



*Chapitre 3 : Entretenir et Soigner le potager
les gestes essentiels*

1

Préparer mon terrain



Défricher : le premier geste du jardinier

Dans un premier temps, je me débarrasse des herbes spontanées de mon terrain. Deux solutions s'offrent à moi :



Avec de la patience, je couvre le sol d'une grosse couche de paille ou de carton ou d'un morceau de bâche noire. Au bout de deux mois, les herbes indésirables pourrissent à l'obscurité et nourrissent le sol. Bêcher est alors beaucoup plus facile.



Si je n'ai pas le temps d'attendre, je me munis d'un sarcle (on l'appelle aussi la houe). J'ôte avec cet outil la couche d'herbes de la surface du sol.



Comment sarcler longtemps sans me faire mal au dos ?

1 Avec le sarcle (houe), je coupe les racines des plantes qui envahissent le terrain. *L'outil ne doit pas être rouillé et être bien affûté pour faciliter le travail.*



2 Je me place debout, le sarcle entre les jambes. Je tiens une main sur le haut du manche et l'autre un peu plus bas, sans fléchir les genoux.



- 3 Je lève le sarcle d'environ 50 cm et le laisse tomber sans forcer en le dirigeant juste entre mes jambes écartées. La pane du sarcle doit s'enfoncer en parallèle de la surface du sol et non en profondeur, de façon à découper les racines des plantes.



- 4 Toujours debout sans me pencher, je fais un petit pas en avant. Je recommence en soulevant de nouveau le manche sans arracher de mottes en visant quelques centimètres en avant.



Bêcher

Les plantes ont besoin d'un sol souple et aéré sur au moins 20 cm pour se nourrir. Il s'agit donc de travailler la terre en profondeur afin que les racinelles croissent le plus vite possible.

Bêcher est un travail difficile. En fonction de ma terre, je dois choisir le bon outil.



Pour une terre lourde, la fourche bêche est la plus adaptée pour éviter les grosses mottes.



Par contre, pour une terre légère, la pelle bêche est idéale pour retourner rapidement le sol.

La fourche bêche présente quand même l'avantage d'épargner les vers de terre, alliés du jardinier.





Comment bêcher sans se décourager ?

- 1 Au contraire du sarclage, je bêche en reculant.
- 2 Je tiens la bêche bien droite devant moi. Je l'enfonce en appuyant sur la pelle ou la fourche avec mon pied.
- 3 Une fois enfoncée, je tire sur le manche en le tenant par le haut sans me baisser. Je décolle ainsi une grosse motte de terre.
- 4 Je fléchis un peu les genoux, et place le bas du manche juste au-dessus de mon genou. En même temps, j'appuie sur le haut du manche. Je soulève ainsi la motte de terre sans trop d'effort en faisant levier.
- 5 Je maintiens la position et tourne le manche de façon à laisser tomber la motte de terre à l'endroit où je l'ai prise.
- 6 Si la motte n'est pas tout à fait brisée, je lui donne un petit coup avec le tranchant de la bêche pour terminer le travail.
- 7 Je continue le travail en reculant et en attaquant la prochaine ligne en sens inverse.





Griffer

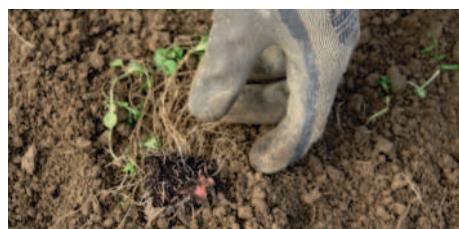
Malgré le bêchage, il reste probablement de grosses mottes sur mon terrain.



Je brise les grosses mottes restantes en griffant avec un croc.



J'enfonce les dents dans le sol, puis je remue la terre dans un mouvement de « va-et-vient » à plat.

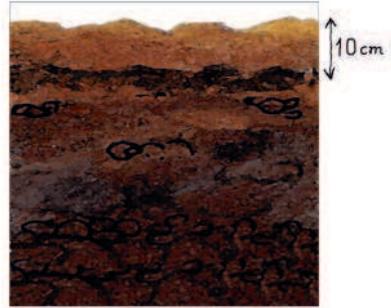


J'enlève toutes les racines et les cailloux que je trouve à ce moment.



