

Nourrissez votre jardin

LE COMPOST

Le compost est la solution idéale pour fournir un engrais naturel, apporter de la vie à votre sol, de la nourriture à vos plantes et... réduire le volume de votre poubelle. Alors pas de jardin sans compost !



Recette : Compost maison

Temps de préparation : 6 à 12 mois

. Fabriquez un container, par exemple en bois, et installez-le à l'ombre et à l'abri du vent, sur un coin de sol nu. Ainsi les recycleurs du sol monteront facilement dans le tas de compost pour y travailler.

. Alimenter votre compost avec des matières organiques (feuilles sèches, broyats de branches, tontes de pelouse, déchets de jardin, épluchures, marc de café...).

. Vous pouvez couvrir de paille ou d'herbes sèches afin de garder le tas humide et d'éviter le dessèchement par le soleil.

. Retournez superficiellement pour aérer et accélérer la décomposition.

. Ajoutez enfin à votre compost des éléments nutritifs essentiels au sol (magnésium, oligo-éléments) en incorporant de la cendre, des algues en poudre, etc. en petite quantité.



Astuce :

Évitez les plantes malades et certaines plantes indésirables comme le lisier et le chardon !

LES ENGRAIS VERTS

Ces plantes, à croissance rapide, sont destinées à être enfouies pour enrichir le sol. Semées sur une parcelle de potager, entre des rangs de légumes ou au jardin d'ornement entre deux cultures annuelles, ces plantes vont également aérer le sol par leur système racinaire et servir de couvre-sol en le protégeant du soleil et de la frappe de la pluie. Elles peuvent également servir à désinfecter la terre, attirer des pollinisateurs comme les abeilles ou des syrphes dont les larves sont grosses consommatrices de pucerons.



Recette :

Semez, broyez, incorporez

Semez de mars à novembre en fonction des variétés. Lorsque les plantes sont en boutons ou même en fleurs, broyez, laissez sécher et incorporez en surface.



Quelques exemples à choisir :

- 1 Phacélie : mellifère
- 2 Trèfle : enrichit le sol en azote
- 3 Moutarde : désinfectant et insectifuge
- 4 Vesce : enrichit le sol en azote. Se sème tout l'hiver.



Astuce :

Enfouissez ces plantes une fois séchées, cela facilitera leur assimilation par le sol.

LES EXTRAITS VÉGÉTAUX : DES PLANTES-ENGRAIS !

Utiliser purin ou décoction de plantes favorise la croissance et la santé des végétaux. Jeunes, ils serviront à activer la végétation ; âgés d'une dizaine de jours et fermentés, ils feront d'excellents stimulants pour votre sol. Ortie (1), consoude (2), prêle (3), seules ou en mélange : de saines préparations, malodorantes, certes, mais ô combien efficaces !



Recette :

Le purin d'ortie, de prêle et de consoude

Pour ces trois plantes, la préparation du purin se fait selon la même recette. Seules les dilutions à réaliser pour l'utiliser diffèrent :

. Entassez les plantes cueillies avant floraison dans un récipient (évitiez le métal) jusqu'à la moitié de sa hauteur. Remplissez d'eau (préférez l'eau de pluie) et laissez macérer environ deux semaines en remuant tous les jours.

. Votre purin est prêt lorsqu'aucune bulle ne remonte à la surface lors du brassage, signe que la fermentation est terminée. À utiliser 3 à 4 fois à partir d'avril, filtré et dilué*, en arrosage ou en pulvérisation.

. Pour le conserver, stockez-le au frais dans des bouteilles fermées et à l'abri de la lumière.

* Ortie : dilution à 10%,
Prêle : dilution à 10%,
Consoude : dilution à 20%.

Attention !

Si nourrir votre jardin est essentiel, souvenez-vous qu'abuser d'apports fertilisants, même naturels comme le fumier, peut être source de pollution, notamment de l'eau.

Désherbez autrement

QUE FAIRE DES INDÉSIRABLES ?

Souvent aussi vigoureuses que vos propres plantations, ces herbes que l'on dit mauvaises, ont un pouvoir de colonisation exceptionnel. Et pour cause ! Si elles poussent là, c'est qu'elles sont adaptées au terrain. Vigilance, nouvelles méthodes de travail et tolérance... vous permettront de limiter ces « indésirables ».

