L'éco jardinier agit sur 3 plans pour protéger les ressources en eau :

- > Il ne la pollue jamais avec des produits chimiques
- > Il dose et économise l'eau d'arrosage avec des techniques et des comportements appropriés
- > Il récupère l'eau de pluie : elle est gratuite, moins calcaire que l'eau du robinet et stockée à température ambiante. Elle permet la fabrication de purins végétaux. Les doses de traitements avec des produits naturels peuvent être diminuées par 2, lorsque le mélange est préparé avec de l'eau de pluie.

La consommation en eau d'un jardin écologique potager ou d'ornement est estimée à 1m<sup>3</sup> (1000 litres) pour 100 m<sup>2</sup>.

Une toiture de 20 m<sup>2</sup> (pluviométrie moyenne annuelle de 500 mm par an) permet de récupérer 500 litres par m<sup>2</sup> soit un volume potentiel d'eau de pluie de 10 m<sup>3</sup> (10 000 litres). 2 citernes peuvent assurer une récupération optimale, compte tenu des précipitations irrégulières, et permettent de satisfaire ainsi au fil des saisons, les besoins en eau d'arrosage. « Les besoins en eau sont importants en périodes de sécheresse lorsqu'il ne pleut pas, et inversement ». La récupération de l'eau de pluie est donc *lissée* sur l'année grâce à un système de double citerne.

L'éco jardinier cherche à optimiser l'arrosage de manière à rendre ses plantes autonomes le plus vite possible. Il économise ses gestes en arrosant mais aussi en évitant l'évaporation, en optimisant la capacité de stockage et de distribution d'eau par le sol et les micro-organismes. Il choisit une palette de plantes sobres adaptées à son sol et son climat.

## Arroser sans eau

> l'humus est « l'éponge du sol ». Le jardinier en apportant régulièrement du compost augmente sa capacité de rétention en eau. L'eau de pluie ou d'arrosage est ainsi mieux stockée et distribuée par celui-ci.

> au moment du semis, du repiquage, d'une plantation, avant même d'arroser, il faut *sculpter* le sol, en formant des cuvettes, des raies qui canalisent l'eau.

L'installation des lignes de cultures, des massifs tiennent compte de la pente, du relief et de l'ensoleillement.

> *un binage vaut 2 arrosages* est un vieil adage de jardinier toujours d'actualité. Il consiste à faire mieux pénétrer l'eau dans le sol et à l'empêcher d'en sortir, à l'aide d'une binette. La croûte de battance typique des sols argilo-limoneux est ainsi brisée : l'eau peut pénétrer dans le sol et les cheminées d'évaporation par capillarité sont bouchées.

> Le buttage de certains légumes de printemps/pois, haricots, pommes de terre favorise la condensation matinale (comme le phénomène de la rosée). C'est ce que l'on appelle l'arrosage à sec.

## Arroser où quand et comment ?

- arroser le soir ou le matin, jamais en pleine chaleur
- arroser au pied de la plante *dans une cuvette ou une raie*
- arroser *au goulot* à l'aide d'un arrosoir adapté ou d'un tuyau d'arrosage muni d'une canne d'arrosage
- ne jamais arroser le feuillage qui risque de propager les maladies cryptogamiques (mildiou, oïdium) et de faire un effet loupe sur les feuilles qui peuvent brûler avec le soleil
- arroser quand la plante a soif
- *arroser beaucoup mais moins souvent* pour obliger la plante à *chercher l'eau* en profondeur et développer ses racines. Si l'on arrose peu et très souvent la plante est *dépendante* de l'arrosage. Si l'on arrose trop, on *dilue le goût* des légumes.
- arroser selon le stade de culture semis/repiquages/plantations : un semis ne doit jamais dessécher, puis il faut *sevrer, endurcir* progressivement les plantules
- arroser selon les besoins naturels de la plante : une lavande n'a pas les mêmes besoins qu'un arum
- arroser selon la météo et la pluviométrie
- réduire la transpiration des plantes constituées à 90% d'eau :
  - en les abritant du vent très desséchant
  - en ombrant les jeunes plantes et semis avec des claies, journaux, ou cagettes
  - *en habillant le feuillage* (réduction du feuillage) en phases de repiquage (salades, choux et poireaux), de bouturage ou division de touffes, de plantation ou transplantation d'arbres et arbustes