



*Bien démarrer
aux jardins potagers des Capucins*

Bien démarrer aux jardins potagers des Capucins

Avec l'association, nous nous sommes engagés pour une culture biologique qui exclut engrais chimiques et pesticides, alors comment faire pratiquement ?

L'objectif de ce fascicule est de donner :

- ☛ Au nouveau jardinier, les bases du jardinage biologique.
- ☛ A l'ancien, l'occasion de s'interroger sur son expérience, de la partager, voire se motiver davantage pour préparer la prochaine saison.

Avec le temps, nous découvrons que cultiver la terre en la respectant et récolter ses fruits est une source de plaisirs ainsi qu'un domaine passionnant.

Vos commentaires seront les bienvenus, la dernière page vous y invite !

Alors prenez votre temps ...

Sommaire

- **La préparation du sol**
 - La terre des Capucins 4
 - Les engrais et amendements 5
 - Le travail de la terre 6
 - Ménageons notre dos et prenons soin des outils 7
 - Les mauvaises herbes 7

- **Les semis et plantations**
 - La rotation des cultures 8
 - Les plantes à associer (ou rapprocher) 9
 - La période des semis et des plantations, 9
 - L'influence de la lune 10
 - Profondeur et distances entre les lignes 11
 - Autres points 12

- **Les soins pendant la croissance**
 - Le binage, buttage, paillage, taille, 13
 - Le tuteurage, l'arrosage 14
 - La récolte 15

- **La lutte contre les maladies** 16,17
- **La lutte contre les ravageurs** 18, 19, 20
- **L'élimination des déchets, le compostage** 21
- **Recommandations compost** 22
- **Mon expérience personnelle** 23

La préparation du sol

La terre des Capucins

Cette terre est à l'emplacement d'anciens glaciers, elle contient beaucoup de cailloux en éclats. En retirant les cailloux, il est possible d'en faire des galettes de 2 mm d'épaisseur, c'est le signe d'une terre argileuse (donc terre compacte et lente à se réchauffer au printemps)

La réaction au vinaigre est forte, c'est le signe d'une terre calcaire ou alcaline.

Pour être plus précis, nous avons fait analyser la terre des jardins du haut et du bas en 2001 à raison d'un prélèvement par parcelle.

Voici les conclusions:

☛ **Notre terre est légèrement calcaire** (pH=7,6) il ne faut donc pas d'amendement calcaire (chaux, poudre d'os).

☛ **Les sols sont bien pourvus en matières organiques** et présentent de bonnes réserves en éléments fertilisants.

Par contre, elle présente une texture argilo-limoneuse sableuse pour le haut et limono-argileuse pour le bas ce qui lui confère une structure instable (haut) à très instable (bas) donc sujette à érosion et imperméabilité en fin d'hiver. La 'battance' est 'fréquente' (haut), 'généralisée' (bas).

En clair, la terre se dissout à la pluie au lieu de gonfler, manquant de tenue, elle s'érode. Elle manque de fibres.

La préparation du sol

Les amendements

En culture biologique notre attention doit se porter sur la **qualité de la terre** de notre parcelle. Lorsqu'elle est bonne, les plantes y poussent plus vite et sont plus vigoureuses.

Les amendements qui permettent de corriger sa structure et son alcalinité sont de type fibreux et acide (compost jardinier bien paillé ou compost à base d'écorces de résineux).

Les engrais

Cette terre doit aussi être nourrie.

Les engrais chimiques qui passent directement dans les plantes sont interdits.

Pour **nourrir la terre**, les engrais naturels les plus intéressants sont :

- ☛ Le **compost**, réalisé à partir de certains déchets du jardin, c'est le meilleur (naturel, équilibré, apporte l'humus améliorant fertilité, structure) il est gratuit et parfaitement écologique. Il recycle : terre → légumes (déchets) → compost → terre.
- ☛ Le **fumier** qui doit avoir été composté ou qui a au moins 1 an d'âge (sinon les légumes sont nitrates, les racines sont brûlées),
- ☛ Les **produits de lombriculture** (excellents mais coûteux).

La préparation du sol

☛ Les **engrais verts** (pois et fève au printemps, haricot et soja l'été, moutarde, épinard et mâche pour l'hiver) produisant beaucoup de racines, à semer sur une surface provisoirement hors culture et qui est coupé dès que l'on a de nouveau besoin du terrain.