D'abord, utilisez votre binette, plutôt que le désherbant, et cela sans attendre d'être débordé.



Au potager, utilisez la méthode du « faux-semis » qui « piège » les mauvaises herbes. Faites du « mulch » ; technique de paillage réalisée avec toutes sortes de déchets végétaux (feuilles, écorces, tonte de gazon...). Cette méthode, tout en protégeant votre sol et en retenant l'humidité, empêche la croissance de ces plantes parfois envahissantes.

Recettes :

. Le faux-semis

Préparez le sol environ 15 jours avant, comme si vous alliez semer et laissez-le tel quel. Dès que les mauvaises herbes germent, ratissez pour les éliminer. Vous pouvez alors semer.

. Le « mulch »

Cette technique de paillage s'utilise entre des plants de 10 cm de hauteur minimum, sous les arbres et arbustes et même dans vos parterres de fleurs.

« Paillez » avec des végétaux secs (broyage des tailles, tonte de gazon, feuilles, écorces, paille, fougères...). Proscrivez les aiguilles de pins, le thuya et les feuilles de noyer. A terme la décomposition de ce mulch enrichira votre sol !



Astuce :

En cas de sécheresse, arrosez votre sol avant la pose du mulch.



L'eau est un bien précieux

Économisez-la !

Choisissez des méthodes économes et appropriées :

- arrosez le soir ou le matin.
- privilégiez les goutte-à-goutte ou l'arrosage au pied des plantes.

Récupérez-la !

L'eau de pluie est la meilleure pour arroser. Installez des récupérateurs sous vos gouttières.

Enfin, souvenez-vous qu'une terre nourrie par du compost et des matières organiques, donc riche en humus, reste humide et fraîche plus longtemps.



Astuce :

Prévenir les pucerons

Le purin d'ortie n'a pas de vertu insecticide contrairement à ce que l'on dit parfois, par contre, en prévention, il renforce la résistance des plantes en particulier contre l'attaque des pucerons.



Adieu pesticides !

La nature est bien faite, il suffit de l'aider par des pratiques adaptées, d'être plus attentif et le tour est joué. Les produits chimiques ne sont pas indispensables. La première règle : prévenir plutôt que guérir !

ACTIONS PRÉVENTIVES

En plus de nourrir votre sol (voir au verso), vous pouvez mettre en place la rotation des cultures, les cultures associées, les plantes-compagnes et accueillir les alliés du jardin. Ces techniques permettent de prévenir les maladies ou les invasions.

LA ROTATION DES CULTURES

Pour ne pas épuiser le sol ni risquer de développer maladies et parasites, appliquez la rotation des cultures !

Recette :

Déplacez, planifiez !

- N'installez pas deux fois de suite au même endroit les mêmes légumes.
- Evitez de faire se succéder sur une même planche des légumes de même type racinaire (bulbe, racine).
- Pour ne pas oublier l'emplacement de vos plantations, année après année, faites un plan de votre jardin.

Astuce :

Choisissez rustique

Utilisez des variétés rustiques pour le choix de vos légumes, arbres, fleurs... Plus résistantes, elles sont moins sensibles aux maladies et autres avaries.



CULTURES ASSOCIÉES ET PLANTES-COMPAGNES

Dans la nature les plantes poussent ensemble en harmonie, se complètent, s'entraident... Pourquoi n'en serait-il pas de même dans le jardin ?

Associez certains légumes entre eux et avec des fleurs, ils se conforteront dans l'utilisation du sol (en surface ou en profondeur), dans la lutte contre les maladies, les insectes et ils se compléteront (support, ombre, etc.).

