

MARYSE FRIOT

Le potager

Introduction

Le jardin potager est un espace où l'on cultive des plantes potagères (définition du petit Larousse). Dans les années 1990-2000 il avait été un peu délaissé, aujourd'hui il revient à la mode avec une aura importante. Autrefois chaque famille avait un carré réservé à la culture de végétaux herbacés, ligneux ayant les fonctions de nourrir - soigner - protéger - etc... la famille. Il pouvait être un espace sur la propriété, à proximité de l'habitation mais aussi un peu éloigné dans des zones mises à disposition par les entreprises, les communes etc.... Ces derniers furent dénommés par la suite « jardins familiaux », « jardins associatifs ». Aujourd'hui ils sont



individuels, jardins familiaux, jardins partagés. Quelle que soit la propriété, ils sont appelés de nos jours jardins d'utilité.

Le potager est composé de légumes à feuillage (salades, épinards...), à racines (carottes, panais...), à fruits (tomates, melons...), à bourgeons (choux, asperges...) apparaissant et disparaissant en fonction des mois et saisons, de quelques arbres fruitiers à petit développement, de plantes condimentaires, officinales. Chaque jardin appartient à son jardinier et lui ressemble.

Suite page 2



La création d'un potager doit être très réfléchie.

L'idéal est un terrain plat au sol meuble, riche et profond, ni trop acide, ni trop calcaire, assez ensoleillé et à l'abri des vents...

Il demande une étude préalable du milieu (climat, sol, orientation), de l'approvisionnement en eau. Le choix des végétaux, les quantités à produire, les techniques culturales à pratiquer, la gestion des déchets gèreront l'organisation générale. N'oublions pas le nombre de personnes qui entretiendra le potager et le temps disponible à y consacrer ce qui aidera à définir la surface du potager. En effet, faire son potager c'est accepter d'y consacrer un peu de son temps, pour ne pas le perdre et se retrouver submergé par une tâche qui vous dépasse.



La superficie du jardin potager doit être en rapport avec le nombre de personnes à nourrir. On disait 200 m² pour 2 personnes, aujourd'hui on parle de 200 m² pour 4 personnes (sans comptabiliser les espaces réservés aux pommes de terre). La base est de 500 m² pour 6 personnes avec pommes de terre et légumes de plein champ. 5 000 m² pour 20 personnes – division en carrés avec des plantes vivaces, pérennes comme asperges, artichauts, fraises... Un néo-jardinier, actif, d'une famille de 4 personnes doit se limiter à 50 m² pour atteindre ses objectifs sans désolation ni découragement.

Le milieu

- Le climat

- **les températures** minimales et maximales sur l'année. Les températures de mars à octobre permettent d'établir un calendrier de semis, de bouturage, de plantation. Celles de novembre à février permettent de réfléchir aux moyens de protection (serres – pose de film d'hivernage,..) Se renseigner auprès des voisins, rechercher les données sur météo France. Il faut savoir que des cartes climatiques des manuels de potager sont basées sur l'Île de France. Pour la Touraine, on peut les avancer de 4 à 6 jours.

- **les vents** : les vents dominants en Touraine, sont les $\frac{3}{4}$ de l'année Sud-Ouest et le reste du temps Nord-Est (apportant le froid). Les zones ventées sont asséchées en été, froides en hiver et les feuilles peuvent se déchirer. Par contre, le vent sèche le feuillage réduisant les risques de mildiou (installer les pieds de tomates en zone ventée).

Le mur de la maison, la clôture ou une haie sont des moyens pour protéger les légumes. Le jardinier peut installer en bordure du potager des groseilliers et autres petits fruits, du romarin, de la sauge qui feront un rempart 'gourmand'. Nous vous conseillons d'éviter le laurier-sauce très puissant et envahissant.

- L'orientation est prédominante sur la précocité des végétaux mais aussi sur leurs besoins en lumière : Nord-Est (mi-ombre), Sud-Ouest (plein soleil et intensité lumineuse). Si le soleil est peu présent, semer des épinards et des panais, planter des laitues, et des céleris, ou tout autre légume se plaisant à l'ombre ou à la mi-ombre.