☛ Les **purins d'herbes** (1 Kg d'ortie, consoude, camomille mis à macérer dans un seau d'eau jusqu'à obtenir un jus brunâtre. Diluer 10 fois et utiliser en arrosage ou pulvérisation). **Ces purins doivent être faits à l'abri de l'air.**

Enfouir les engrais et amendements de préférence avant l'hiver et peu profondément.

Doser les engrais en fonction des cultures qui seront mises en place (Voir la rotation des cultures page 8)

Le travail de la terre

L'usage de la **grelinette** disponible dans les locaux à outils est recommandé dans la culture biologique. Elle permet d'aérer la terre en profondeur sans la retourner. La vie dans les différentes couches souterraines varie beaucoup et il faut ménager ce petit monde.

Si toutefois la terre est retournée, ne pas dépasser 12/15 cm de profondeur sinon nous remontons en surface de la terre plus argileuse, stérile, peu riche en humus. Avec le soleil et le vent elle sera mal aérée et de fertilité médiocre.

Evitons aussi de laisser nos terres nues (risque d'érosion et de stérilisation).

La préparation du sol

Ménageons notre dos et prenons soin des outils

Pour ne pas s'épuiser en vain pour préparer la terre, il faut impérativement choisir la bonne période c'est à dire quand le terre est légèrement humide (et non gelée). Les racines des mauvaises herbes se détacheront facilement, les mottes seront brisées sans effort. La saison propice est l'automne (mais il faut y revenir en douceur au printemps). Si la préparation du sol se fait au printemps, ne pas attendre que la terre soit trop sèche.

Ménageons notre dos en pliant les jambes plutôt qu'en se penchant et en utilisant la **grelinette** de préférence à la bêche.

Prenons aussi soin des outils. Si le sol résiste, allez-y en plusieurs fois, par exemple, en engageant la bêche à mi fer pour commencer et n'oublions pas de les nettoyer avant de les ranger.

Les mauvaises herbes

Eliminer soigneusement les racines du liseron, du bouton d'or (renoncule), du chiendent et de la potentille sinon elles repousseront. Ne pas laisser venir à fleurs ou à graines !

Maintenir les allées et bordures propres en enlevant régulièrement le chiendent et en évitant que les herbes montent à graines. Le sol des allées peut être retourné sinon recouvert de copeaux de bois ou des cailloux retirés du sol.

Les semis et plantations

La rotation des cultures

Changer l'emplacement des légumes d'une année sur l'autre, ne pas y revenir avant la troisième année. La rotation des cultures facilite la lutte contre les maladies, les mauvaises herbes, la terre reconstitue ses réserves, sa structure s'améliore.

Il y a 3 groupes de légumes :

☛ Les gourmands qui exigent le plus d'engrais :

Tomate, pomme de terre, courge, concombre, épinard, aubergine, poivron, cardon, fraisier, céleri.

☛ Les bons mangeurs qui prendront la place des gourmands l'année suivante sans engrais :

Blette, chou, carotte, persil, salade, radis, poireau.

☛ Les sobres qui prendront la place des bons mangeurs :

Pois, haricot, ail, oignon, échalote, navet, fève, mâche, choux de Bruxelles.

Les semis et plantations

Les plantes à associer ou rapprocher

Les auteurs n'étant pas tous d'accords, voici l'essentiel :

Pour la lutte contre les parasites associer : carotte+poireau, carotte+oignon, tomate+oignon, tomate+poireau, tomate+basilic.

Certaines fleurs jouent le même rôle avec les légumes : la capucine, l'œillet d'Inde, la sauge, le souci.

D'autres associations permettent de mieux occuper l'espace: radis+carotte, chou+laitue.

Attention ! Pas de surpopulation qui ferait perdre tout le bénéfice d'une association.

La période des semis et des plantations

Tenir compte des périodes des semis indiquées sur les sachets, les dates s'appliquent sans correction dans notre région. Ne pas semer ou planter trop tôt au printemps. Le sol est encore trop froid et en poussant difficilement et lentement les semis sont fragiles et plus exposés aux maladies et parasites (limaces, pucerons).

Tenir compte des conditions climatiques :

Reporter le semis d'1 ou 2 jours si le sol est trop humide.

La levée pour les semis est une phase délicate, il faut l'envisager si les conditions climatiques des jours à venir sont favorables : pas de froid ou de trop fortes chaleurs.

Pour les plantations, la reprise sera plus facile s'il pleut quelques jours.

Les semis et plantations

L'influence de la lune :

Les phases du cycle lunaire correspondent souvent à une modification du temps.

