



Carnet de notes de Gilbert



Vous trouverez sous cette rubrique le résumé des cours de jardinage mensuels dispensés par Gilbert au fil des saisons.

Je remercie particulièrement Sébastien M. (habitant de la Marne) et Catherine C.(habitante de la Lorraine) pour la rédaction des textes que vous trouverez ci-dessous.

AdChoices

PUBLICITÉ

Merci à tous les bénévoles qui de près ou de plus loin, participent à améliorer le fonctionnement de notre association et tout cela au service des autres.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2020/02/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Cours de février 2020

LES SEMIS EN TERRINES**METHODE**<https://youtu.be/k6d7AnYrYhA>

RAPPEL : pour permettre une meilleure germination des graines, placer vos sachets 24 à 72h dans un congélateur, cela permet d'arrêter la période de dormance. Les graines germent plus vite et ont moins de possibilités de pourrir dans la terre.

Particulièrement intéressants pour les petits jardins, les semis en terrines permettent de tripler la production de légumes. Les plants poussent beaucoup plus vite, ils sont à l'abri de maladies et des ravageurs et on peut les repiquer à volonté et choisir ses associations.

De plus, la terre ne convenant pas toujours à tous les légumes, cette méthode permet d'avoir des plants déjà bien avancés qui ont moins de mal à reprendre comme par exemple le persil.

Les semis à l'intérieur des légumes méditerranéens (tomates, aubergine, poivrons, etc.) demandent une température d'au moins 20° pour lever. Une fois bien démarquées, les tomates peuvent se satisfaire d'une douzaine de degrés à condition de bénéficier de beaucoup de lumière. Un plant placé devant une fenêtre en février-mars ne bénéficie pas de la lumière zénithale (qui vient d'en haut). Il est donc judicieux de calculer la période des semis en fonction de la luminosité extérieure.

Si les plants commencent à filer, on peut tenter un repiquage dans un autre pot pour induire un arrêt momentané de laousse. Pour les laitues par exemple, on peut tenter de les laisser un peu dehors même s'il fait froid.

Prévoir la fin des arrosages une semaine avant la transplantation, cela permet de retirer le plant avec la motte de terre car beaucoup de légumes n'aiment pas être à racine nue comme les carottes par exemple.

1^{ère} méthode : Un bac étanche de 10 cm de profondeur minimum (plus profond pour les légumes racines ou les gros légumes comme les poireaux ou les choux) que l'on remplit avec du terreau du commerce (le plus simple possible, il est exempt de champignon donc idéal pour éviter la fonte des semis). Si vous utilisez votre terreau mélangé à votre compost, il faut rajouter 1/3 de tourbe et un peu d'algue marine. Remplir le bac de terreau **jusqu'en haut** et arroser jusqu'à ce que le récipient soit complètement trempé. Remettre une fine couche de terreau sur le dessus et semer vos graines, une par une, remettre une fine couche de terreau et tapoter pour bien égaliser de sorte que les graines soient coupées de la lumière mais restent juste en surface. **Ne plus arroser après.** Si jamais il était vraiment nécessaire de remettre un peu d'eau, veiller à ce qu'elle soit à la même température que la terre des bacs. Aussitôt que les graines lèvent, mettre les bacs en pleine lumière.

2^{ème} méthode : utiliser là aussi un bac étanche dans lequel on déposera des petits contenants (pots de yaourt par exemple) percés sur les côtés à 1 cm du fond ou directement au fond et qu'on remplira de terreau comme précédemment. Il suffira alors de remplir d'eau le bac étanche au fur et à mesure de l'avancée des plants et pour que l'eau remonte par capillarité dans les petits contenants. Cette méthode permet de garder plus longtemps les plants en pot et concerne aussi les plants plus volumineux. Pour les courges par exemple, il suffira de mettre 2 graines par contenant et de garder le plus beau plant. C'est aussi une bonne méthode pour garder les plantes aromatiques et condimentaires en pots toute l'année, on peut même rajouter du sable ou des graviers au terreau.

PREMIERS SEMIS A FROID ET A CHAUD TERRINE ET PLEINE TERRE

<https://youtu.be/VPVg2CSwnHg>

SEMIS A FROID

Fraisier à gros fruits : repiquer les godets le plus vite possible. Les petits fruits doivent attendre fin mars.

Arbre, arbuste : à racines nues, planter jusqu'en avril mais ne pas attendre.

Asperges : on peut planter les griffes de variétés modernes à 5 cm de profondeur sans buttage. Par semis, de mars à juin mais il faudra attendre 4 à 5 ans pour les récolter. Association très réussie avec les tomates.

Ail de printemps : planter le plus vite possible. Tous les alliums proposés dans le catalogue sont comestibles.

Oignon et échalote peuvent être semés en barquette et repiqués en quinconce à fleur de terre et sur buttes pour éviter l'humidité. On peut espacer de 60/70cm afin de semer ou repiquer des légumes entre les lignes (Voir tableau des associations favorables)

Echalote : en pleine terre, semer le plus vite possible. Pour les variétés russes et polonaises qui sont bonnes pour la conservation, attendre avril.

Echalote-oignon ou de Jersey : à semer dès maintenant.

Oignon hâtif : à semer dès maintenant pour consommation rapide.

Oignon de garde : à semer dès maintenant pour la conservation.

Ciboulette, ciboulette, cébette : attendre fin de mois jusqu'en juin.

Poireau : Hâtif, semer à l'intérieur à froid dès maintenant jusqu'en mars et les autres fin avril. Coupés à ras au sol, ils repoussent. Un voile de forçage pour éviter la mouche mineuse. En pleine terre, on sème léger et on peut éclaircir en repiquant ailleurs les poireaux qu'on enlève.

Fève : semis en février/mars, 5 cm de profondeur, butter et attacher les grandes variétés. Attire les pucerons noirs qui vont à leur tour attirer les coccinelles.

Petits pois : semis en février/mars/avril à 4/5cm. Les grains ronds sont plus résistants au froid et moins sucrés. Les grains ridés et mange-tout demandent un peu plus de chaleur, préférable d'attendre encore un mois.

Mâche : le plus vite possible. Laisser grainer et elle se ressemèrera toute seule.

Laitue : le plus vite possible en bac en serre froide et les laitues à couper en pleine terre. Beaucoup de variétés différentes.

Celtuce : laitue asperge ou laitue céleri, à semer jusqu'en juin.

Cerfeuil : le plus vite possible.

Chou à couper ou chou kale : certaines variétés hâtives peuvent se semer maintenant

SEMIS A CHAUD (18 à 25°)

Aubergine, piment doux, poivrons.

Rappel : Dans le catalogue, vous trouverez d'autres légumes rares, sauvages ou méconnus qui peuvent être semer dès à présent.

