

# Bases de permaculture au jardin

Journée d'introduction  
au jardinage en permaculture

Les éthiques – Les principes – Les pratiques

# Qu'est ce que la permaculture?

La permaculture est un outil d'aménagement visant à créer des environnements humains durables au sein de l'écosystème planétaire sur lequel elle s'appuie.

## **Objectif:**

Que chacun développe, là où il vit, là où il travaille, à la mesure de ses propres moyens, des solutions qui lui permettent de vivre sainement, ici et maintenant, pour nous tous et les générations futures.

## **Lignes directrices:**

- ✓ Prendre la responsabilité de sa vie.
- ✓ Faire partie de la solution.
- ✓ Réduire ses consommations énergétiques.

# Les principes de permaculture

## Les techniques

Lasagne

Culture sur butte

Trou de serrure

Lombricompost

Compost thermophile

Couche chaude

Paillage

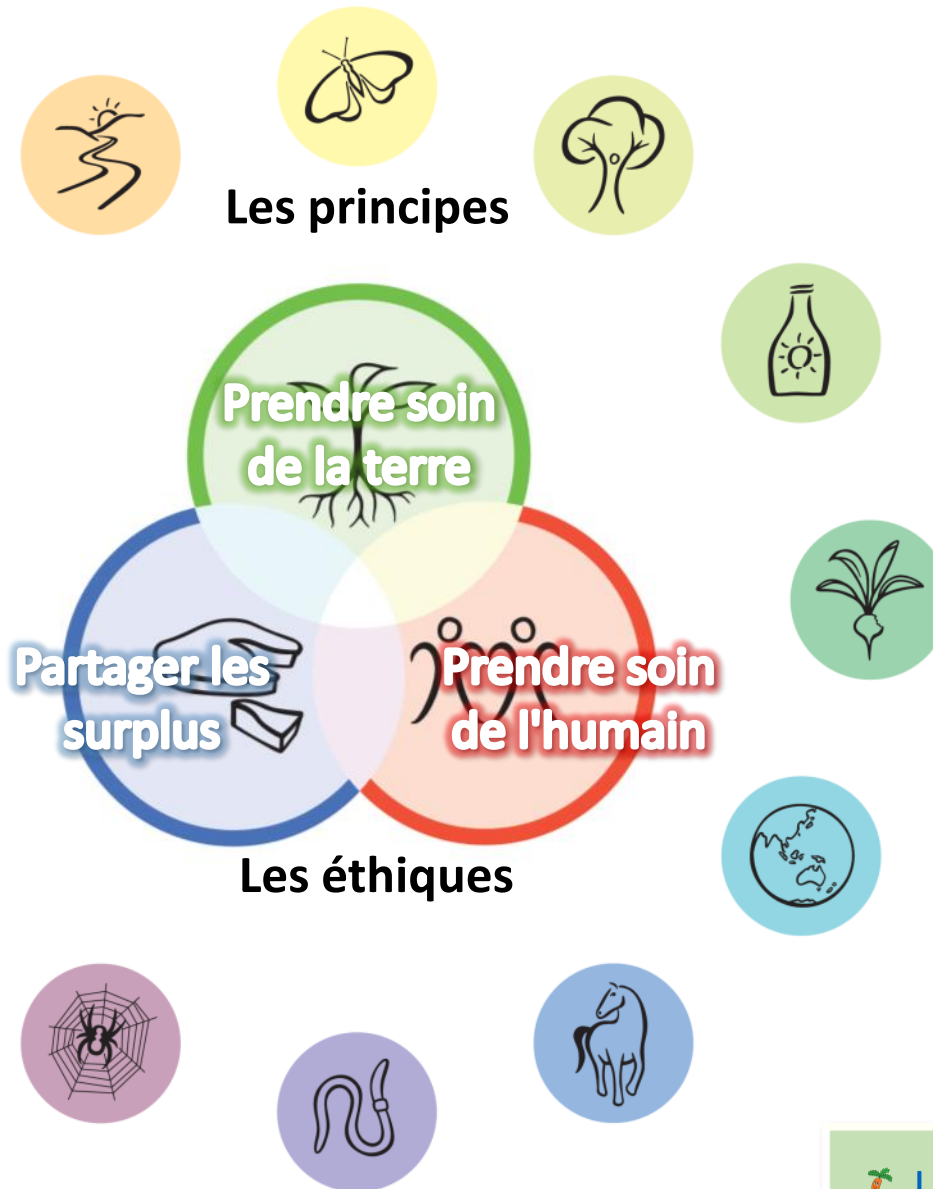
Engrais verts

Canards

Jardin forêt

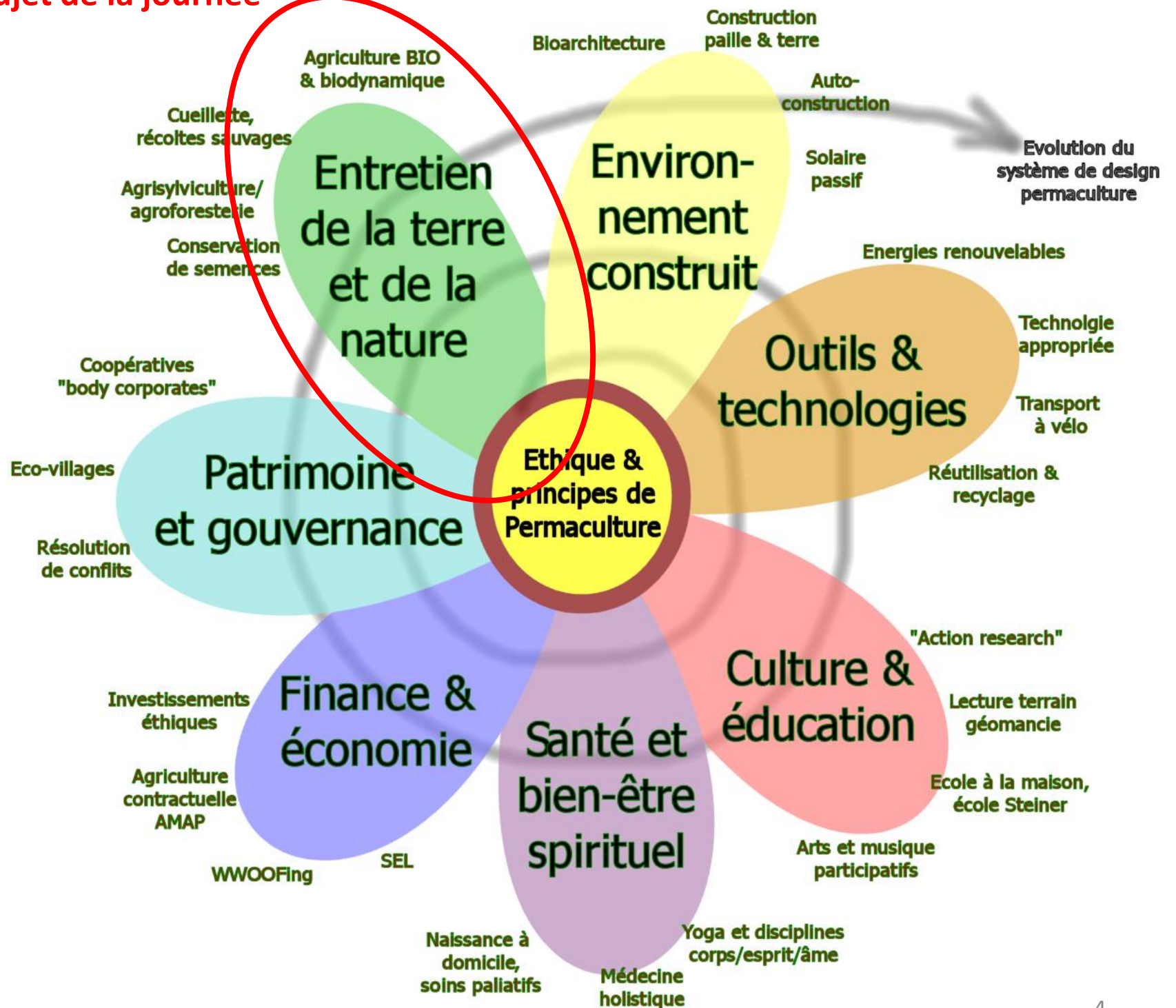
Cartons

Haie brise vent

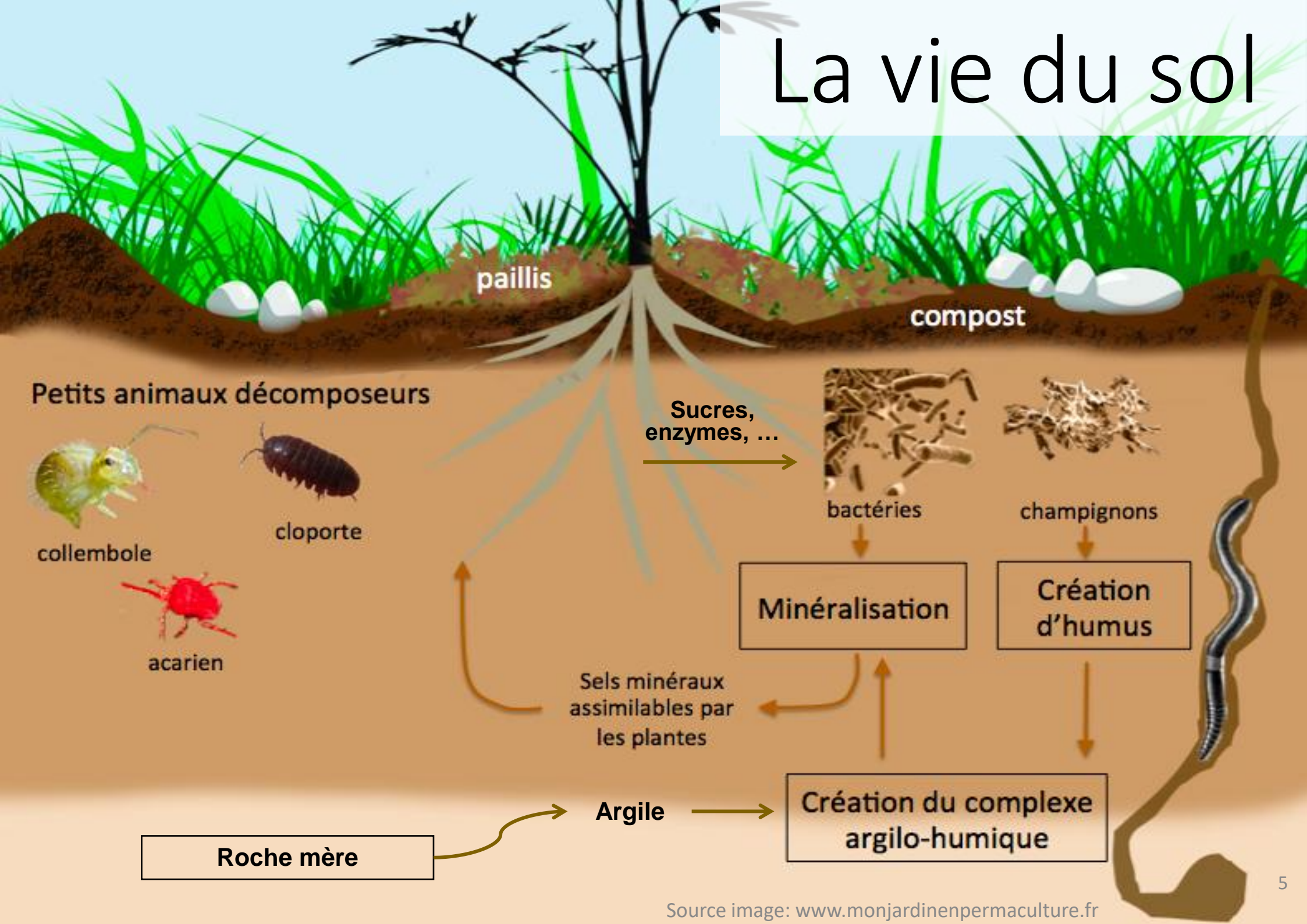


# La fleur permaculturelle

## Sujet de la journée



# La vie du sol



Petits animaux décomposeurs



collembole



cloporte



acarien

paillis

compost

Sucres,  
enzymes, ...