Pour ne pas être ignorant des croyances, sachez que :

Les légumes 'fruits' se sèment, se plantent et se récoltent de préférence en lune ascendante alors que c'est en lune descendante pour les légumes 'racines' et 'feuilles'.

La lune est croissante à partir de la nouvelle lune (invisible) jusqu'à la pleine lune (disque plein) en passant par premier quartier (la lune présente l'arc du P de Premier).

La lune est décroissante de la pleine lune jusqu'à la nouvelle lune en passant par le dernier quartier (la lune présente l'arc du D de Dernier).

La lune est ascendante lorsqu'elle est, de jour en jour, plus haute dans le ciel.

La lune est descendante lorsqu'elle est, de jour en jour, plus basse dans le ciel.

Il y aurait aussi l'influence des autres planètes et des éclipses !

Pour plus de renseignements se procurer : « Jardinez avec la lune » qui paraît tous les ans.

Les semis et plantations

Profondeur et distance entre les lignes

Sauf cas particuliers, les semis sont enterrés de 2 à 5 fois la taille de la graine (5 à 10 mm pour les radis, 10 mm pour la carotte, 30 mm pour le haricot, 50 mm pour le pois...)

Tenir compte des indications portées sur les sachets de graines concernant les espacements entre les graines ou les lignes.

L'exiguïté de nos parcelles nous incite à serrer les semis et plantations, c'est une erreur, l'air doit circuler, la lumière passer (risques : plants chétifs, maladies, moisissures).

Les semis et plantations

Semis, autres points

Par temps chaud, mouiller le sillon avant de déposer les graines.

Si le semis est délicat, recouvrir d'une fine couche de terre ou terreau lorsque le semis est fait.

Ne pas tasser la terre après le semis sauf pour la mâche. En tassant légèrement la terre, on évitera le transport des graines par les insectes.

Plantations, autres points

Raccourcir les racines et les feuilles (poireaux, salades).

Après avoir enfoncé la plante au fond du trou la remonter pour mettre les racines dans le bon sens puis serrez la terre, surtout au niveau des racines.

Terminer la plantation en arrosant au goulot pour améliorer le contact de la terre fine avec les racines.

Vérifier que le collet de la plante n'est pas enterré (risque de pourriture).

Les soins pendant la croissance

Le binage

Il détruit les mauvaises herbes et aère le sol qui en a bien besoin aux Capucins. On dit qu'un binage vaut 2 arrosages avec le lessivage du sol en moins.

A force de casser la croûte qui se forme en surface, la structure du sol s'améliore !

Le buttage

Il consiste à remonter le niveau de la terre pour augmenter l'enracinement.

Pour les pommes de terre, les haricots, pois, poireaux pour faire plus de blanc.

Le paillage

C'est une couverture du sol par de la paille, tontes de gazon ou écorces de pin. En régulant les échanges de chaleur entre l'atmosphère et le sol, l'évaporation est fortement réduite et donc les arrosages. Le paillage limite aussi la pousse des mauvaises herbes et permet aussi de récolter des fraises plus propres. Le paillage a aussi l'inconvénient d'être un repère pour les limaces ...

Le taillage

Pour les tomates, aubergines, melons, certaines courges et potirons. Nos régions ne sont pas idéales pour ces légumes, il est nécessaire de limiter la croissance des tiges pour obtenir plus vite des fruits à maturité.

Les soins pendant la croissance

Le tuteurage

Les tomates, aubergines, concombre ont besoin d'être soutenus artificiellement par des liens sur un piquet. Les pois et haricots à rames ont besoin d'un support pour s'y accrocher spontanément.

L'arrosage

La terre des Capucins est lourde. Vérifier la profondeur mouillée après l'arrosage en grattant la terre. Par temps chaud, l'humidité de surface disparaît par évaporation. Ne pas oublier que l'humidité doit être présente au niveau des racines. Le binage permet d'éviter le « croutage » de la terre et d'arroser moins souvent.

Arroser le matin de bonne heure (le meilleur moment) sinon le soir. Eviter l'arrosage dans la journée.

Comment ?

Arroser au pied des plantes (au goulot) pour éviter les moisissures (le soir) ou les brûlures (le jour). L'arrosage des feuilles de tomates par exemple est une cause de mildiou.

En prenant l'eau du bassin moins froide que celle du robinet, les plantes ne prendront pas un coup de froid.