- Le relief : les pentes faibles sont très favorables pour le potager. Les bas de pente, les fonds de vallées sont des zones aux forts risques de gelées de printemps.

- L'environnement du jardin

- *la proximité de forêts*

Bienfaits : présence d'auxiliaires (carabes...), abondance de feuilles caduques pour paillage

Méfais : ombrage, concurrence racinaire

- *la proximité d'un point d'eau*

Bienfaits : maintien de l'humidité relative – Présence d'animaux insectivores

Méfais : moustiques – zone sensible aux gelées printanières

- *la proximité d'une route*

Bienfaits : facilité d'accès

Méfais : pollution, vent, assèchement.

- L'eau est indispensable dans un potager. Un point d'eau type mare assure le maintien d'une humidité relative intéressante pour les légumes (mais risque d'oïdium). Pour arroser, l'eau de source, de puits est très froide. Il faut la stocker dans des bassins avant de l'utiliser pour les végétaux (une eau au départ à 8°C doit atteindre 15-18°C pour les végétaux).

De plus, en Touraine, les eaux calcaires peuvent bloquer le développement des légumes. Il est préférable d'utiliser de l'eau de pluie.

Les paillages, binages peuvent réduire les quantités d'eau à apporter aux légumes.

Les amendements organiques, améliorent la structure du sol et la capacité de rétention en eau, en augmentant la réserve utile d'eau destinée aux plantes dans le sol.

Le sol : il doit être de bonne qualité, fertile, perméable, riche en matière organique (couleur marron foncée) et d'une bonne capacité de rétention en eau ; d'une profondeur d'au moins 30 cm. 20-25% d'argile, 15-20% de limons, 60% de sable ; la structure grumeleuse, présente de nombreux turricules en surface témoin de l'abondance de lombrics (sol aéré).

Le sous-sol est difficilement perceptible. Pour se faire une idée de la nature du sol et du sous-sol l'étude de la flore spontanée donne des indications (réf : plantes bio indicatrices guide de diagnostics des sols).



Oseille sauvage, rumex, renoncule rampante : sol argileux, lourd, froid et acide.

Chardons, ronces, prunelliers : sol calcaire.

Aspérule, brunelle, épine-vinette, globulaire : sol sec calcaire.

Ail des ours, campanule gantelée, colchique, épilobe velue, hêtre : Sol frais calcaire.

Bouleau, bruyère, genêt à balai : sols sableux siliceux.

Lotier, orchis : sol argilo-calcaire.

Potentille : sol profond.



En questionnant également quelques agriculteurs ou jardiniers des alentours, vous pourrez assez aisément déterminer la nature de votre sol et son comportement au fil des saisons. Suivant sa texture sableuse, argileuse (« lourde »), son potentiel hydrogène (pH acide, neutre, basique) il est possible d'améliorer ce sol en apportant des amendements tels que du compost et/ou du fumier. Dans les sols pauvres en matière organique, en sol lourd – argileux (apport de sable) – sableux (apport de terre franche), de la chaux, des cendres de bois en faible quantité dans des sols acides.

Suivant la nature du sol certains légumes pourront y être produits :

- sol argileux : betteraves, épinards, fèves, poirées.
- sol sableux : asperges, pommes de terre, pastèques.
- Sol calcaire : persil.
- Sol acide : oseille .

Pour vous affranchir des contraintes de la nature du sol d'origine, il est possible de réaliser un potager surélevé (en carré, sur buttes, lasagnes). En apportant alors un mélange de terre adaptée. La technique de permaculture peut être un moyen.

L'aménagement du potager

• Créer un potager demande une réflexion importante

- une clôture s'avère indispensable sinon conseillée. Elle protégera des animaux sauvages (lapins, chevreuils) de la destruction des légumes ou de la souillure (urine et excréments).
- un mur côté Nord et Est permet de protéger les végétaux des vents froids. Sinon une haie assez haute et composée de plusieurs essences différentes et à feuillage persistant.
- une allée d'un mètre de large dans son plus grand axe. Protégez l'allée avec des planches, des dalles à joints perméables, ou un enherbement (engrais verts à faible hauteur) afin de réduire le tassement du sol.