Un dernier petit coup de râteau avant de semer

La terre est presque prête pour recevoir des graines. Il s'agit maintenant de préparer le lit qui accueille les semences. Ce lit correspond aux premiers centimètres de la surface du sol. Les mottes de terre doivent être aussi fines que les graines qu'elles vont accueillir. Ratisser permet, aussi, de rendre le sol bien plat et d'éviter ainsi les flaques quand j'arrose.



Je me place sur le côté de la terre que j'ai bêchée. Je pose les dents du râteau sur le sol sans les enfoncer. Une de mes mains est placée sur le bout du manche, l'autre environ quarante centimètres en dessous.



Je tire le râteau vers moi sans chercher à enfoncer les dents. Puis je repousse l'outil de la même façon. Mes mouvements doivent être énergiques et souples.



Je prends la terre des bosses en appuyant un peu sur les dents et je bouche les creux avec la terre que j'entraîne.



Je récupère les cailloux que le ratissage a repoussés sur le côté.

2

Semer ou planter



Pourquoi semer ?



Par économie (cela coûte moins cher que d'acheter les plants) ;



Pour choisir des variétés rares ou à mon goût ;



Pour le plaisir de voir grandir mes légumes depuis la graine !



Parce que parfois, je n'ai pas le choix : les légumes racines (carottes, radis...) ne supportent pas le repiquage (sauf les betteraves).



Quand semer ?



ATTENTION ! Ne pas planter trop tôt au printemps ! Patienter ! Les plants achetés trop tôt dans les jardinerie végétent ou au pire, sont grillés par les dernières gelées.



Fin février et début mars :

En attendant d'agir au potager, je prépare mes plants en caissette.



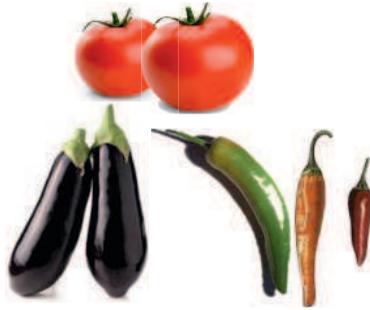
J'installe mes semis sous un châssis ou dans des caissettes en polystyrène rangées contre un mur exposé au sud.

Fin février début mars :

Le cerfeuil, les chicorées, les choux pommés ou de Bruxelles, le fenouil, les oignons, les poireaux se prêtent à ce semis de fin d'hiver, juste après les derniers coups de grand froid.



Les tomates, les aubergines, les piments se sèment dans la maison pour être repiqués en mai, une fois la terre bien réchauffée.



Fin mars :

Fin mars, les premières journées ensoleillées réchauffent le sol. C'est le printemps. Je sème directement au potager les fèves, les pois, les laitues batavias, les radis. Je plante dans le même temps les pommes de terre.





En avril ou mai :

En avril ou mai selon les régions, lorsque la douceur est véritablement installée :

✓ Je peux me lâcher complètement ! Je repique mes plants.



✓ Je répète en petites quantités les semis des mois d'avant pour avoir des légumes qui arrivent à maturité au fur et à mesure de la saison : radis, salades...



✓ Je débute les semis directs de haricots verts, de maïs, de laitues, de betteraves, de courges, de concombres, de courgettes et de salsifis.



En août :

En août, le retour des pluies plus importantes annonce un second printemps. Je cultive les légumes à récolter à la fin de l'automne ou en hiver. Les navets, les choux chinois, les radis noirs, les betteraves Crapaudine, les chicorées, la mâche, les laitues dites « de printemps » et celles pour l'hiver. Je peux également tenter un dernier semis de haricot vert à cueillir avant les gelées de plus en plus tardives.





Combien semer ?

Tous les jardiniers ont tendance à avoir la main lourde ! Je tente de planifier. Par exemple : combien de salades je mange par semaine ? 4 ou 5 ? Admettons que j'en laisse aux limaces 1 ou 2. Il m'en faut donc environ 6 par semaine, soit 24 par mois. Je généralise ce raisonnement à tous les légumes.



Je constate qu'il vaut mieux semer ou planter régulièrement en petite quantité.

En guise d'indication :

Pour une famille de 4 personnes, je peux compter :

- ✓ 3 pieds de courgette,
- ✓ 3 pieds de concombre,
- ✓ 12 pieds de tomates,
- ✓ 120 à 200 plants de poireaux,
- ✓ pour les salades, choux, céleri, fenouil, je sème l'équivalent d'une largeur de caissette en polystyrène. Je les repique par 12 plants au maximum ;
- ✓ pour les haricots verts et les pois mangetout, 1 rang de 5m, 3 à 4 fois à 3 semaines d'intervalle d'avril à juin ;
- ✓ pour les pommes de terre : à planter en fonction de mon courage et de mes envies !