En permaculture, on ne laisse jamais le sol à nu. Penser à semer en ligne ou à la volée tout au long de l'année des **épinards**, de la **mésophylle**, des **moutardes épiniard et moutardes chinoises**. Ces variétés protégeront le sol, le travailleront grâce à leurs racines et le nourriront.

En cas de hernie du chou, semer rapidement de la moutarde des champs qui protège les choux par ses sécrétions racinaires (engrais vert)

Le fumier de cheval mis à même le sol doit être écarté en période de semis pour ne pas brûler les cultures. On peut le déposer aux pieds des petits fruits (framboisiers, fraisiers, cassis, etc. qui aiment aussi beaucoup le broyat de végétaux) mais jamais aux pieds des arbres. Se rappeler que les racines d'un arbre sont au moins égales en largeur à la circonférence de l'arbre.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2020/01/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Cours de janvier 2020

LA SERRE FROIDE EN PRATIQUE (par Michel)

Comment bien utiliser sa serre toute l'année et produire soi-même de nombreux plants à repiquer.

Le rôle d'une serre : protéger les cultures contre les excès climatiques ; fraîcheur, pluie, gel, chaleur, vent.

Ses composants : armature ou ossature, enveloppe (plastique ou verre : voir les vidéos pour plus d'informations <https://youtu.be/X6YHxp-E6ss> et <https://youtu.be/ckA02mqUOc>), les ouvertures (aérations), le sol, une tablette de travail (facultatif)

La gestion d'un milieu artificiel : températures, humidité, aération, fertilité du sol et luminosité.

Définition d'une serre froide : serre qui n'est pas chauffée artificiellement.

Fonctionnement : L'air est emprisonné sous l'enveloppe et les ouvertures permettent de moduler les températures en fonction des plantes. En journée, une partie du rayonnement solaire traverse la serre et réchauffe le sol. La nuit, le rayonnement infra rouge de la terre réchauffe l'atmosphère de la serre.

La température : Plus le volume de la serre est grand, plus celui de l'air chaud emmagasiné est important et plus la serre pourra garder sa température. En cas de surchauffe, les plantes souffrent, filent, peuvent monter en graines. Il s'agit donc de trouver un juste équilibre entre lumière/températures/plantes en fonction des saisons et du climat.

L'humidité : Elle varie selon la saison et est indispensable pour la vie du sol et des plantes, pour baisser la température de la serre et diluer les sels minéraux en surface (après les cultures de tomates). On peut utiliser le goutte à goutte ou l'arrosoir.

L'eau : A forte température, la plante transpire et a besoin d'eau pour survivre d'où la nécessité de pailler le sol en saison chaude pour éviter l'évaporation. Arroser régulièrement, de préférence en matinée pour éviter les brûlures, les chocs thermiques et la condensation, avec une eau tempérée, au mieux stockée dans la serre. Il faut aussi arroser en hiver pour la vie du sol même si la serre est vide.

L'aération : permet de moduler les températures, d'éviter les condensations et les confinements générateurs de maladies cryptogamiques et de laisser entrer les pollinisateurs. En hiver et début de printemps avec gel possible, on laisse les aérations fermées la nuit en ouvrant un peu en journée en fonction des températures. Même en cas de journée fraîche, il faut veiller à aérer pour gérer l'humidité. En été, aération maximale continue jour et nuit, on peut même débâcher complètement la serre si les ouvertures sont trop petites.

La luminosité : Lumière et chaleur sont intimement liées pour bien réussir ses semis. Au printemps par exemple, quand les journées sont encore courtes, une température trop importante avec un manque de lumière ne convient pas aux semis, il faut donc aérer pour faire baisser la chaleur. Il faut aussi veiller à nettoyer correctement l'enveloppe intérieure et extérieure de la serre, au moins 1 ou 2 fois/an surtout quand la serre est à l'ombre et remplacer la bâche ou les plastiques rigides quand ils deviennent opaques ou percés. Moins de lumière entraîne moins de photosynthèse donc plus de concentration de nitrates dans les légumes qui peuvent être dommageables pour la santé.

Le sol : Une serre produit 3 à 4 fois plus de légumes qu'en pleine terre d'où la nécessité de bien nourrir le sol et de garder un bon taux d'humus : apport de compost, broyat, matières organiques (fumier, paille, déchets végétaux, feuilles, tonte de gazon, etc.), et pour certaines plantes gourmandes, apport d'engrais organiques (poudre de corne, d'os ou de sang). Il est préférable de nourrir le sol au moment des cultures, entre les rangs par exemple.

La rotation des cultures : oui sinon perte de rendement après quelques années, récolte aléatoire, risque accru de maladies, épuisement du sol de certains éléments. Les nuisibles finissent par s'installer. Comme pour le potager, varier les emplacements et les familles de légumes et limiter volontairement les quantités de plantes choisies. Dans le cas de la tomate et pour une petite serre, afin qu'elle ne soit pas entièrement remplie par le même légume, il peut être judicieux de fabriquer de petits abris extérieurs, une simple armature recouverte d'un toit transparent en plastique souple ou rigide. On peut aussi essayer la culture en pots de 10 à 15 litres avec des tomates hâtives de petits calibres, le long d'un mur ou sur une terrasse, orientés sud-ouest. Cela nécessite un arrosage régulier, un substrat riche, de pailler les pots et de pincer et guider les branches. Cela fonctionne aussi avec les poivrons, le basilic, etc.

La culture en container : la serre permet d'avancer sérieusement les semis du potager en les démarquant précocement à l'abri : pots, godets, terrines, plaques alvéolées, presse-mottes, etc. Nombre de légumes aiment être repiqués à racine nue ; tomate, céleri, laitue, chou par exemple, cela leur permet de se renforcer. Pour ceux qui n'apprécient pas cette technique comme les courges, on peut utiliser un pot percé posé sur un bac d'eau qu'il suffira de transférer entièrement au printemps dans son lieu définitif de culture. En automne, on fait l'inverse, on peut repiquer dans la serre des plantes un peu frileuses qui ont poussé dans le potager comme les scaroles, endives, laitues d'hiver, choux-fleurs, persil.

Les légumes de serre : (en godet ou sur place)

A partir de 5 à 6° : laitue, épinard, chou-fleur hâtif, mâche, poireau hâtif, pois nain, oignon hâtif, cresson, claytone de Cuba...

A partir de 10 à 12° : carotte hâtive, cerfeuil, poireau hâtif, tous les choux...

A partir de 16 à 20° : courgette, tomate, haricot vert, maïs...

Plus de 20° : aubergine, concombre, cornichon, courge, poivron, piment, basilic...