- création de planches de culture de 1,20 m de large à 1,50 m Une plante reste accessible si elle est située à moins de 60 cm de vous, soit une longueur de bras ! (si 1,50 m de large, mettre en bordure de plantation des plantes condimentaires : thym, sarriette, sauge, santoline. Ciboule, ciboulette, persil, oseille seront placées en lieu un peu plus ombragé.

- une haie champêtre propice à la biodiversité, composée de 2/3 de plantes à feuillage caduc et 1/3 de plantes à feuillage persistant. Elle assure un rôle de brise vent, limite la prolifération des bio agresseurs en hébergeant des auxiliaires. Cornouiller, sureau, cognassier, noisetier, arbousier, cassissier...

- un espace prairie ou bordure d'allée composés de plantes à fleurs riche en nectar et pollen pour attirer et maintenir les pollinisateurs (pollinisation des légumes et donc fructifications) ainsi que les auxiliaires (nous aidant à réduire les pucerons et autres bio agresseurs).



- la zone la plus ensoleillée sera réservée aux cultures méditerranéennes.

- réserver 5 m² pour créer une jauge (pépinière).

- une cuve de récupération d'eau.

- une zone de déchets (compost).

Pour finaliser le projet faire le plan du potager ce qui permettra mieux d'appréhender l'occupation et l'aménagement de l'espace en tenant compte de toutes les contraintes.

• Evaluation des besoins

Choisir et quantifier les légumes à semer ou planter en tenant compte des goûts et de la composition de la famille. Faire une liste des quantités et des fournitures indispensables (rames pour les petits pois, tuteurs pour tomates, liens divers etc...) ainsi que des fertilisants (biostimulants).

Pour commencer, il est préférable de s'orienter sur des légumes simples que vous êtes sûrs de manger : radis, haricots, tomates, salades, courgettes, fraises, un pied de fines herbes, de persil, de basilic. Pour les carottes et pommes de terre, il faut prévoir plus de place. Elles restent simples à produire mais elles nécessitent d'être stockées après la récolte. Pour les pommes de terre, il faut les faire germer avant la plantation.

Vous allez rechercher :

1- la place que va prendre chaque légume (en largeur et en hauteur) au fur et à mesure de leur développement, des allées entre les rangs cultivés nécessaires au passage du jardinier.

2- de la place qui se libère en cours d'année, après les récoltes successives.



Vous établissez : - **L'assolement** c'est la répartition des cultures sur une planche, une parcelle sur l'année. Dans le plan d'assolement seront répertoriées les espèces vivaces restant en place plusieurs années (artichauts, asperges...), les plantes condimentaires ainsi que l'ensemble des légumes. Seuls les légumes à développement rapide (radis) et peu épuisants n'entrent pas dans la composition d'un assolement.

- **La rotation** c'est la succession des cultures au fil des mois sur une même parcelle ou planche. Les intérêts sont l'exploration de tous les horizons du sol par les systèmes racinaires et la réduction des risques sanitaires (maladies, bio agresseurs...). L'organisation et le raisonnement d'une rotation sont basés sur :

- les besoins importants en éléments fertilisants et en matière organique
- les familles des plantes
- le groupe de plantes
- les plantes nettoyantes et étouffantes permettant de « nettoyer le sol ».



1) les premières plantes dans la rotation supportent les apports importants de matière organique peu décomposée dite fraîche ou enrichissent le sol en azote. Elles sont dites **Tête de rotation*** par exemple les choux, les poireaux, les pommes de terre..., les légumes de la famille des Fabacées (légumineuses) fixatrices d'azote comme les pois, haricot vert et blanc, fèves..., les engrais verts qui restructurent le sol, améliorent la vie du sol, décompactent les sols.

2) La situation des plantes dans la rotation est fonction **des besoins en éléments minéraux**

Les plantes exigeantes : chou*, courgette, laitue, poireau*, tomates

Les plantes ayant des exigences moyennes : carotte, céleri-rave, radis.