Recette :

• Les cultures associées, quelques exemples :

| AVEC QUI ? | Tomate | Carotte | Poireau | Fraisier | Laitue | Pom. de terre | Courgette | Haricot |
|-------------------------------|--------|---------|---------|----------|--------|---------------|-----------|---------|
| ☺ = conseillé ☹ = à éviter | | ☺ | ☺ | | ☺ | ☹ | ☺ | ☺ |
| Tomate | | ☺ | ☺ | | ☺ | ☹ | ☺ | ☺ |
| Carotte | ☺ | | ☺ | | ☺ | | | |
| Poireau | ☺ | ☺ | | ☺ | ☹ | | | ☹ |
| Fraisier | | | ☺ | | ☺ | | | ☺ |
| Laitue | ☺ | ☺ | ☹ | ☺ | | | | ☺ |
| Pomme de terre | ☹ | | | | | | | ☺ |
| Courgette | ☺ | | | | | | | |
| Haricot | ☺ | | ☹ | ☺ | ☺ | ☺ | | |

• Les plantes-compagnes dans le potager

Semez des œillets d'Inde, de la capucine, de la phacélie, du souci, de la sauge, du romarin ou du thym. En même temps qu'elles fleurissent votre potager, ces plantes évitent les attaques de certains petits ravageurs, et fournissent pollen et nectar aux papillons et autres insectes qui vous sont d'une grande utilité !

Astuce :

À chacun son défenseur !

- Les oignons placés à côté de vos carottes éloignent la mouche de la carotte.
- Les œillets d'Inde protègent les tomates du mildiou.
- L'aneth tient les pucerons à distance des fèves.
- Le basilic, en plus d'éloigner les moustiques, est un excellent antiparasitaire pour tous les légumes.

ACCUEILLEZ DES ALLIÉS DANS VOTRE JARDIN

De nombreux animaux (oiseaux, lézards, crapaud, hérisson et insectes) consomment activement les petits ennemis de nos cultures. Il est donc très utile de favoriser leur présence en leur aménageant des gîtes. D'un point de vue général, plantez des haies d'essences locales et à baies, des arbustes variés qui favoriseront l'installation naturelle de toute cette faune très utile. Ensuite vous pouvez l'aider en construisant des abris :



Oiseaux : Multipliez les nichoirs pour accueillir mésanges, rougequeuees...

Un couple de mésanges capture des centaines de chenilles par jour pour nourrir

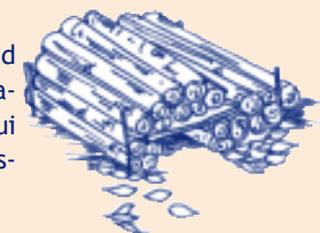
ses jeunes ! Préservez des trous dans vos murs de pierres, ils serviront de gîtes aux oiseaux mais aussi aux lézards, aux crapauds...



Conservez vos vieux arbres creux et vos vieux murs de pierres sèches, ils pourront accueillir la huppe fasciée et la chouette chevêche.



Hérisson : Il est grand dévoreur d'insectes, de limaces et d'escargots, laissez-lui l'accès à votre jardin et construisez-lui un gîte.



Chauve-souris : Une colonie de chauve-souris dévore plusieurs kilos d'insectes en une seule saison ! Laissez-les s'installer dans les anfractuosités de vos murs, sous les bords de toits, dans vos greniers. Installez même un nichoir adéquat !



Insectes : Favorisez l'accueil des perce-oreilles, coccinelles, chrysopes, carabes... à l'aide de fagots de tiges creuses pendus dans les arbres fruitiers par exemple. Ils participent activement à la régulation des indésirables.



◀ Fabriquez un gîte à **perce-oreilles** avec un pot de fleurs renversé dans lequel vous aurez tassé des herbes sèches. Ces alliés mangeront chenilles, pucerons, petits escargots et mouches !

Les **carabes** sont des coléoptères qui se nourrissent de larves, de vers, de limaces et de chenilles.



Les **coccinelles**, nos charmantes bêtes à bon Dieu, sont au stade adulte, comme au stade de larve, de grandes dévoreuses de pucerons !

Les larves des **chrysopes** (insectes que l'on voit souvent



pénétrer la nuit par une fenêtre ouverte) mangent des quantités considérables de pucerons !

ACTIONS CURATIVES

Si malgré toutes ces mesures de prévention, il vous est nécessaire d'intervenir, alors utilisez des méthodes curatives naturelles.