Vous pouvez aussi visionner la vidéo « les quatre saisons en serre » pour un suivi complet des cultures de serre tout au long de l'année. <https://youtu.be/gkQmz0EbzlJ>

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2019/12/carnet-de-notes-de-gilbert.html>**Table des matières pour le cours de décembre 2019****1 – LA LACTOFERMENTATION (Cours donné par Francis)**
2 – LA PERMACULTURE (Cours donné par Ignace)**1 – LA LACTOFERMENTATION**

Cette technique très ancienne (antiquité) consistant à conserver des légumes dans de l'eau et du sel était bien connue et très utilisée par nos arrière-grands-parents. Le principe est d'utiliser des bactéries lactiques qui produisent de l'acide lactique qui stérilise et permet la conservation du milieu dans lequel elles vivent. La lactofermentation libère les sels minéraux des légumes, les vitamines et permet la création de probiotiques qui favorisent le développement de la flore bactérienne qui améliore la digestion et le système immunitaire. L'acide chlorhydrique contenu dans l'estomac empêche les bactéries de passer au-delà de l'estomac mais les probiotiques, eux, peuvent passer ce qui est très favorable à notre flore bactérienne.

La lactofermentation est une méthode de conservation facile, peu coûteuse, qui ne demande pas d'énergie (électricité). Les bocaux à joint, type Le Parfait sont idéaux. On peut aussi utiliser les bocaux à couvercle mais il ne faut pas les visser à fond sous peine de risque d'explosion.

Les légumes crus doivent être nettoyés rapidement, on utilise pour la saumure de l'eau distillée, de l'eau du robinet reposée pendant 48H ou bouillie et refroidie afin d'enlever le chlore. Les bactéries lactiques se développent bien dans un milieu légèrement salé (30grs de sel marin non traité/Litre d'eau)

Raper ou couper les légumes selon la taille désirée sachant qu'ils vont se ramollir, tasser fortement pour chasser l'air, couvrir entièrement de saumure à 1cm du bord du bocal. On peut aussi placer un galet sur le dessus pour empêcher les légumes de remonter.

Une autre méthode est celle de la choucroute : 10g de sel par kg de légume, mélanger et presser fortement pour faire sortir le jus. Mettre en bocaux sans rajouter de saumure.

Il faut une température de 20°C pendant une semaine puis placer les bocaux au frais et plutôt dans l'obscurité. On peut les consommer assez rapidement mais ils peuvent se garder sans problème 3 ou 4 ans.

A l'ouverture du bocal, il faut vérifier l'aspect (moisisseurs), l'odeur et le goût. Si cela sent mauvais, on jette. L'odeur et le goût doivent être légèrement vinaigrés. Les produits lactofermentés mangés sans cuisson et sans rinçage apportent beaucoup de vitamines et probiotiques qui seront perdus à la cuisson.

Une fois ouvert, l'idéal est de presser les légumes en les sortant pour garder une maximum de liquide dans le bocal, s'il n'y a plus assez de saumure, on doit en rajouter pour que les légumes soient couverts.

Tous les légumes peuvent être lactofermentés, certains donnant de meilleurs résultats que d'autres, on peut aussi faire des mélanges.

Vidéo de démonstration de décembre 2017 :

<https://www.youtube.com/watch?v=0Xln7LCmxNQ>

2 – LA PERMACULTURE (cours donné par Ignace)

D'inspiration japonaise et appelée à l'époque agriculture naturelle par Masanobu Fukuoka (1913-2008), puis théorisée en Australie par Bill Mollison et David Holmgren.

DEFINITION : elle est multiple.

- Intégration harmonieuse de l'homme pour qu'il puisse en tirer ce qui est nécessaire pour bien vivre (esprit, nourriture, énergie, logement...) favorisant la vie dans le respect de l'environnement (nature, animaux, plantes, terre, paysages...) mais aussi dans le respect des autres (famille, voisins, amis...)

- Méthodes culturelles qui permettent à la terre de maintenir sa fertilité.

- Le partage du savoir aux autres

LA PERMACULTURE AU JARDIN :

OBSERVER : essayer de comprendre son environnement en cherchant l'utilité de tous ses différents aspects pour s'épargner le travail inutile ou destructeur. Essayer de comprendre le rôle et les interactions des arbres, bâtiments, soleil, ombre, vent, eau, relief, sol, pH, plantes sauvages, humidité, hauteur des plantes ... dans la quête d'un équilibre

CULTIVER LA PATIENCE : relativiser les réussites et les échecs.

REFLECHIR : D'un point de vue personnel et surtout professionnel, une solide réflexion est nécessaire avant de se lancer. Il faut se former et bien calculer les risques de son investissement.

CHOISIR : Quelles plantes peuvent convenir pour moi et mon entourage ? Quelles plantes conviennent à ma terre ? Quelle ambiance je veux créer, quel usage, quel besoin, pour moi, ma famille ? Comment créer des conditions acceptables pour les plantes que je souhaite faire pousser ?

CREER SON JARDIN : Aménager son jardin selon ses goûts et aspirations. Créer un microclimat en installant des haies fruitières et productives, des buissons à petits fruits. Le construire petit à petit pour créer une œuvre où des améliorations sont apportées en continu.

RESPECTER : Respecter la structure du sol sans en bouleverser les couches au risque de faire mourir beaucoup de vivants (micro-organismes aérobies et anaérobies). Respecter le vivant. Nourrir les sols. La végétation qui pousse spontanément sur un sol apportera, lors de sa décomposition, les substances qui lui manquent le plus.

COUVRIR : couvrir le sol pour garder l'humidité et le protéger contre l'érosion (pluie, vent, ruissellement, soleil). Moins de plantes sauvages (indésirables) avec une couverture du sol. Couvrir de matières sèches mélangées à des matières humides. Permettre l'installation des auxiliaires : champignons, bactéries, cloportes, vers de terre...

AÉRER : il faut aérer le sol si besoin mais un sol vivant l'est naturellement et reste souple par l'action des vers de terre, bactéries, champignons ... La terre devient comme une éponge (grâce aux galeries des vers de terre), retient mieux l'eau, est mieux oxygénée, préserve mieux sa richesse grâce à l'humus, remédie par conséquent aux problèmes récurrents des inondations.

NOURRIR : C'est le sol qui nourrit les plantes (ce que ne fait pas l'engrais chimique). Toujours couvrir le sol avec les plantes ou avec une couverture du sol la plus diversifiée possible et mélangée (matière carbonée et azotée, vivant ou l'ayant été). La couverture du sol va nourrir les bactéries, champignons, insectes, vers de terre, cloportes ... qui eux vont libérer des substances pour nourrir les plantes. Le compost en tas est déjà une étape dans le bon sens, mais le compostage en surface directement sur le sol est encore bien mieux. La période la plus active des micro-organismes du sol se situe à l'automne et au printemps (température douce et humidité présente dans le sol). Ignace a constaté que le sol de son jardin s'est nettement amélioré à partir du moment où il a appliqué le compostage en surface et qu'il n'a plus travaillé le sol.