bactéries



champignons

Minéralisation

Création  
d'humus




















Sels minéraux  
assimilables par  
les plantes

Roche mère

Argile

Création du complexe  
argilo-humique

# Comment faire autrement?

Ce qu'il faut éviter!	Comment faire autrement ?
 Pas de labour après la mise en place des planches de culture.	 Couper les adventices plutôt que les arracher.  Décompacter à la grelinette.  Nourrir les vers de terre par l'ajout de compost et pratiquer le compostage de surface.
 Pas d'engrais chimiques.	 Faire son compost.  Faire ses purins de plantes.  Les EM (Micro-organismes efficaces).  Pratiquer le compostage de surface.  Planter des légumineuses.  Peut-être quelques canards?
 Pas de pesticides.	 Pratiquer la rotation des cultures.  Favoriser la biodiversité en introduisant des plantes mellifères  Dérouter les insectes nuisibles en intégrant des plantes aromatiques dans les cultures.  Faire ses préparations à base de plantes.
 Eviter de laisser le sol à nu	 Paillage  Engrais verts

# Besoins des plantes

## Besoin en eau

Certains légumes comme les ails, oignons apprécient des arrosages parcimonieux, et les sols bien drainés.

D'autres comme les salades, vont rapidement monter en graine s'ils sont privés d'une humidité constante.

## Besoin en soleil

Certains légumes comme les tomates, concombres, aubergines ont besoin d'un maximum de soleil et de chaleur.

D'autres apprécient l'ombre ou la mi-ombre, notamment en milieu de journée (persil, salades d'été...).

## Besoins en compost

Certains légumes sont connus pour être gourmands en compost.

### Légumes gourmands:

Courgette, Aubergine, Céleri branche, Choux fleur, Tomates, Melons, Poireaux, Piments, Poivrons, Brocoli, Concombre, Courge, Fenouil, Maïs doux, Choux frisé, Epinard

### Légumes peu gourmands:

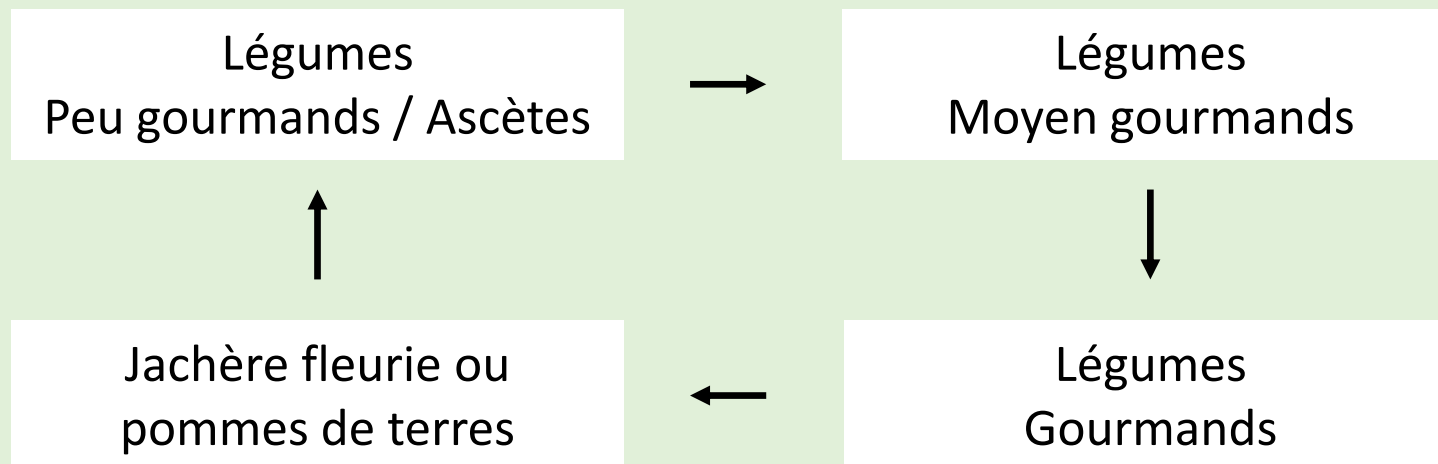
Tatsoï, Chicorée rouge, Rutabaga, Laitue, Betterave, Scorsonère, Bettes à côte, Panais, Carottes .