Avec l'expérience, j'ajuste d'une année sur l'autre.

Je complète avec les produits du marché ou du troc avec d'autres jardiniers.



Semer en ligne



Je me munis d'un cordeau. Il s'agit d'une pelote de ficelle à laquelle est noué un bâtonnet à chaque extrémité.



- 2 Je choisis l'endroit où je sème et tends la ficelle entre les deux bâtonnets de façon à constituer une ligne bien droite.

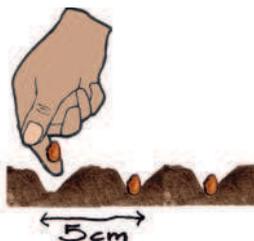


- 3 Avec le manche du râteau, je creuse un sillon en suivant la ficelle du cordeau. Le sillon doit être peu profond. Un peu moins que la phalange d'un doigt pour les petites graines (salades, radis) et la taille de mon index pour les grosses graines (fèves, pois ...)



- 4 Je mets les graines dans la paume de ma main la moins habile.

- 5 Avec l'autre main, je place les semences une par une au fond du sillon. Je prends la précaution de laisser un intervalle régulier entre chaque graine (pour les distances entre chaque graine, je vérifie sur les fiches légumes ou sur les sachets de semences).



- 6 Quand la ligne est finie, je rebouche le sillon délicatement en tirant de la terre fine avec le râteau.

- 7 Je pose à plat le râteau sur le sillon et tapote avec pour tasser la terre.



- 8 J'arrose en pluie fine avec la pomme d'arrosoir.





Repiquer des plants en racines nues

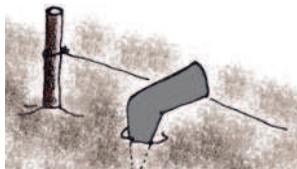
- 1 Je rassemble mon matériel : un seau, le cordeau, un plantoir, un arrosoir et les plants.



- 2 Je trace une ligne droite avec mon cordeau.



- 3 À proximité du fil, j'enfonce d'environ la longueur de mon index mon plantoir bien droit dans le sol. Je tournicote un peu pour former un joli trou.



- 4 Je pose un plant au fond du trou, racines en avant.

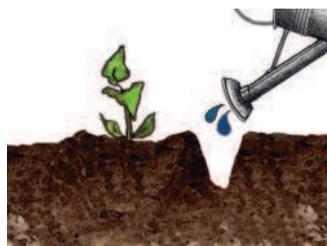


- 5 Avec ma main la moins habile, je soulève légèrement le plant afin d'obtenir des racines bien droites. En même temps avec l'autre main, j'enfonce le plantoir bien droit, 2 cm à côté du premier trou.



- 6 Je maintiens le plantoir enfoncé et le bascule vers le plant de manière à tasser de la terre sur les racines.

7 Je dégage le plantoir et laisse le trou qu'il forme à côté du plant. Il permet de mieux viser quand j'arrose.



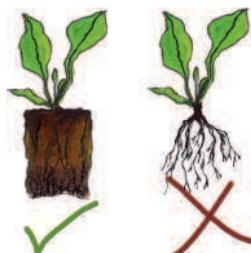
8 Je vérifie que mon plant est bien repiqué en tirant délicatement dessus. S'il bouge, je recommence.



Bien choisir ses plants achetés

Si je n'ai pas eu le temps de produire mes propres plants, je peux en acheter.

- ✓ Je prends uniquement les plants qui correspondent à la bonne époque.
- ✓ Je préfère les plants en motte plutôt qu'en racine nue, toujours un peu plus fragiles.
- ✓ Je néglige les plants dont les racines dépassent du trou de drainage.



Je ne prends pas les plants jaunâtres, rachitiques, ou qui portent déjà des fleurs ou des fruits (ils végètent depuis trop longtemps dans le pot.)

- ✓ Je vérifie l'humidité de la motte. Si elle est sèche, je me méfie.

3 Désherber

Concernant les herbes indésirables, la surveillance doit commencer au plus tôt.



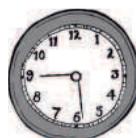
Je paille entre les rangs de légumes pour limiter l'invasion.



Je bine régulièrement mes plantations quand les herbes indésirables sont à peine sorties de terre. Le mieux est de le faire une fois par semaine par temps humide.