ATTRIRER LES AUXILIAIRES : Les attirer, les protéger et les nourrir. Favoriser l'habitat des pollinisateurs (1m³ de déchets grossiers dans un coin de chaque jardin). Prévoir une nourriture constante (fleurs de fruitiers, annuelles, sauvages, consoude ...)

FAVORISER L'HABITAT ET LA NOURRITURE DES MANGEURS DE NUISIBLES :

Oiseaux : mésange, rouge-gorge, merle, grive, roitelet, troglodyte mignon, pic vert, pic épeiche.

Insectes : coccinelle, syrphe, perce-oreille, carabe.

Amphibiens : grenouille, crapaud, triton, salamandre, orvet. Création d'un point d'eau ou une mare.

Mammifères : hérisson, musaraigne, taupe.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Moësnon
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2019/11/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Table des matières pour le cours de novembre 2019

- 1 - Les Chicorées (cours donné par Michel)
- 2 - Les arbres fruitiers (cours donné par Ignace)

1 - LES CHICORÉES

Les chicorées sont originaires du sud de l'Europe (Italie du nord) donc faciles à cultiver sous nos latitudes. Elles regroupent beaucoup de variétés différentes (endive frisée, scarole, chicorée sauvage, witloof, etc.). Un de leurs avantages par rapport aux autres salades est qu'elles sont très adaptables aux changements de températures, pouvant germer à des températures assez hautes contrairement à la laitue. L'amertume contenue dans les différentes chicorées est bonne pour la santé, elle permet une bonne digestion en favorisant le fonctionnement de la vésicule biliaire. Pour diminuer l'amertume de certaines chicorées, il suffit de baisser la photosynthèse en réduisant la lumière ; on peut recouvrir les salades avec une assiette, un pot de fleur ou la ficeler pour cacher le cœur pendant une semaine à 10 jours. A faire en période sèche pour éviter le pourrissement. En cuisine, on peut ajouter des fruits sucrés, des fruits secs, noix, amandes, pommes, raisin de Corinthe, etc.

	LAITUE	CHICOREE
Culture type de jours	Courts	Longs
Périodes de culture	Printemps-automne	Eté-automne-hiver
1ère germination	De 5 à 20°C maximum	20°C et plus (mini 12°C)
Résistance à la fraîcheur	Oui (plant grand ou petit)	Plant petit : non - Plant grand : oui
Goût	Douce et tendre	Amère et plus dure (voir remède pour y pallier)
Résistance au gel	Petite : oui Grande : non → pourriture	Assez résistante surtout les sauvages
Sensibilité à la pourriture	Assez sensible car feuilles tendres et fines	Assez résistante car feuilles plus épaisses (+ de matières sèches) sauf scarole et endive frisée
Culture sous abri (serre, couche)	Oui mais pas trop confinée	Meilleure résistance en hiver (à l'abri du vent)

CHICOREES ENDIVES FRISSEES : (19.000 à 21.010)

Les plus fragiles des chicorées, beaucoup de feuillage mais résistance à seulement -1,-2°C. Le semis se pratique en avril à l'intérieur ou en serre, les plants peuvent se repiquer facilement sinon semis directement en terre chaude et humide à partir de juin jusqu'à mi-août. La levée se fait entre 2 et 4 jours sous peine de complications (montée en graines rapides par exemple)

Endivette blanche à couper : semblable aux laitues à couper. Feuillage vert clair jaune. Aime l'humidité.

Toujours verte Romanescu : idem mais feuillage plus vert

Fine de Louviers : belle salade fine et dentelée mais qui pourrit assez rapidement en cas de trop grande humidité.

Frisée d'été parisienne : beau résultat en serre

Grosse Pancalière : énorme salade verte d'été et d'automne

De Ruffec : plus résistante au froid

Grosse Pommant seule ou Frisée wallonne : cœur peu dense mais tient bien au froid

Président : variété améliorée qui résiste bien au froid

CHICOREES SCAROLES : (22.000 à 23.052)

Feuilles moins découpées que la frisée, elles s'utilisent aussi bien crues que cuites.

Scarole en cornet : plus résistante (-5°) feuilles plus épaisses et fermées en cornet. Idéale en serre ou elle pousse en hauteur (30cm) donc gain de place.

Géante maraîchère : une des plus grandes, été et automne

Grosse bouclée : plus hâtive, beau cœur bien jaune

Batavia améliorée : assez hâtive, beaucoup de verdure, idéale pour nourrir les poules.

Verte à cœur plein : proche de la grosse bouclée

Blonde à cœur plein : plus tendre et moins amère

Gilda : va bien en serre, automne-hiver

Golda : bonne résistance au froid

Spéciale Natacha : plutôt en serre

CHICOREES SAUVAGES A POMME SERREE : (23.090 à 24.085)

A semer assez tôt en saison car elles demandent un peu de temps pour pousser complètement. A privilégier plutôt en extérieur qu'en serre. Le gel rend la saveur plus sucrée.

Pain de sucre : feuilles de plus en plus douces de l'extérieur vers l'intérieur jusqu'à une saveur presque sucrée. Résistance à -10°C. Se conserve longtemps au réfrigérateur et emballée dans du papier

Di Lusia : plante énorme

Variété de Castelfranco : panachée rouge et blanc jaunâtre

Chioggia : plus petite mais feuilles très serrées, rouge foncé et côtes blanches.

Rouge de Trévise : feuille rougeâtre allongée

CHICOREES SAUVAGES A PETITE POMME SERREE : (24.91 à 24.097)

Semblables à des petites laitues, très résistantes au froid, à laisser en extérieur jusqu'au printemps.

Blonde de Trieste : vert blond

Blonde et verte à Grumolo : feuilles épaisses

CHICOREES SAUVAGES A POMME DIFFEREE : (25.000)

Semer à l'automne mais ne pommera qu'après l'hiver. On consomme les feuilles dans l'intervalle. Racine pivotante qui permet de laisser pousser le cœur même si les feuilles extérieures ont disparu.

Rouge de Vérone : petite pomme rouge et blanche

CHICOREES A CAFE : (25.050)

Grosse racine longue et lisse, sert à la fabrication de la chicorée une fois broyée, séchée et torréfiée.

CHICOREES SAUVAGES A COUPER : (26.000 à 26.95)

Barbe de Capucin : on peut laisser sur place, la couvrir pour qu'elle repousse. Feuilles dentelées blanches. On peut récolter les racines et les forcer comme les endives.