### Légumes préférant un sol pauvre:

Ail, Choux de Bruxelles, Rampon, Haricots nains, Haricots à rames, Radis blanc, Oignon, Pois, Echalotte.

# La rotation des cultures

## Rotation par besoins en compost



- Définir 4 zones de culture de surface équivalente.
- Trier les légumes en fonction de leurs besoins en compost.
- Réserver une place pour une jachère fleurie ou des pommes de terres.



# Méthodologie pour les jardins en rotation

Par type de légume ou par besoin en compost

## Trier les légumes

### Par types de légumes

- Racine
- Feuille
- Fleurs
- Fruits

Ou

### Par besoin en compost

- Gourmand
- Peu gourmand
- Ascètes
- Patates ou jachère fleurie



## Au sein d'une planche

### Taille du légume

- Positionner les plus grands au nord pour qu'ils ne fassent pas d'ombre aux plus petits.
- Faites se toucher les légumes pour avoir le meilleur espacement.



### Eviter les associations défavorables

- Les légumes d'une même famille – surtout au sein des Solanacées et Brassicacées.
- Famille des liliacées: Ail / Oignon / Echalotte + Famille des fabacées: Pois / Haricots / Fèves.
- Fenouil + autres légumes sauf céleri.



🥕 Ajouter des fleurs et des plantes aromatiques dans les espaces vides

# Graines et plantons

## Commander ses graines

-  **Zollinger** [www.zollinger.bio](http://www.zollinger.bio)
-  **Sativa** [www.sativa-rheinau.ch](http://www.sativa-rheinau.ch)
-  **Ressources** [www.association-ressources.ch](http://www.association-ressources.ch)
-  **Prospecie Rara** [www.prospecierara.ch](http://www.prospecierara.ch)

## Echanger ses graines

-  **Réseau Sème** [www.association-ressources.ch](http://www.association-ressources.ch)
-  **L'assoc' à salade** [www.assoce-a-salade.ch](http://www.assoce-a-salade.ch)
-  **Grainothèque d' Yverdon** <http://www.yverdon-les-bains.ch/bibliotheque/utiliser/grainotheque/>

## Trouver des plantons

-  **Marie-Claude Rollier, Valangin**
-  **L'autre jardin, Cormérod**  
[www.lautrejardin.ch](http://www.lautrejardin.ch)
-  **Bioplants Sa, Lonay**  
[www.bioplants.ch](http://www.bioplants.ch)
-  **Association romande de biodynamie**  
[association.arbdyn.ch](http://association.arbdyn.ch)
-  **Jardin des senteurs, Neuchâtel**  
[www.jardin-des-senteurs.ch](http://www.jardin-des-senteurs.ch)
-  **Biogarten: arbrisseaux, petits fruits**  
[www.biogarten.ch/fr/plantes](http://www.biogarten.ch/fr/plantes)
-  **Glauser: arbres fruitiers , petits fruits**  
[www.biobaumschule.ch](http://www.biobaumschule.ch)
-  **Rétropomme: arbres fruitiers**  
[www.retropomme.ch](http://www.retropomme.ch)
-  **L'Apothèque du Jora**  
[www.apothequedujorat.ch](http://www.apothequedujorat.ch)

# Faire ses plantons

## Il vous faut:

- 🥕 Des pots ou des bacs suivant les légumes semés
- 🥕 Du bon terreau comme:
  - le bio-capito de chez landi.
  - Terreau pour fleurs et légumes de Ricoter chez Jumbo.
- 🥕 Des étiquettes
- 🥕 Des graines
- 🥕 De l'eau tiède
- 🥕 Un tamis
- 🥕 Un endroit chaud

## Les étapes:

- 🥕 Remplir son récipient de terreau.
- 🥕 Poser sa graine
- 🥕 Recouvrir avec du terreau tamisé. ( La graine doit être recouverte de 2X sa largeur)
- 🥕 Arroser doucement mais abondamment.
- 🥕 Déposer dans un endroit chaud et humidifier tous les jours. La terre doit rester humide constamment.
- 🥕 Aussitôt que la graine a germé, placer les bacs à la lumière du soleil.

# Elever ses plantons

## Sur le bord de la fenêtre

- Il faut une fenêtre orientée au sud.
- La lumière doit atteindre les plantons le plus longtemps possible.
- Si la température le permet, les sortir la journée.



