

# Les astuces au jardin potager



# Quelques chiffres

- 69% des Français ont un jardin (fleurs, aromates, légumes,...)
- Environ 8000 tonnes de pesticides utilisés en France
- 8% des émissions de pesticides sont issus des jardiniers amateurs

-> Le jardinage Bio est une autre manière de jardiner!!



# Astuce 1 : S'adapter au sol et au climat

- Indices tactiles :
  - terre **sableuse** : apport plus important en matière organique (humus, compost) (1)
    - > lorsqu'on l'écrase dans la main, du sable s'en échappe, pas compact
  - terre **limoneuse** : grasse, fertile, riche en micro-organismes (2)
    - > terre qui s'émiette entre les doigts (la meilleure terre pour le jardin)
  - terre **argileuse** : plus lourde, mais résiste bien à la sécheresse (3)
    - > colle à la main, difficile à travailler mais résiste à la sécheresse



# Astuce 1 : S'adapter au sol et au climat

- Plants bio-indicatrices:

-> Mouron blanc/Plantain lancéolé/Luzerne tachetée : sols bien équilibrés (1)

-> Helminthie/Réséda jaune/Pricride fausse-épervière : sols trop calcaires (2)

-> Callune/Bruyère/Boulot/Genêt à balais : sols décalcifiés (3)



1



2



3

# Astuce 2 : Privilégier la Biodiversité

- Attirer la Biodiversité:
  - > Prairies riches en fleurs sauvages (insectes pollinisateurs)
  - > Lierre qui fleurit et fructifie tard dans la saison (oiseaux, lézards)
  - > Haie, buissons: refuges pour l'hiver (hérissons, oiseaux ...)
  - > Mur de pierres sèches (reptiles, insectes)
  - > Point d'eau (batraciens, insectes)



# Astuce 2 : Privilégier la Biodiversité

- Les insectes *Amis du jardinier*:
  - > Les **coccinelles** dont les larves se nourrissent de pucerons
  - > Les **araignées, mille-pattes, punaises, perce-oreilles** se nourrissent de ravageurs (mollusques, chenilles,...)
  - > Les **Papillons, guêpes, abeilles, bourdons** sont des pollinisateurs
  - > Les **oiseaux** se nourrissent des insectes et de leurs larves, ainsi que des rongeurs
  - > Les **vers de terre** fertilisent et aèrent la terre
  - > Les **hérissons** se nourrissent de limaces, escargots, chenilles...
  - > Les **chauves-souris** se nourrissent d'insectes nuisibles
  - > Les **crapauds** se nourrissent de mollusques
  - > Les reptiles (**lézards, orvets, serpents**) se nourrissent de vers et de limaces



# Astuce 3 : Associer les plantes *Amies*

- Diversifier les cultures évite l'appauvrissement du sol



Il est important de respecter les règles de voisinage !!

Quelques exemples :

- > Les herbes aromatiques, soucis et œillets d'inde sont des répulsifs pour les nuisibles
- > Le basilic facilite une bonne croissance de la tomate, les plants sont plus résistants
- > La lavande écarte les parasites des rosiers
- > La capucine repousse les mouches blanches et les fourmis
- > Tomates et haricots grimpants offrent aux salades un abris indispensable



# Astuce 4 : Il n'y a pas de « mauvaises herbes »



Arracher les herbes indésirables sans discernement est une erreur !!

- > Les herbes indésirables participent à augmenter la biodiversité au jardin
- > Il faut contenir le développement des herbes indésirables pour trouver un équilibre acceptable entre elles et les plantes d'agrément

Quelques exemples :

- Le pissenlit et le séneçon ameublissent et aèrent la terre
- Le trèfle, le chardon, la pâquerette, l'ortie attirent les pollinisateurs (abeilles, guêpes,...)
- La menthe est un couvre sol efficace et étouffe d'autres « mauvaises herbes »
- Mélangées les unes aux autres elles forment un excellent compost



# Astuce 5 : Nourrir le sol plutôt que la plante

Au jardin Bio, la plante trouve tout ce dont elle a besoin dans le sol !!

-> Il faut donc éviter que le sol ne s'épuise

Pour cela, plusieurs solutions existent comme le **compost** ou les **engrais verts**

**Le compost** : il s'agit d'un mélange de déchets organiques (riches en azote/carbone)

- Structure le sol
- Améliore sa qualité et sa fertilité
- Favorise la vie microbienne et apporte à la terre tout ce dont elle a besoin

**Les engrais verts** : culture de plantes à croissance rapide pour ensuite les enfouir dans le sol

- Fourni de l'humus
- Améliore la qualité du sol

Exemple : le lupin fourrager stocke l'azote et, une fois enfoui, enrichi le sol



# Astuce 5 : Nourrir le sol plutôt que la plante

Au jardin Bio, la plante trouve tout ce dont elle a besoin dans le sol !!

-> Il faut donc éviter que le sol ne s'épuise

D'autres solutions existent comme les **engrais naturels**, ou encore d'autres alternatives

**Les engrais naturels** : effet nutritif rapide et apportent les minéraux essentiels à la croissance des plantes

- Origine végétale : goémon, tourteau de ricin,...
- Origine animale : farine de plumes, guano et arrêtes de poissons,...

**Autres alternatives** : « **pharmacie verte** » qui aident les végétaux à résister aux attaques parasitaires

- La bouillie Bordelaise
- Savon noir en décoction
- Prêle en décoction



# Quelques recettes naturelles

- DECOCTION D'ABSINTHE

**Fabrication** : Compter 10 KG DE PLANTES SECHEES POUR 10 LITRES D'EAU. Faire bouillir 30 min puis laisser reposer toute la journée avant de filtrer.