Rouge de Trévise : sert au mesclun

CHICOREES DE BRUXELLES WITLOOF (CHICON) : (27.000 à 28.050)

Semer à partir de mi-mai jusqu'à mi-juin dans une terre pas trop riche. On récolte la racine de novembre à décembre (après une première gelée), on laisse reposer 10 jours directement sur le terrain puis on coupe les feuilles à 3cm du collet et, selon les variétés, on les force en cave (14° max) dans des containers remplis de terre ou de tourbe ou à l'extérieur avec terre de couverture et protection contre la pluie. (Voir vidéo complète <https://youtu.be/v4ryFadQ6IQ>)

2 – LES FRUITIERS**A – Les gros fruits (pomme, poire, cerise, abricot, prune, etc.)**

Pourquoi planter des fruitiers dans son jardin : d'abord pour le plaisir, pour avoir des fruits frais de différents goûts à manger à différents moments de l'année, des fruits sans pesticide dont on connaît l'origine et la culture. Cela permet aussi d'agir sur le micro-climat en préservant du soleil et de la chaleur certaines cultures grâce à leur ombre, de protéger naturellement des vents froids (nord-est)

Quels fruitiers planter ? On choisit d'abord en fonction de ses goûts et des fruits qu'on aime manger et de la façon dont on mange les fruits (ex : pommes à croquer ou pommes à compote), des variétés d'arbres qu'on peut trouver dans le commerce, de celles adaptées à la région et aussi de la saisonnalité des fruits si on en veut toute l'année.

Un fruitier coûte une dizaine d'euros, il faudra attendre quelques années pour avoir ses fruits donc il est important d'avoir une réelle réflexion avant de se lancer. On peut aussi faire des greffes (voir les cours sur Fraternités Ouvrières)

Quelles variétés choisir ? On dit souvent qu'il faut plusieurs variétés pour avoir des fruits. Il existe maintenant des fruitiers auto-fertiles qui ne nécessitent pas plusieurs individus mais la pollinisation sera de meilleure qualité si on a la place d'avoir au moins deux variétés différentes du même groupe (ex : 2 pommiers ou 2 poiriers)

Quelles formes d'arbre choisir ? Pour les gros fruits, une haute-tige est un arbre qu'on ne taille pas, qui atteindra une grande envergure. (La taille empêche l'arbre de donner un maximum de fruits) Une demi-tige peut être aussi grand qu'une haute-tige mais le tronc est un tout petit peu plus court. Le fruitier **buisson** est greffé, fait moins de racine et démarre sa fructification plus rapidement (1 à 2 ans contre 5 voire 7 ans pour les hautes-tiges). Les buissons peuvent être taillés à la taille que l'on veut. Les fruitiers **palissés**, (pommier, poirier->greffé sur cognassier) : on force l'arbre dans la forme que l'on souhaite ce qui peut le rendre plus sensible. Il faut savoir que les fruitiers **greffés** achetés en grande surface n'ont quasiment jamais d'information sur le porte-greffe donc il est très difficile d'évaluer la taille de l'arbre une fois adulte.

La forme et le nombre vont donc dépendre de la situation et de la taille du jardin, de la proximité du voisinage, du design que l'on souhaite créer.

Où acheter ses fruitiers ? Il est préférable d'acheter chez un pépiniériste qui aura fait lui-même ses greffes et qui pourra répondre à toutes les questions et conseiller efficacement sur les produits vendus, particulièrement sur le goût des fruits, la période de fructification et surtout la résistance aux maladies. Choisir un pépiniériste de sa région permet une meilleure connaissance du terrain et des variétés adaptées au lieu. Commencer à se renseigner dès l'été sur les différentes variétés vendues pour déterminer un choix d'achat pour l'automne, voire même réserver d'avance pour être sûr d'avoir ce que l'on souhaite.

Quand et comment planter : Le moment idéal pour planter un arbre est le mois de novembre. On peut cependant planter des arbres à racines nues jusque fin mars si on n'a pas le choix. On plante l'arbre tout de suite après l'achat, si on doit attendre quelques semaines, on le met en terre, dans une tranchée. On ne fait jamais le trou de plantation à l'avance car en cas de pluie, le trou va se remplir d'eau et de boue asphyxiante. Le trou doit être plus grand et plus large que les racines. On remet la terre dans l'ordre dans lequel on l'a enlevée. On coupe les racines qui ont été abîmées ou trop longues, on peut les praliner (boue avec terre avec ou sans bouse de vache) Pas d'engrais dans la fosse. On place le tuteur côté vents dominants, avant de planter l'arbre sans l'enfoncer complètement pour ne pas écraser les racines et on utilise un lien caoutchouté pour attacher l'arbre sans serrer. On arrose en plusieurs fois pendant la plantation. Le point de greffe doit affleurer la terre et veiller, si on rajoute des paillis ou du compost, à ce que le point de greffe ne soit jamais enterré. On termine la plantation avec de la terre sèche au-dessus et un bon paillage pour les vers de terre et la protection du gel.

En France, les prix sont plus élevés qu'en Belgique.

Les cerisiers : il existe des cerisiers qu'on peut maintenir à 3/4mètres de haut. Il faut savoir que les plus belles cerises poussent toujours en haut, idéales pour les étourneaux. L'usage d'un solide filet de protection en juillet s'avère donc souvent nécessaire pour protéger des oiseaux, des mouches et des intempéries. (Plus de détails sur over-blog de juillet) Ignace conseille entre autres la variété Corona, cerisier autofertile et particulièrement résistant.

B – Les petits fruits

Il existe les **lianes**, les mûres par exemple qui sont en fait des ronces, les kiwis, les vignes, etc. Il y a aussi les petits arbres **colonnaires** comme les pommiers ou cerisiers, en pot sur balcon ou directement en terre, forme idéale pour petit jardin. 70cm d'écartement entre 2 arbres.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2019/10/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Table des matières pour le cours d'octobre 2019
Avec reprise du cours de 2018

- 1) HYBRIDATION**
- 2) DERNIERES PLANTATIONS**
- 3) DERNIERS SEMIS**
- 4) LEGUMES RACINES**

- 5) FERTILISATION**
- 6) TERREAU**
- 7) ALGUE MARINE**
- 8) ENGRAIS**

1 - HYBRIDATION :

Les différentes variétés de tomates plantées ensemble ne s'hybrident pas entre elles, à l'instar des courgettes, poivrons, aubergines, petits pois, haricots. Il peut y avoir un accident ou une mutation, ce qui est rare mais souvent très profitable. Ce n'est pas le cas des courges qui peuvent s'hybrider très facilement quand elles sont de même famille (Les noms sont notés sur le catalogue pour chaque courge, ex : maxima, pépo...), on prend alors des risques quant aux résultats.

Quand on fait soi-même ses semences, on peut remarquer qu'au bout de 4/5 ans, les graines deviennent beaucoup plus résistantes car adaptées au terrain et au climat.