3) Dans un plan d'assolement et de rotation, **on évite de faire succéder deux plantes de la même famille**. A savoir :

- Apiacées : céleri, aneth, persil, carotte, fenouil, panais
- Astéracées : laitue, chicorée, artichaut, cardon, estragon
- Brassicacées : chou, brocoli, navet, rutabaga, radis, roquette
- Chenopodiacées : betterave, épinard, poirée
- Cucurbitacées : melon, courgette, cornichon, courges, potiron
- Fabacées : fève, haricot vert et blanc, pois, lentille
- Lamiacées : crosne, menthe, origan, romarin, sauge, thym
- Liliacées : poireau, ail, oignon, échalote, asperge, ciboulette
- Poacées : avoine, blé, maïs, orge, seigle
- Polygonacées : oseille, rhubarbe
- Solanacées : aubergine, poivron, piment, tomate

Exemples de rotation : A vers C

A	B	C
1 : Légumes Fabacées	2 : Légumes à Feuilles	3 : Légumes peu exigeants
Haricot	Salades	Oignon

Intégration dans la rotation des plantes de service - compagne

Interactions entre plantes et parasites.

- oignons et poireaux éloignent la mouche de la carotte.
- le fenouil éloigne les pucerons.
- la sauge éloigne les chenilles des choux.
- le chou brocoli éloigne la mouche du concombre...

Associations de plantes qui se dynamisent mutuellement ou qui ne s'aiment pas.

Voisinage positif :	Voisinage négatif :
- ail avec fraisier, tomates, carotte - carotte avec oignons, poirées, tomates - échalotes avec les laitues, poirées, carottes, tomates, poireaux - haricots avec pomme de terre, sarriette, carottes	- ail avec les choux, haricots, fèves, petits pois - carottes avec les betteraves - échalotes avec le fenouil, les haricots, choux - haricots avec les poireaux

L'œillet d'Inde dans le potager est indispensable avec les poireaux (teigne), avec les tomates (aleurodes et nématodes), l'odeur des œillets d'Inde repoussant les insectes.

Le calendrier des semis et des plantations en mettant toujours en parallèle celui des récoltes et des périodes d'absences (vacances).

Bien sûr, avant de vous lancer dans les semis, n'oubliez pas de vous renseigner sur le mode de culture de chaque légume et du groupe de légumes qui vous donnera une idée de la durée de la culture.

Les fèves (légume à graines) demandent une culture de 4 à 5 mois. La pomme-de-terre (légume à tubercules) demande 2 à 5 mois, les radis, 5 à 6 semaines.

LÉGUMES	CULTURE SUR L'ANNÉE												Plantes non compagnes
	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Jun	Juil	Aug	Sept	Oct	Nov	Déc	
Ail		P											
Patison			P										
Bette			S										
Betterave			S										
Carotte			S										
Celéri				P									
Chicarde (Chou scarole)			P										
Chou pommé			P										
Chou fleur				P									
Chou brocoli				P									
Chou de Bruxelles				P									
Concombre				P									
Courgette		S	P										
Echalote		P											
Endive				P									
Epinard			S										
Fraise		P							P				
Haricots				S									
Laitue		S											
Mâche							S						
Melba				P									
Niveau		S											
Oignon		P											
Pavot				S									
Piment			P										
Pommes		S											
Pois		S											
Plumier de terre			P										
Radicis		S											
Tomate				P									

La panoplie du bon jardinier

Une **fourche-bêche**, une **bêche de jardin** ou une **grelinette** pour préparer le sol

Une **griffe** ou **croc** pour ameublir

Une **pelle** pour déplacer de la terre

Une **fourche** pour arracher les légumes,

Une **serfouette** pour ouvrir les trous et les sillons,

Un **râteau** pour niveler, regrouper les cailloux, sceller les lignes de semis

Une **binette** ou un **sarcloir** pour 'décrouter' le sol, désherber.

Un **plantoir** et un **transplantoir** pour la mise en place des plants

Une **brouette**, utile au transport du compost, des fournitures, des outils, des récoltes.

Un **arrosoir**

Le jardinage raisonné correspond à une démarche globale de gestion respectueuse de l'environnement et pour une alimentation saine.

Fiches sur le site de la SHOT (www.shot37.fr) : « les associations », « je t'aime moi non plus », « les bonnes pratiques au jardin »...

Photos M. Friot (Jardins familiaux Ville de Tours)