Semis : arroser à la pomme en évitant d'inonder. Il est intéressant de pailler légèrement avec des végétaux ou du gazon s'il fait chaud pour réduire l'évaporation

Les soins pendant la croissance

.

La récolte

- ☛ Uniquement dans son jardin et là où nous sommes expressément autorisés.
- ☛ Les fleurs des allées sont à admirer ou photographier !
- ☛ Si la récolte se traduit par un arrachage des végétaux, ne pas oublier de préparer ceux-ci pour leur intégration dans le compost (tri et coupe en petits morceaux pour éviter le broyage).

La lutte contre les maladies

Quelle maladie ?	Quels symptômes	Quelles espèces ?	Quels remèdes
Mildiou	Tâches jaunes ou brunes sur les feuilles et duvet blanc légèrement violet en dessous.	Aubergine, blette, carotte, céleri, cerfeuil, choux, épinard, fève, navet, oignon, persil, pois, pomme de terre et tomate.	Pulvérisation de bouillie bordelaise en prévention sur les plantes sensibles. Arrosage de purin de prêle dilué.
Oïdium ou « blanc »	Les feuilles se couvrent d'un duvet blanc, pulvérulent (période chaude et sèche)	Aubergine, carotte, concombre, cornichon, courge, fraise, mâche, melon, pois.	Poudrage de soufre dès l'apparition des premiers symptômes.
Rouille	Tâches jaunâtres ou rougeâtres sur les feuilles	Ail, céleri, cerfeuil, fève, mâche, maïs, oignon, persil, pois et rhubarbe.	Pulvérisation de bouillie bordelaise dès l'apparition des tâches.
Maladie des tâches	Tâches rougeâtres, circulaires, en grand nombre sur les feuilles qui finissent par se dessécher.	Fraise	Couper les feuilles atteintes; pulvériser de la bouillie bordelaise avant la 1 ^{ère} floraison et après la récolte.

La lutte contre les maladies

Quelle maladie ?	Quels symptômes	Quelles espèces ?	Quels remèdes
Pourriture grise	Les fruits ou les feuilles pourrissent et se couvrent de moisissures grises.	Aubergine, fraise.	Eliminer les parties atteintes. 2 ou 3 pulvérisations de décoction de prêle à 10 / 15 jours d'intervalle dès les 1 ^o symptômes.
Fonte des semis	Les plantes ne lèvent pas ou meurent à peine levées.	Tous les semis de légumes.	Pulvériser au sol une décoction de prêle (1) juste après le semis.
Pourriture des bulbes	Le feuillage jaunit et le bulbe pourrit.	Ail et oignon	Arracher les plantes atteintes.

(1) Décoction de prêle: mi juin / mi juillet, mettre 200 g de feuille de prêle dans 10 l d'eau à infuser pendant 24 h. Faire bouillir ensuite 15 à 20 min et attendre 24 h pour filtrer.

La lutte contre les ravageurs

Quels ravageurs ?	Quels symptômes	Quelles espèces ?	Quels remèdes
Limaces et escargots	Morsures plus ou moins profondes dans les feuilles et traces brillantes	Tous les légumes, surtout les jeunes plants.	-« Barrière » de cendres ou de copeaux de bois. -Planchettes posées au sol -Granulés anti limaces qualité bio (ferramol)
Pucerons	Présence de pucerons au revers des feuilles et le long des tiges (en manchon)	Artichaut, aubergine, choux, courge, fève, fraise, melon, oseille, pois, pomme de terre et tomates, haricot.	-Pulvérisation de purin d'orties dilué (3) -Favoriser leur prédateurs: les coccinelles. -Préparation au savon de Marseille (4)
Araignées rouges ou jaunes	Le feuillage prend une couleur grise et des toiles d'araignée très fines sont visibles au revers des feuilles.	Aubergines, concombre, cornichon, courge, fraise, haricot, melon, pois et tomate.	Pulvérisation de solution de nicotine (1)
Teigne (ou ver) du poireau (chenille blanche à tête jaune)	La plante meurt subitement. Présence de galeries au cœur de la plante.	Oignon, échalote et poireau.	Pulvérisations préventives de purin d'ortie dilué.

