



CULTIVER DURABLEMENT

consommez en accord avec les saisons

invitez la diversité dans votre jardin

La **permaculture** propose de concevoir des écosystèmes productifs utilisant l'énergie avec « bon sens », c'est un remède à la dégradation de l'environnement et une réponse à la demande de qualité des consommateurs. Ce **changement de paradigme** vise une production économiquement viable, environnementalement durable et socialement équitable. Adopter ces principes dans un jardin de ville, c'est contribuer à l'amélioration de la **qualité de vie** de chacun. Le **jardinage urbain** est un formidable outil de cohésion sociale car chaque compétence est utile pour aménager notre milieu de vie et les **relations** aux autres.



améliorez la qualité de vie de chacun

La permaculture

C'est une démarche économe en énergie, respectueuse des êtres vivants, s'inspirant de la diversité et de la résilience des écosystèmes selon un cycle vertueux : zéro intrant, zéro déchet.

Les trois piliers éthiques de la permaculture sont d'être attentif aux autres, de prendre soin de la terre pour créer l'abondance et de partager équitablement les surplus et

les savoirs. Cela se traduit par exemple en consommant en accord avec les saisons, en faisant bénéficier son entourage des excédents de production et en préservant le sol et l'environnement pour nos enfants.

Cultiver durablement assure la régénération des écosystèmes dégradés sans recours excessifs aux énergies fossiles ni utilisation de produits toxiques.

Références:
- « Permaculture: introduction et guide pratique », L. Schlop, éd. Kangaroots, 2012
- Fiche « Jardins potagers d'espèces indigènes » consultable sur www.1001sitesnatureenville.ch

Cultiver en butte

principes



bon à savoir



trucs et astuces



Concevoir des buttes de culture en lasagne avec une alternance de matériaux verts (azotés), comme le gazon et de résidus secs (carbonés), tel que le carton ou d'autres déchets ligneux. Puis recouvrir ce sandwich en récupérant la terre végétale des allées avant d'y semer du trèfle.

Vous pouvez utiliser du bois déjà décomposé pour créer la butte, mais il faut une bonne aération qui permet à la terre entassée de cette manière de gagner en fertilité. Les bords hauts font que le substrat se réchauffe plus rapidement au printemps. Vos planches de culture doivent être bien dimensionnées pour ne pas avoir à marcher dessus une fois en place.

La culture sur butte est esthétique, ergonomique, pédagogique, et potentiellement fertile. Cette technique représente beaucoup de travail pour sa mise en place, elle est intéressante si vous avez déjà sur place les matériaux nécessaires à sa réalisation.

«L'agriculture traditionnelle exige [...] beaucoup de main-d'œuvre, l'agriculture industrielle, beaucoup d'énergie, et les systèmes permaculturels, beaucoup d'informations et de conception.» David Holgrem

«La richesse, la résilience, et surtout l'efficacité d'un système repose sur les interconnexions entre les éléments, [...] il faut donc relier l'élément problématique à un autre, quitte à l'introduire et le problème d'un élément devient la solution d'un autre.» Bill Mollison

TRAVAILLER AVEC LA NATURE

Faire le moins possible contre la nature : profitez de la diversité sans la détruire pour que le jardin développe sa fertilité et que les récoltes augmentent alors que le travail à fournir diminue. Aidez votre jardin à gagner en biodiversité car vous favoriserez ainsi micro-organismes et insectes utiles.

Régénérer la terre en la travaillant le moins possible, en bannissant les produits chimiques, en la couvrant par les plantes et le paillage, en minimisant le désherbage et en réduisant au maximum la période après récolte durant laquelle la parcelle est dénudée. Les **lombrics*** vous le rendront bien.

MULTIFONCTIONNALITÉ

L'organisation de votre jardin doit commencer sur le pas de votre porte, en installant à proximité les éléments dont vous avez le plus souvent besoin, comme par exemple une spirale aromatique. Chaque élément doit être placé selon ses relations avec les autres et remplir plusieurs fonctions : une haie est un abri à **auxiliaires***, un microclimat, une clôture et une source de nourriture... (cf. fiches 1, 4 et 7).