2 - DERNIERES PLANTATIONS EN URGENCE :

Ail blanc et violet, oignonet (variété radar) et échalote : (pH 6,5 à 8) à planter avant l'hiver en terrain pauvre et drainé, sur buttes en terre humide (30cm large x 10cm de haut, en quinconce) ou en serre froide (sauf pour l'ail), planter peu profond afin que les bulbes sortent de terre pendant laousse et protéger des oiseaux par un grillage ou un voile, à récolter vers avril/mai pour manger en vert ou juillet/août en bulbes. Ne pas confondre avec l'ail de printemps dit ail de rattrapage qu'on plante en février/mars et qui reste plus petit ainsi que les oignonets de garde à planter au printemps. En avril/mai, on peut saupoudrer les cultures avec des algues marines et au moins une fois par an, arroser avec une solution saline (50gr de sel marin naturel/10L d'eau). Pour la récolte, on laisse sécher à l'air 24H, on coupe le feuillage quand il est entièrement sec, on place assez espacé dans des caissettes à l'air libre et sous abri, au froid, on peut aussi saupoudrer d'algues marines pour une meilleure conservation. L'envie de consommer de l'ail ou de l'oignon cru révèle un manque de souffre dans l'organisme

3 - DERNIERS SEMIS :

Remarques : Le décalage des saisons et l'arrivée de nouvelles variétés venues des pays étrangers font qu'en permaculture on constate qu'on peut semer de plus en plus tard.

Toutes les petites graines doivent être semées à 1cm de profondeur grand maximum et peuvent même être posées à même le sol avec un léger coup de râteau pour ramener la terre. (A protéger des oiseaux)

Tant que les températures ne descendent pas au-dessous de 10°, on peut semer à l'extérieur. Sinon, il est préférable de semer en bac à l'intérieur ou

châssis, serre froide, véranda et repliquer une fois la plante poussée.

Fève : résiste à -10° facilement. A semer à 5cm de profondeur, à manger cru, cuit ou sec pour les soupes. C'est une pionnière qui pousse partout, qui peut servir d'engrais vert et qui attire les pucerons noirs qui vont servir de première nourriture aux coccinelles qui viendront se reproduire dans le jardin. Un semis précoce permet d'éviter la bruche. Sinon au plus tôt au printemps dans un endroit semi-ombragé. Les légumineuses en général préfèrent un pH au-dessus de 7 mais n'aiment pas la proximité des alliages.

Petit pois : le nain (le lisse en particulier) est plus résistant au froid et peut commencer à pousser sans prédateurs (faire attention aux pigeons). Préférer le pois ridé, plus sucré, pour le printemps.

Epinard : le meilleur engrais vert, pleine terre ou serre froide, ne gèle pas. Décompacte les terres argileuses sans problème. Couper les feuilles en laissant le cœur pour faire plusieurs récoltes.

Moutarde des champs : à utiliser comme engrais vert, goût pas intéressant.

Moutarde épinal : goût de radis plus ou moins fort, ne gèle pas, dehors ou serre froide.

Mésophile : petit navet dont on ne mange que les feuilles crues

Mâche : semer maintenant, elle poussera au début du printemps. Besoin d'humidité constante. La mâche à grosses graines perd en saveur aux premières gelées, la mâche à petites graines s'améliore après les gelées. L'idéal étant de mélanger les deux. En serre froide, on peut en avoir tout l'hiver. Mettre les graines 48h au congélateur avant de semer, elle germera bien plus vite. Couper les feuilles en laissant le cœur pour faire plusieurs récoltes.

Chou de chine : famille des mizuna, ne gèle pas, dehors ou en serre froide.

Chicorée sauvage italienne : ne gèle pas, dehors et serre froide

Chicorée scarole en cornet : résiste à -10°.

Cerfeuil : ne germe pas au-dessus de 15°. Quand on le laisse monter sur place, on en a toute l'année. Aime la mi-ombre

Laitue d'hiver : dehors pour de grosses laitues au début de printemps ou en serre froide pour tout l'hiver.

Laitue toute saison : semer uniquement en serre froide

Laitue romaine d'hiver : dehors ou serre froide, résiste bien au froid

Ciboule, ciboulette, ciboule St Jacques, oignon perpétuel : à semer maintenant

4 - LEGUMES RACINES - CONSERVATION ET RECOLTE

Céleri-rave, navet, carotte, etc. : prélever pour manger mais pas encore pour conserver. Le manque d'eau cet été a empêché les racines de grossir, elles continuent à pousser jusqu'aux gelées. Il faut récolter ces légumes quand ils sont entrés en dormance. On peut aussi les laisser dans la terre mais on coupe la verdure à 1cm au-dessus du collet et on recouvre avec de la paille ou un voile de forçage.

Pour les conserver à l'intérieur, dans un endroit froid proche de zéro degré, on utilise un grand récipient et on intercale une couche de légumes, une couche de tourbe ou de sable, une couche de légumes, etc. et on peut les conserver tout l'hiver. Pour la conservation des courges, potiron et grosses courgettes, l'idéal est une température de 12 à 20°, à l'air libre. Ces légumes continuent à se bonifier dans les mois suivants et sont plus riches en vitamines. On peut les laisser dans le jardin jusqu'au premier froid et tant que la végétation est encore présente.

5 - FERTILISATION

Un des buts de la permaculture est d'être le plus autonome possible et de limiter les coûts à tous les niveaux, (graines, moyens de cultures, aménagement...). Mais c'est l'environnement qui permet à la plante de se développer, c'est-à-dire en priorité l'air et l'eau, donc, le climat, l'humidité, l'absence de pollution, etc.... Le sol, lui, n'intervient que pour 3 à 5% dans la composition d'une plante. S'il est difficile de jouer sur les contraintes extérieures, il est possible de rendre la terre plus fertile et vivante pour que la plante trouve tout ce dont elle a besoin pour pousser dans les meilleures conditions :

- Remuer le sol le moins possible afin de conserver l'équilibre naturel de la terre
- Le sol doit être couvert toute l'année par les légumes qui poussent ou par une couverture végétale la plus diversifiée possible (feuilles, déchets, paille, foin, copeaux, fumier, mauvaises herbes...) sans jamais rien enterrer
- Maintenir et enrichir la vie du sol. Les vers de terre jouent un rôle extraordinaire en aérant et décompactant le sol. On estime que le sol est passé 3 fois dans l'intestin des vers depuis le début de l'existence de la Terre. C'est grâce à la couverture végétale du sol que les vers sont nourris et protégés.
- Le compostage en tas n'est pas indispensable. Il vaut mieux essayer de recycler le plus

rapidement et le plus directement possible sur le terrain, sans rien enterrer, sans rien brûler ni détruire mais tout utiliser.

- Les adventices qui poussent spontanément contiennent les éléments qui manquent le plus à la terre d'où l'intérêt de les recycler le plus possible.
- L'ennemi N°1 de la vie du sol c'est le soleil dû à son effet direct qui brûle la terre en profondeur. A ne pas confondre avec la lumière.

6 - TERREAU

Le terreau, le sable ou la tourbe n'enrichissent pas le sol et servent essentiellement pour les semis et pour alléger les jardinières. Ils sont aussi idéal pour forcer des chicons. Pour enrichir sa terre, il vaut mieux utiliser du compost, du fumier.