Si je me suis laissé déborder (comme cela arrive à tous les jardiniers !) et que les plantes sauvages ont tellement grandi qu'elles étouffent les plantations, j'oublie la binette dans un premier temps. J'arrose abondamment l'endroit envahi. Je patiente 1/2h pour que l'eau pénètre en profondeur.



Maintenant, la terre est assez souple pour arracher à la main, une par une, les envahisseuses. Je veille à sortir le maximum de racines. Le potager est de nouveau propre, prêt à être biné dès la semaine prochaine !

4

La quête de la lumière : Eclaircir et tuteurer

Chaque plante doit avoir sa part de lumière. Il arrive qu'au potager, les plantes poussent et se fassent de l'ombre les unes aux autres, surtout lorsque j'ai semé directement au potager. Cela gêne leur croissance.



Je veille à respecter les écartements conseillés entre les plants lors du semis ou du repiquage.



Si, malgré tout, les plantes sont trop serrées, j'élimine sans regret celles qui sont en trop. Ce geste s'appelle «éclaircir».



Eclaircir une plate-bande

1

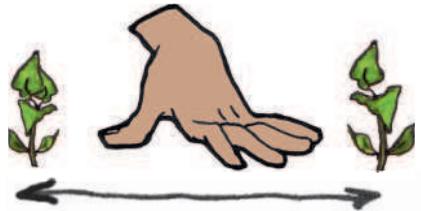


J'arrose la plate-bande et patiente au moins 1/2h.



2

Je vérifie l'écartement nécessaire entre deux de ces plantes ; par exemple je dois laisser 10 cm entre chaque betterave, mais seulement 1 cm entre chaque radis.



3



Je saisis entre le pouce et l'index, au pied des feuilles et à ras du sol, la pousse que je souhaite éliminer. Je tire doucement de façon à ne pas bouleverser les plants que je veux garder.

4

Je poursuis ce travail d'arrachage, jusqu'au moment d'obtenir l'écartement voulu entre deux plants.

5



A la fin, j'arrose de nouveau pour retasser délicatement la terre sur les racines un peu bouleversées.



Tuteurer



Certaines plantes, pour capter le maximum de lumière, s'étalent par terre avec de longues tiges ou grimpent en lançant des petites tiges qui s'accrochent comme des lianes. Les petits pois, les haricots grimpants, les concombres et les melons s'accrochent sur des tuteurs. Même les énormes citrouilles peuvent s'installer sur des tuteurs ! Ce n'est pas la tige qui cassera, au pire c'est le tuteur !

Faire grimper ces plantes est très pratique pour le jardinier :

- ✓ Elles tiennent moins de place.
- ✓ Elles risquent moins de maladies dues à l'humidité du sol.
- ✓ Leurs fruits sont plus faciles à ramasser.



Pour faire un tuteur, je peux prendre une tige en bois, en métal... le tout est qu'il soit suffisamment costaud et bien planté.



5

Protéger et soigner mon potager



Renforcer ou soigner mes plantes

Guérir un potager, c'est toujours un peu compliqué. Le mieux est qu'il ne soit jamais malade. Bien nourri, arrosé sans excès, semé de plantes variées, le jardin n'a aucune raison de souffrir. Beaucoup d'observation et une bonne réactivité viennent à bout des « coups de fièvre » du potager.

Certaines plantes augmentent les capacités des autres plantes à se défendre ou repoussent l'invasion de parasites.

La plus connue est le "purin" d'ortie, qui renforce les plantes contre le mildiou et les attaques des pucerons, mais il existe aussi la décoction des feuilles de rhubarbe contre les limaces, de fougère contre les larves d'insectes du sol, etc.



Faire son purin d'ortie

Avec des gants, je cueille des feuilles fraîches d'ortie. Je choisis celles qui piquent. Elles seules sont véritablement efficaces.