La lutte contre les ravageurs

Quels ravageurs ?	Quels symptômes	Quelles espèces ?	Quels remèdes
Larves de mouche de la carotte ou de l'oignon	Les feuilles jaunissent et se flétrissent. Les carottes ou les bulbes sont véreux.	Carotte ou oignon.	Eliminer les carottes atteintes Saupoudrer les rangs préventivement avec du marc de café Pulvériser avec une macération de feuilles de tomates (2).
Larve de piéride (papillon blanc) ou noctuelles (chenilles plus ou moins vertes à activité nocturne)	Feuilles rongées, dévorées.	Chou, chicorée, laitue, navet et tomates.	Ecraser les œufs. Pulvériser avec une macération de feuilles de tomates (2).
Altise ou puce de jardin	Perforations sur les feuilles	Artichaut, betterave, chou, navet, pomme de terre.	Pulvérisations de pyrèthrine si présence constatée (à renouveler tous les 4/5 jours si nécessaire).
Doryphores	Les feuilles sont dévorées	Aubergine, pomme de terre et tomate.	Ramassage manuel dès le début de période infestation.
Ver blanc ou larve de hanneton (6 / 8 cm)	Plantes qui flétrissent, jaunissent et meurent sans raison apparente. Les racines sont creusées de galeries larges.	Betterave, choux, fraise, laitue, maïs, navet et pommes de terre.	Des feuilles de chou ou de navet hachées et incorporées au pied des plantes sensibles éloignent les hannetons et leurs larves.

La lutte contre les ravageurs

Quels ravageurs ?	Quels symptômes	Quelles espèces ?	Quels remèdes
Courtillères	Disparition de jeunes plants (semis qui ne germent pas), bulbes rongés qui ne poussent pas.	Tous les légumes.	Enterrer au ras du sol des boîtes de conserve (fin mars) remplies aux $\frac{3}{4}$ d'eau pour que les courtillères s'y noient.
Fourmis	Les feuilles jaunissent, de la terre fine enveloppe les tiges, les petites racines sont dévorées.	Fraisiers	Peaux de citron à déposer sur le sol.

- (1) Solution de nicotine pour les fumeurs: faire bouillir dans 1 litre d'eau 30 g de mégots de cigarettes sans filtre pendant une $\frac{1}{2}$ heure. Laisser refroidir et filtrer. Diluer pour obtenir 4 litres. Attention, un ouvrage considère cette préparation très toxique !
- (2) Macération de feuilles de tomates : faire macérer 1 Kg de déchets de taille de tomates dans 10 litres d'eau pendant une journée. Filtrer le jus.
- (3) Purin d'ortie : en vente chez les spécialistes, mais peut se préparer facilement : 1 Kg de feuilles d'orties hachées dans 10 litre d'eau pendant 10 jours. A diluer 5 à 10 fois.
- (4) 150 g de savon de Marseille râpé dans un litre d'eau. Faire bouillir pour dissolution. Après refroidissement rajouter 100 cm³ d'huile d'arachide et brasser énergiquement. Cette préparation peut être conservée plusieurs mois. Pour l'utiliser la diluer à 10% et pulvériser sur les pucerons qui seront asphyxiés.

L'élimination des déchets, le compostage

	→	→	→
Résidus: métaux plastique verre papier carton	Retour à la maison ou Poubelle local du haut ou du bas	A vider au cours des travaux collectifs (hall étudiants)	Enlèvement par les ordures ménagères
Cailloux	Bordures d'allées ou haut: face compost bas: contrefort du mur		Enlèvement périodique Services municipaux.
Tailles (voir page 22)	Zone végétaux du bas. Ne pas mettre au compost		Sera broyé pour intégration compost.
Mauvaises herbes chiendent liseron	Laisser sécher 1 semaine sur votre parcelle, puis ↓		
Végétaux compostables	Tas de compost du côté 'végétaux'	Migration vers côté compost	A utiliser sur votre parcelle

Recommandations pour obtenir un compost collectif de qualité au Clos des Capucins.

Le respect de ces recommandations permettra un travail plus facile du compost et d'éviter un broyage difficile à mettre en œuvre.

Mettre dans les zones compost.

- ☛ Les branches de tailles d'arbustes (**hors rosiers et ronces**) coupées en morceaux de 20 cm maximum.
- ☛ Les mauvaises herbes sèches et les végétaux du jardin.

Mettre dans la zone des végétaux du bas.

- ☛ **Les tailles de rosiers et ronces.** Les branches de tailles d'arbustes coupées en morceaux de plus de 20 cm.
- ☛ Les plants de tomates et tomates.
- ☛ Les plantes malades.

A détacher et à mettre dans la boîte aux lettres de La Folle Avoine

Mon expérience personnelle (Suggestions, corrections ...) :

M., Mme :