Si on utilise la terre de son jardin pour les semis, on peut ajouter un tiers de tourbe ou du compost et saupoudrer un peu d'algue marine. On peut aussi quelquefois utiliser du terreau pour les plantes acidophiles. (Terre de bruyère)

7 - ALGUES MARINES

Les choux, les radis, les tomates, les pommes de terre, les oignons, les échalotes aiment bien un petit supplément de chaux, on peut donc poudrer sur les feuilles un peu d'algue marine pour nourrir les plantes surtout si on a une terre un peu acide. Utile aussi pour les petits élevages contre les puces des poules par exemple ou les blessures en laissant un bac rempli d'algues à disposition pour qu'elles puissent se rouler dedans ou bien mélanger un peu d'algues dans les abreuvoirs, on peut aussi ajouter un peu de vinaigre de récupération (bocal de cornichon par exemple). Les algues marines, en plus de la chaux et du magnésium, contiennent à peu près 130 oligo-éléments. Utiliser environ 10Kg par an pour 100M². Très pratique pour l'entretien des pelouses. Toujours utiliser les algues marines en poudre.

8 - ENGRAIS ORGANIQUE

Équivalent à l'engrais universel, à n'utiliser que pour débuter un jardin peu vivant. La poudre d'os est intéressante pour tout ce qui nécessite un pH un peu plus fort (crucifère). Poser les plantes comme la consoude ou l'ortie directement sur le sol plutôt que d'en faire des purins. Les cendres de bois sont antigerminatifs mais au pied des plantes et des arbres fruitiers, c'est un excellent engrangé alcalin

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2019/09/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Table des matières pour le cours de septembre 2019

- 1) SEMIS URGENTS**
- 2) SEMIS APRES LE 15 SEPTEMBRE**
- 3) SEMIS DU MOIS**

1) SEMIS URGENTS

Chou hâtif blanc, rouge et Milan : en pleine terre et repliquer dans 1 ou 2 mois pour récolte fin mai, juin de l'année prochaine. Idéal pour éviter les maladies et les insectes. Mettre de l'algue marine sur les feuilles plusieurs fois en fonction de l'acidité du terrain
Chou de Savoie : chou de mai très résistant au froid
Chou-fleur : maritime et d'Erfurt. Semer en pleine terre puis repliquer en pleine terre, protéger avec un voile dès qu'il gèle à -5° ou les repliquer dans une serre froide ou un coffre. Les feuilles sont comestibles
Chou à couper : dont le Rapa da Cima. On préleve les feuilles et on laisse le cœur.
Chou-laitue : (29090) en forme de laitue romaine. Ne gèle pas
Chou de Chine : dont le Mizuna, très résistant, à couper.
Moutarde : blanche, noire, pour engrais verts.
Moutarde épinal : variétés différentes en goût, ne gèlent pas, se ressème tout seuls et se mangent comme des laitues à couper.
Radis d'hiver, noir et toute saison : Semer large, besoin d'eau sinon ils deviennent piquants.
Chicorée sauvage : (26090 à 26095/24095 à 24097) pousse comme des petites laitues et ne gèle pas. Idéal en serre froide
Laitue d'hiver : semer pleine terre, repliquer dans 1 ou 2 mois en pleine terre ou serre froide
Laitue à couper : idem, idéale en serre froide
Carotte : essayer toutes les variétés
Poireau : semer léger et récolte de porettes au printemps (couper seulement les feuilles pour la soupe et laisser repousser)
Oignon hâtif : à partir de graines, semer en place, très clair pour en avoir au printemps
Echalote de Jersey : (68090)
Cébette : oignon-poireau.
Persil : semer en jardinière ou en bac, en terreau frais et repliquer brin par brin. Ne gèle pas. Tester plusieurs variétés pour trouver celle qui convient à son terrain.
Céleri à couper : ne gèle pas

2) SEMIS APRES LE 15 SEPTEMBRE

Oignonnet : variété radar, pleine terre ou serre froide à peine enterré sur terre ferme non travaillée

All d'hiver : blanc et violet, gros cayeu, à peine enterré sur terre ferme non travaillée

Échalote :

Fève : gèle à -10°, enterrer à 4/5 cm. Laisser les pucerons noirs s'installer au printemps pour attirer les coccinelles.

Féverole : pour les animaux et comme engrais verts. Comestible pour les humains si trempée pendant 48H

Petit pois : toutes les variétés surtout à grains ronds. Protéger des oiseaux. Récolter au printemps

3) Semis du mois

Epinard, oseille : humidité et environ 15°, au-dessus de 20° ne germe pas. L'épinard-oseille ou épinard patient ou épinard perpétuel peut rester 3 ans au même endroit

Navet : ne gèle pas si semer en automne car reste de petite taille

Mâche : salade de blé. On peut en mettre partout dans le jardin sur des terres non travaillées. La mâche repliquée devient plus grande que la semée. En prélevant les feuilles, la mâche repart du pied. Semer en couvrant légèrement de terre. La mâche à grosses graines perd en saveur aux premières gelées, la mâche à petites graines s'améliorent après les gelées. L'idéal étant de mélanger les deux. En serre froide, on peut en avoir tout l'hiver. Mettre les graines 48h au congélateur avant de semer, la mâche germera bien plus vite.

Moutarde : celle qu'on sème pour l'engrais vert. Gèle à -5°.

Roquette : ne gèle pas et ne monte plus en graine en dessous de 20°. La roquette commune se cultive en annuelle alors que la roquette vivace peut rester plusieurs années.

Claytone, pourpier d'hiver : (8030) ne gèle pas, ressemble à la mâche. Se ressème si elle se plait. Annuelle ou vivace

Cerfeuil : différentes variétés à tester, germe difficilement au-dessus de 20°. Terrain frais

Artichaut, cardon : semer en pleine terre, 2à3cm de profondeur. Ne gèle pas.

Grande Bardane : semer en septembre, on mange les racines au printemps qui sont très tendres. 1 graine/10cm.

Mésophile : ou feuille de navet. On peut manger la verdure tout l'hiver et au printemps manger la racine comme un navet.