FAIRE PLUS AVEC MOINS

Tout déchet est une ressource à exploiter, les déchets de l'un correspondent souvent aux besoins de l'autre, rien ne se perd et tout se transforme dans le cycle naturel du compostage.

QUALITÉ NUTRITIVE

Une tomate « naturelle » de variété ancienne peut contenir vingt fois plus de sels minéraux qu'une hybride achetée en hiver et ayant été produite sous serre et hors-sol.

PLANTES COMPAGNES

Associez les plantes selon leurs pouvoirs de répulsion ou d'attraction sur les insectes et les bénéfiques qu'elles peuvent s'apporter entre elles. À l'exemple de la Milpa mexicaine qui associe une graminée, une fabacée, et un couvre-sol.

Quand la diversité est au rendez-vous, les plantes tolèrent les pucerons, car ils appâtent des pollinisateurs, dont leurs larves se nourrissent. Favoriser les auxiliaires de culture en installant les plantes compagnes présentes dans leur biotope naturel (le trio framboisier, violette et sureau) permet de nourrir les syrphes et donc de lutter contre les pucerons une grande partie de l'année.

Les champignons aident depuis 450 millions d'années les plantes à croître dans le sol en améliorant l'accessibilité à l'eau et aux minéraux, grâce aux **mycéliums*** en symbiose avec leurs racines.

RENDEMENT

Un potager performant en polyculture de 100 m² peut fournir jusqu'à 2,5 kg de fruits et légumes par jour soit 9 kg/m²/an et avoir un rendement supérieur aux monocultures les plus productives.

Semez vos cultures en alternant avec des fabacées comme les haricots pour fertiliser le sol (mais évitez cette association avec les plantes de la famille de l'ail). Semez un mélange de sarrasin, **cucurbitacées***, radis fourrager et phacélie comme **engrais vert*** et couverture de sol (par ex. pour lutter contre la renouée du japon).

*

Pour économiser du temps :

- Paillez toutes vos cultures pour favoriser entre autres les vers de terre qui laboureront alors à votre place tout en diminuant par deux la nécessité d'arroser.
- Choisissez des espèces qui n'ont pas besoin d'entretien, cultivez plus de fruits et moins de légumes ; vous pouvez essayer les légumes vivaces, dits perpétuels qui assurent des récoltes régulières, sans demander autant de soin que les légumes annuels. Vous pouvez aussi laisser en terre quelques pommes de terre ; vous n'aurez alors plus jamais besoin d'en planter.

*

Produisez toute l'année, mâches, épinards, choux, fèves, poireaux... , peuvent se développer en hiver.

*

Participez à l'entraide et au partage à l'échelle du quartier (outillage, graines et récoltes...) et réhabilitez les savoir-faire traditionnels (tisanes, recettes, lacto-fermentations, purins, et variétés locales oubliées).

*Lombrics : désigne les vers de terres, acteurs majeurs des écosystèmes et synonymes de fertilité, ils représentent 60% de la masse de tous les animaux terrestres.

*Organisme auxiliaire : pollinisateurs et/ou antagonistes des organismes nuisibles aux cultures.

*Mycélium : appareil végétatif des champignons, constitué de filaments blancs.

*Cucurbitacées : famille de plantes à port rampant ou grimpant ; cultivée pour ses fruits.

*Engrais vert : plante semée pour améliorer et protéger un sol et non pour être récoltée.

Le potager en lasagne



Légende

- 1 La « Milpa » associe les « trois sœurs » : la courge protège le sol et limite la concurrence, le maïs sert de support et le haricot enrichit le sol.
- 2 Paillage sur 4 à 15 cm, à renouveler selon le cycle vertueux du retour à la terre de ce qui en est issu (résidus).
- 3 3 cm de compost pour amender les 20 à 40 cm de terre arable.
- 4 Parois en clayonnage de noisetier ou de châtaignier ou autres types de soutènement (bacs, murets...).
- 5 Alternance de couches de matières carbonées type paille sur 8 cm et de résidus verts sur 5 cm, broyés et arrosés copieusement.
- 6 Base qui peut accueillir des matériaux inertes (briques concassées au lieu d'être mises en déchetterie) ou du bois spongieux, déjà décomposé.
- 7 Décompactage du fond sans le retourner.