## Sous serre / Tunnel nantais

- Contrôler la météo et les risque de gel.
- Démarrer les plantons de tomates / Aubergines / Courgettes / Courges à l'intérieur.



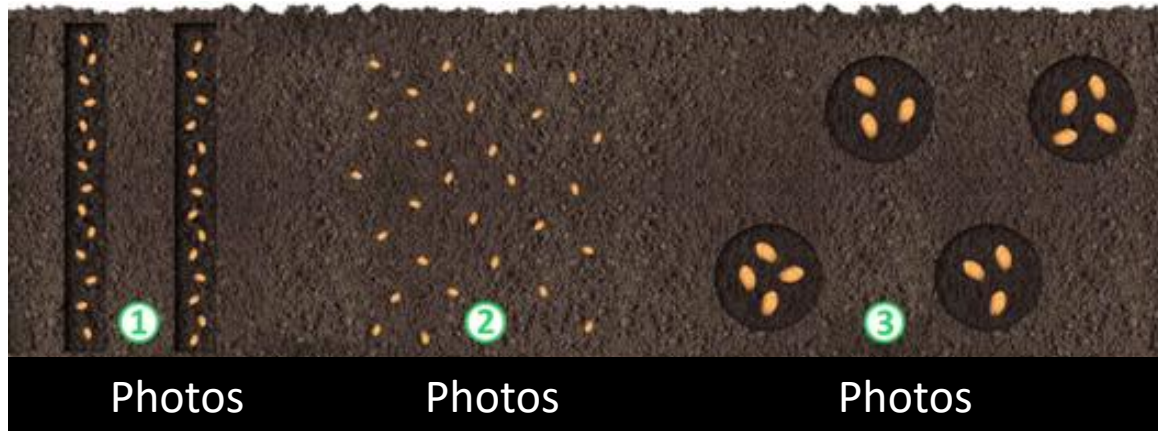
## Sous chassis / couche chaude

- Ouvrir si ensoleillé -> risque de surchauffe ou installer un verrin type [Ventomax](#).
- Arroser au moins une fois par jour ou poser un arrosage automatique avec des [micro-asperseurs](#).



# Semer en pleine terre

## Trois manières de semer



1. **En ligne** (petites graines à éclaircir: carottes, navet, radis, persil...)
2. **A la volée** (semis homogènes: engrais vert, pelouse, cresson...)
3. **En poquet** (Grosses graines: haricots, côtes de bettes...)

## Comment recouvrir?

- Les graines très petites (cosmos, nigelles, céleris, cresson...) sont semées en surface, à peine recouverte d'un peu de terre légère.
- Les graines moyennes (carottes, etc.) sont à recouvrir d'environ 5 mm de terre légère.
- Les grosses graines (capucines, haricots, etc.) sont semées en poquets et enterrées de 3 cm environ.

## Arrosage

- Arroser doucement mais abondamment. La terre doit rester constamment humide. Il est possible de recouvrir la terre d'un léger paillage ou d'un voile de forçage pour garder cette humidité.

# Pour aller plus loin:

**Introduction à la permaculture**, Bill Mollison et Reny Mya Slay, Editeur : Passerelle Eco

**Permaculture "introduction et guide pratique"**, Laurent Schlup, Editeur : Kangaroots-Permaculture

**Manuel de culture sur butte**, Richard Wallner, Editeur: Rustica

**Le guide pratique du potager en carrés**, Anne-Marie Nageeisen, Editeur: Ulmer

**Le guide du Jardin Bio**, Jean- Paul Thorez et Brigitte Lapouge-Déjean, Editeur :Terre Vivante

**Faites tourner !**, Blaise Leclerc et Jean-Jacques Raynal, Editeur :Terre Vivante

**J'associe mes cultures et ça marche**, Claude Aubert, Editeur :Terre Vivante



*Si tu veux être heureux une heure, bois un verre,  
Si tu veux être heureux un jour, tue ton cochon,  
Si tu veux être heureux une semaine,  
fais un beau voyage,  
Si tu veux être heureux un an, marie-toi,  
Mais si tu veux être heureux toute ta vie,  
fais-toi jardinier !*

*Proverbe chinois*