

## Bien se nourrir avec les produits du jardin

Par Lucette Drenne « Association La Clef des Champs »  
Club des Jardiniers de France  
Compte-rendu de Jacques Fraboulet  
Le 25/9/2011

Madame Drenne a montré que l'on pouvait nourrir une famille de 4 personnes avec 100 m<sup>2</sup> de jardin pour 10 euros par an.

Madame Drenne a commencé par montrer la différence entre le jardinage au naturel et le jardinage utilisant des produits peu respectueux de l'environnement. Différence de respect de la nature mais aussi différence de coût (10 fois plus avec les produits peu écologiques).

### Travail de la terre

Puis elle parlée du travail de la terre au naturel en utilisant l'aide des insectes du jardin : le carabe



mange les limaces, chenilles et escargots, sa larve



est aussi très active.



Prévoir un bassin avec des pierres qui lui serviront d'abri. La larve verte



mange les pucerons.

L'utilisation de la grelinette pour décompacter la terre sans la retourner, permet de préserver les micro-organismes situés sur la partie supérieure de la terre. Eviter les outils rotatifs qui propagent les adventices.

### Rotations et associations des cultures

Bien connaître les différentes familles de légumes avec leurs besoins spécifiques, afin d'effectuer des rotations des cultures. Les légumes gourmands tomates et courges suivis des carottes puis des petits-pois et enfin des salades. Ne pas mettre l'une derrière l'autre deux plantes de la même famille, ayant les mêmes besoins.

Pour les associations de plantes : les soucis par leurs racines protègent les tomates des nématodes, les tomates aiment le basilic.

Une conférence est prévue au printemps, à Longnes, sur les rotations et les associations.

### Pour les traitements.

Utiliser du purin d'ortie afin de stimuler les défenses immunitaires des plantes.

Faire tremper des orties coupées dans un seau d'eau de pluie 1kg pour 10l d'eau. Mélanger tous les jours. D'abord apparaissent des grosses bulles puis des petites bulles, le purin est prêt. Le filtrer et le mettre dans des récipients à l'abri de la lumière. Non ouvert cet extrait peut se conserver un an. Utilisation : diluer 1l pour 10 l. Ouvert le flacon se conserve 15 jours. Nous sommes avec du vivant qui avec un apport d'oxygène continu à travailler. Il est possible de compenser cet espace par de l'eau de pluie, on diminuera la dilution à l'usage. Ce n'est pas un engrais, il sert à renforcer le système immunitaire des plantes, agit plutôt comme un vaccin. Dilué, il est efficace contre les pucerons.

Pour le carpocapse des arbres fruitiers particulièrement le pommier moins efficace sur le prunier et cerisier, pulvériser sur le sol au moment larvaire de la chenille du bacillus thuringiensis que l'on peut se procurer dans les magasins Biocoop. Contre le Carpocapse il est important de jouer la prévention.

Détruire impérativement les fruits momifiés ou véreux. Dans les jardins infestés une combinaison de plusieurs lutttes est nécessaire (pièges à phéromones et bacille ou virus) pendant plusieurs années de suite. Les bacilles et les virus n'atteignent souvent qu'une espèce.

Une recette de nos aïeux tout aussi efficace que le blanc d'Espagne, mais plus naturelle : badigeonner le tronc des arbres et les grosses branches avec de l'argile (bentonite) + de la bouse de vache + du purin de prêle + du purin d'ortie dilué début du printemps. A l'automne ce badigeonnage va protéger l'arbre tout en lui apportant des minéraux dont il a besoin.

Pour le mildiou utiliser du purin d'ortie dilué 1l pour 10 l plus de la décoction de prêle plus de la bouillie bordelaise.



Contre les otiorrhiques, (petits coléoptères agissant la nuit, feuillage poinçonnées) utiliser un extrait de tanaïs. Les gendarmes sont carnivores mangent des pucerons, des insectes morts et des œufs d'autres insectes. L'infusion de tanaïs et les capucines les éloignent, les roses trémières les attirent.

#### [Pour les apports.](#)

En sol argileux apporter le compost et fumier de cheval à l'automne, pas plus de 500 g par m<sup>2</sup>. En sol sableux apporter le compost et fumier de vache, 1kg à 1,2 kg par m<sup>2</sup> au printemps, BRF (coupe des haies passée au broyeur) à l'automne pour nourrir et protéger le sol.

En sol calcaire, refaire de la structure compost et fumier, 1,2 kg à 1,4 kg par m<sup>2</sup> de vache au printemps, BRF (Bois Raméal fragmenté) à l'automne pour protéger et nourrir le sol. Apport léger de fumier d'ovins et poules afin d'éviter la levée d'adventices envahissantes tel le Galinsoga, la piloselle. Les molécules que les racines la piloselle diffusent, empêchent toute autre plante de germer. Si vous avez abusé du fumier de mouton, pour retrouver la fertilité du sol le couvrir de mulch, de matière végétale fraîche et de compost de l'année, un engrais vert tel le trèfle

Pour les framboisiers, groseilliers et fraisiers utiliser des déchets de thuyas broyés non malades. Les petits fruits ont besoin d'un sol plus acide ainsi que l'oseille et toutes les plantes acidophiles. Les plantes à grandes feuilles (rhubarbe, choux) un paillage avec de la pelouse est idéal, garde à la fois l'humidité du sol car ce sont des plantes gourmandes en eau et en azote.

Les engrais verts servent à couvrir le sol derrière des cultures, et à l'automne à protéger celui-ci. La moutarde permet de nettoyer les sols argileux des taupins et vers blancs.

[Merci à madame Drenne pour toutes ces explications](#)