**Utilisation** : En traitement préventif ou curatif contre les pucerons. Pulvériser tous les 10 jours sur la plante.



- DECOCTION DE PRÊLE (Riche en silice)

**Fabrication** : Faire tremper 1 KG DE TIGES FINEMENT COUPEES DANS 10 LITRES D'EAU puis faire bouillir 30mn. Laisser refroidir 12h avant de filtrer.

**Dilution** : Pulvériser diluée à 20 % (1 part de décoction pour 5 parts d'eau)

**Utilisation** :

- En traitement curatif pour renforcer la résistance des plantes aux maladies.
- En traitement curatif : maladie cryptogamique, rouille, taches noires, cloque du pêche, botrytis, mildiou.



# Quelques recettes naturelles

- ORTIE

Riche en azote, éléments organiques et minéraux, oligo-éléments

**Fabrication** : Hacher 1 KG D'ORTIES POUR 10 LITRES D'EAU et laisser macérer :

- 12 à 24 heures à 18 °c pour obtenir un effet fongicide et insecticide,
- 10 A 15 jours à 18°c pour servir d'engrais et stimulateur.

**Dilution** :

- sur le feuillage : dilution à 5%
- au pied des plantes : dilution de 10 à 20%

**Utilisation** :

- répulsif : acariens et pucerons
- préventif : mildiou, rouille et oïdium
- engrais (arrosage au pied des plantes)



# Quelques recettes naturelles

- PISSENLIT

**Fabrication** : Faire macérer 2 KG DE PLANTES ENTIERES AVEC LES RACINES dans 10 Litres d'eau. Filtrer.

**Dilution** : En dilution à 20 % (1 part de macérât pour 5 parts d'eau)

**Utilisation** : Arroser le sol à l'automne et au printemps pour stimuler la croissance de la plante et fortifier les légumes.



- EXTRAITS DE PEPINS DE PAMPLEMOUSSE

**Fabrication** : Mettre 8 gouttes pour 1 L d'eau

**Utilisation** : Lutte contre l'Oidium des cucurbitacées



- MACERATION D'AIL

**Fabrication** : 1 gousse écrasée dans 1 cuillère à soupe d'huile, laissé macérer 48h. Filtrer. Mélanger dans 1 L d'eau

**Utilisation** :

- répulsif : gastéropodes
- préventif : rouille



# Quelques recettes naturelles

- DECOCTION OU PURIN DE LIERRES

**Fabrication** : 100 gr de feuilles pour 1L d'eau. Laisser mariner 48h. Faire bouillir 20min couvert. Laisser refroidir couvert. Filtrer. Pulvériser pur.

**Utilisation** : En traitement préventif contre les gastéropodes



- INFUSION DE LAVANDE

**Fabrication** : Faire bouillir 1L d'eau. Une fois que l'eau boue, arrêter le feu et mettre la lavande. Laisser infuser 15min.

**Utilisation** : En traitement préventif contre les pucerons et chenilles.



- MACERATION DE RUE

**Fabrication** : Faire macérer 800 à 900 g de tiges et feuilles dans 10L d'eau pendant 10 jours.

**Utilisation** : Pulvériser dilué à 20%. Contre les pucerons.



# Quelques recettes naturelles

- INFUSION DE MELISSE OU MENTHE POIVREE

**Fabrication** : 500 g de plantes hachées grossièrement, les plonger dans 5L d'eau. Porter à ébullition. Arrêter la source de chaleur aux premiers bouillons. Couvrir, laisser infuser 12h sous couvercle.

**Utilisation** : Se pulvérise pur pour la mélisse et dilué à 10% pour la menthe poivrée. Ne se conserve pas. insecticide



- INFUSION DE SAUGE OFFICINALE

**Fabrication** : 150 g de plantes fraîches grossièrement broyées dans 5L d'eau bouillante, retirer du feu. Laisser refroidir et filtrer.

**Utilisation** : Se pulvérise pur. Ne se conserve pas. Insecticide



- MACERATION DE SUREAU

**Fabrication** : 1 kg de feuilles fraîches dans 10L d'eau de pluie pendant 2 jours puis filtrer

**Utilisation** : Pulvériser non dilué. Insecticide, antifongique.



# Les animaux amis du jardinier

- L'abeille domestique

- > Très bonne pollinisatrice

- > Accroît la productivité de légumes



- La coccinelle

- > S'attaque aux parasites : lutte biologique

- > Peut manger jusqu'à 150 pucerons/jour

- (on les appelle les ogres à pucerons)*



- L'épeire

- > Capture de nombreux ravageurs qui arrivent en volant

- > Tue les insectes grâce à son venin

- et les enroule aussitôt dans un cocon de soie



# Les animaux amis du jardinier

- Le hérisson

- > Très bon régulateur de populations de ravageurs

- > Mange les limaces, escargots, vers blancs,...

- (là où il y a à manger, le hérisson s'arrête!!)*



- Le lézard des murailles

- > S'attaque aux petits insectes (mouches, criquets, sauterelles, coléoptères...)

- > Peut manger des petits escargots

- (les lézards sont de vrais chasseurs à l'affût!)*



- Le ver de terre

- > Contribue à la fertilité naturelle du sol

- > Stimulation de la vie microbienne et aération du sol

- (ce sont les architectes du sol)*