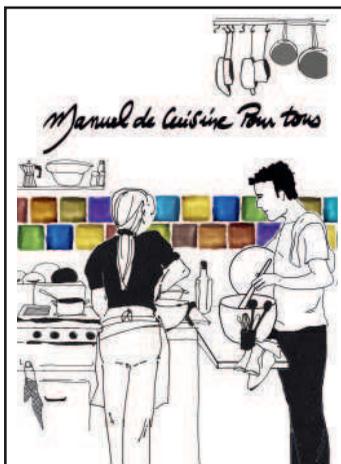
- 2 Dans un grand seau en plastique, je mets à fermenter 1kg de feuilles avec 10 litres d'eau de pluie, de préférence. Je place le seau à l'ombre dans un endroit assez frais ou dans une pièce aérée.
- 3 Attention, je ne laisse jamais mon purin au soleil. Il pourrirait pour former un purin bon à nourrir les plantes et non à les soigner.
- 4 Je brasse tous les jours mon seau. Au bout de quelques jours, il apparaît au fond du seau des centaines de petites bulles qui remontent.
- 5 Une fois ces petites bulles disparues, même lorsque je brasse mon seau, c'est le signe que le purin est prêt. Il est temps d'arrêter la fermentation avant qu'elle ne devienne un purin puant !
- 6 Pour cela, je filtre le purin avec un morceau de drap pour ôter le reste de feuillage à moitié pourri. Je place le « jus » dans un bidon à l'abri de la lumière et au frais. Je peux le conserver ainsi pendant plusieurs mois.
- 7 Je pulvérise ce purin sur les plantes à raison d'1 dose de purin pour 4 doses d'eau pure, un peu comme un sirop.
- 8 Une pulvérisation par semaine suffit en général à protéger le potager.



Bonnes Récoltes !



Ce manuel vous a été utile?
Faites-le nous savoir !
contact@angesgardins.fr
et
pensez au *Manuel de cuisine pour tous*,
des mêmes auteurs.
En libre téléchargement
sur www.angesgardins.fr



Bons de commande de la version imprimée
également sur le même site.



Le Manuel des jardiniers sans moyens, conçu et distribué par l'[association Les Anges Gardins](http://www.angesgardins.fr), est mis à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Paternité - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 3.0 Unported.

L'original du Manuel est consultable et téléchargeable à l'adresse : <http://www.angesgardins.fr/manuel>

Les autorisations au-delà du champ de cette licence peuvent être obtenues avec notre accord en nous contactant sur <http://www.angesgardins.fr>



Le Manuel dans son contexte



Le *Manuel des jardiniers sans moyens* part de la conviction que tout le monde peut jardiner, malgré l'absence d'expérience, de terrain ou de moyens financiers.

Le Manuel est conçu par des acteurs profondément ancrés dans une pratique d'éducation à l'autonomie de la personne. Ici, il n'est pas seulement question de subsistance. Nous avons la certitude que l'activité personnelle liée à l'alimentation du foyer « donne de l'épaisseur » à nos vies, développe l'estime de soi, offre de nouvelles voies du « bien vivre ensemble ».

Le *Manuel des jardiniers sans moyens* permet au néophyte impécunieux de jardiner en totale autonomie. Ses auteurs encouragent toutefois sa prise en main dans un cadre plus volontiers collectif, rendant l'« autoproduction accompagnée » envisageable.

A cet égard, le *Manuel des jardiniers sans moyens* constitue l'ouvrage support des « ambassadeurs du jardinage et du bien vivre alimentaire » animateurs-guides au quotidien des premiers pas des jardiniers.

Depuis, ce manuel est complété par le *Manuel de cuisine pour tous*!

Toutes précisions utiles sont apportées sur notre site :
www.angesgardins.fr



Le *Manuel des jardiniers sans moyens* part de la conviction que tout le monde peut jardiner, malgré l'absence d'expérience, de terrain ou de moyens financiers.

Trop souvent, les guides de jardinage sont coûteux, rédigés par des spécialistes passionnés, qui ne font pas toujours attention au vocabulaire compliqué des jardiniers chevronnés qu'ils sont. Et l'essentiel n'est pas toujours donné !

Cet ouvrage est complet : absolument TOUT du strict nécessaire pour se lancer dans l'aventure est présenté, sans compliquer les choses et en veillant à bien illustrer.

Une fois transmis quelques bases simples, nous proposons de nouvelles façons de jardiner, même sans terrain. Ces méthodes, nous les avons testées pendant plusieurs années avec succès et cela, sans vider le porte-monnaie, sans consacrer trop de temps à des travaux laborieux qui ont donné au jardinage la réputation d'être une corvée.

Nous proposons ensuite de découvrir comment réussir 12 légumes particulièrement « faciles à vivre » et savoureux.

Nous sommes heureux de vous communiquer cet art du jardinage tel que nous l'aimons et le mettons en pratique et vous souhaitons du bon temps, du jardin à la table, à partager en famille et entre amis !



Réalisation en partenariat avec



www.angesgardins.fr/manuel