Recettes :

- **Pucerons, cochenilles** : aspergez d'eau savonneuse ou d'une décoction de prêle.
- **Mildiou, rouille, tavelure, oïdium** : Décoction de prêle diluée à 1/10^e, purin ou décoction de feuilles de fougère, cuivre, absinthe, ail.
- **Mouche blanche et insectes** : macération de feuilles de tomates.
- **Limaces** : cendres, sciures (à renouveler après la pluie), coupelle de bière installée sous une tuile.
- **Altises, doriphores, pucerons** : roténone, pyrèthre.

Attention !

Même naturels, ces produits sont à utiliser avec précaution et sans excès : ne pulvériser pas par temps de vent, préférez le soir et le matin. Ne pulvériser pas sur les fleurs épanouies pour épargner les insectes butineurs.

CONTACTS :

LPO Vienne :

389, avenue de Nantes
86000 POITIERS
05 49 88 55 22 - vienne@lpo.fr
<http://vienne.lpo.fr>

vos correspondants locaux :

Espace Réaumur :

75, chemin de la Grotte à Calvin - 86000 POITIERS - 05 49 45 22 60

Vienne nature :

14, rue Jean-Moulin - 86240 FONTAINE-LE-COMTE - 05 49 88 99 04

Les croqueurs de pommes :

Siège : Mairie de Biard - 21, rue des écoles - 86580 BIARD

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES :

- ▶ *Jardiner vert pour notre santé et celle de notre environnement*, P. Azarias, R. Gobin / Espace Réaumur de Poitiers.
- ▶ *Jardiner bio, c'est facile*, C. Aubert, R. Bacher, A. Bosse-Platière, B. Lapouge-Dejean, R. Mottin, A. Pontoppidan / Terre vivante.
- ▶ *Mariages réussis, associations écologiques au jardin d'ornement*, B. Lapouge-Dejean / Terre vivante.
- ▶ *Le poireau préfère les fraises*, Traduction F. Lecanu / Terre vivante.
- ▶ *Purin d'ortie et compagnie*, B. Bertrand, J-P. Collaert, E. Petiot / De Terran.
- ▶ *Ravageurs et maladies au jardin, les solutions biologiques*, O. Schmidt et S. Henggeler / Terre vivante.
- ▶ *Les Quatre Saisons du jardinage*, bimestriel de Terre vivante. Disponible sur abonnement.
- ▶ *L'oiseau mag*, trimestriel de la LPO, pages Refuges. Disponible sur abonnement.
- ▶ *Le jardin idéal des bêtes, comment les accueillir*, H. Rogner, M. Rogner / Terre vivante.
- ▶ *L'ami des oiseaux*, R. Burton / Larousse.
- ▶ *Nichoirs et Compagnie*, B. Bertrand, T. Laversin / De Terran.
- ▶ *Sites internet : Terre vivante*, www.terrevivante.org ; LPO, www.lpo.fr



CRÉEZ UN REFUGE LPO !

La surface importe peu ! Avec enthousiasme et patience, le plus petit jardin peut se révéler extraordinaire et devenir Refuge LPO. Particuliers ou collectivités, la démarche est très simple : il suffit d'adopter la charte des refuges et d'agir au quotidien pour la nature et les oiseaux. Renseignements : service Refuge LPO, 05 46 82 12 34 ou site internet de la LPO France, www.lpo.fr/refugeslpo

Cette action est réalisée par le groupe de travail « jardins » de la LPO Vienne et grâce au soutien financier de :



VIENNE



Cofinancé par le FEOGA (Union Européenne)



REPUBLIQUE FRANÇAISE



VIENNE



VIENNE



Respectez votre jardin, la nature vous le rendra !

Moins de chimie, c'est plus de vie !

En privilégiant les méthodes naturelles (extraits végétaux, compost...) et en favorisant la présence des alliés naturels du jardinier (insectes, oiseaux...) vous préservez l'équilibre de votre jardin.



En effet, les produits chimiques nuisent aux êtres vivants (insectes, oiseaux, vers de terre...) et engendrent déséquilibre, dépendance et pollution. De plus, ils constituent un risque pour la santé humaine. Sachez qu'un jardin vivant, où de nombreuses espèces cohabitent, nécessite moins de chimie !