Engrais vert : on peut semer la phacélie

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2019/08/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Table des matières pour le cours d'août 2019
 Cours donné par Ignace en remplacement de Gilbert

1) PRENDRE SOIN DU SOL
2) AVANTAGE DES FLEURS
3) LES BISANNUELLES
4) LES FLEURS AU POTAGER

5) SEMIS URGENTS
6) SEMIS D'AOÛT
7) SEMIS POUR LE PRINTEMPS
8) SEMIS EN DESSOUS DE 20°

1) PRENDRE SOIN DU SOL : le **terreau** est surtout utilisé pour les semis. Afin d'alléger la terre de jardin, on peut bien sûr utiliser du terreau qui a déjà servi mais il est préférable de couvrir tout le temps le terrain, d'y laisser de la matière vivante et décomposable, on peut aussi utiliser du sable pour une terre lourde mais il en faut de grandes quantités. En couvrant le sol, la terre se transforme en terreau noir, puis en humus et c'est l'humus qui retiendra l'eau et les éléments nutritifs dans les terres sablonneuses et aérera le sol pour les terres lourdes et riches. La **tourbe** devenant rare, il est préférable d'utiliser du terreau ou du sable, voire des feuilles mortes. Les **algues marines** sont à la fois un engrais (présence de calcaire et de magnésium) et une aide contre les champignons et les pucerons en poudrage sur les feuilles, à utiliser avec modération. Dans les **engrais organiques**, l'azote (N) sert au feuillage, le phosphore (P) sert à la floraison et à l'enracinement, la potasse (K) pour la santé, la beauté des fruits, la couleur des fleurs et le goût. Les chiffres donnent les proportions, par exemple : NPK 7-5-10 équivaut à 7 volumes d'azote, 5 de phosphore et 10 de potasse. En permaculture, on utilise le moins d'engrais possible voire pas du tout. La **poudre d'os** contient beaucoup de phosphore et un peu d'azote et sert essentiellement à l'enracinement et la floraison. La **cendre de bois**, 1 à 2 poignées au m² maximum pour les arbres fruitiers.

2) AVANTAGE DE PLANTER DES FLEURS ET LAISSER DES LEGUMES VENIR EN FLEURS DANS UN POTAGER :

Les fleurs attirent les insectes polliniseurs, particulièrement pour les légumes courges. Par exemple au printemps, laisser monter en fleur quelque chou, navet, carotte, poireau, ail, ciboulette ou plus tard fenouil, en plus d'enjoliver le jardin, les insectes attirés seront alors sur place pour les fruitiers. Laisser en fleur (certaines étant d'ailleurs comestibles) permet aussi de faire de la semence pour certains légumes qui repousseront alors tout seul. L'idéal est de copier la nature en semant et plantant fleurs et légumes mélangés dans tout le potager, sans faire de rang.

3) LES BISANNUELLES :

C'est le moment de semer en godet ou en pleine terre tout ce qui est bisannuel aussi bien les légumes que les fleurs si on veut avoir de belles pousses dès l'année prochaine (calendula, rose trémière, pensée, souci, lupin, bouquet parfait, delphinium, bourrache, capucine, pissenlit, roquette...)

4) LES FLEURS INTERESSANTES AU POTAGER :

Rose trémière : à l'arrière plan en raison de sa hauteur
Rose trémière de montagne : moins spectaculaire en fleur mais plus touffue, n'a jamais la rouille et est très vivace.
Dahlia : il attire le perce-oreille, redoutable prédateur de parasites.

Ipomée : plante grimpante aux riches couleurs, très volubile, idéal sur un tuteur ou pour cacher un grillage. Disparaît complètement en hiver.

Tagette ou oeillet d'Inde : Idéal contre les nématodes, parasites du sol qui mangent les racines. A placer partout dans le jardin mais privilégier près des carottes et des tomates.

Calendula ou souci : anti-nématodes et se ressème tout seul

Tournesol : attire coccinelles, perce-oreilles, oiseaux et abeilles. Se ressème tout seul mais on peut aussi garder la semence pour faire des semis de printemps. Tuteurs pour les géants, le tournesol peut à son tour servir de tuteur à haricots ou grimpantes.

Valériane officinale : fleur blanche et rosée, jusqu'à 2M de haut, possède un parfum gênant les insectes.

Bouillon blanc ou molène : attire les pollinisateurs, se ressème tout seul.

Ail des ours : bulbe à planter surtout aux pieds des arbres fruitiers.

Lupin : plante toxique mais jolie et mellifère

Malus : pommier d'ornement, très belle floraison au printemps, fruits peu intéressants mais utiles aux oiseaux. Très utile pour la pollinisation des autres pommiers.

Fleurs demandant des précautions :

Muguet : toxique, qu'on peut confondre avec l'ail des ours.

Digitale : toxique même au toucher.

5) SEMIS URGENTS : (voir le cours de l'année dernière pour plus de détails)

Arroche :

Chou brocoli a jets :

Chou rave, rutabaga : ne gèle pas

Fenouil : surtout si l'arrière saison est belle.

Haricot nain : très urgent avec des risques en fonction des températures.

Pois nain hâtif : idem

Radis d'été : idem. A semer très espacé

Radis d'hiver :

Poirée :

Chicorée à couper, endive, scarole : à protéger du froid.

Laitue à couper : mélanger les variétés

6) SEMIS D'AOUT :

Carotte longue ou demi-longue : récolte l'année suivante

Chou, chou blanc et Milan hâtif : semer au jardin et repiquer dans la serre froide. Protéger de la pluie avec un voile.

Navet : semer tôt, donne de gros navets mais fragiles au gel. Semer tard, donne de petits navets résistants.

Chou de Chine : aime la chaleur et l'humidité.

Chicorée sauvage : passe l'hiver. Peut se repiquer en serre froide. On enlève les feuilles au fur et à mesure. Certaines variétés sont peu amères

Laitue d'hiver :

Moutarde épinard :**Persil :**

Mâche : idéal car ne supporte pas les grosses chaleurs. Semer clair, tirer les feuilles et laisser repousser.

Roquette :

Epinard : à semer en dessous de 20°

7) SEMIS POUR RECOLTE DE PRINTEMPS :

Carotte longue et demi-longue, laitue d'hiver, panais, poirée, oignon hâtif, poireau, chou blanc, rouge et Milan hâtif et chou d'hiver

8) A SEMER ABSOLUMENT EN DESSOUS DE 20°C**Epinard, oseille, oseille patience ou perpétuel :**

L'épinard est le meilleur engrais vert au monde. En récoltant les feuilles et en laissant la racine en terre, cette dernière va s'amollir et faire des galeries qui aèrent la terre sans bêchage. On peut aussi nettoyer un jardin pollué avec l'épinard comme avec la carotte qui a la capacité de recycler le sol mais alors on ne les mangera pas, bien sûr. Ne pas semer trop dru ou repiquer. Terre toujours un peu humide et fraîche.

Cerfeuil et laitue

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrières.over-blog.com/2019/07/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Table des matières pour le cours de Juillet 2019

- 1- PLANTS DE POMME DE TERRE**
- 2- RECOLTE ET CONSERVATION DES FRUITS**
- 3- TAILLE DES FRUITIERS**

- 4- BOUTURAGE DES TOMATES**
- 5- SEMIS URGENTS**
- 6- SEMIS DE SAISON**

1 - PLANTS DE POMMES DE TERRE

Faire ses plants de pommes de terre permet d'améliorer leur résistance et leur adaptabilité à son terrain. Choisir dans sa récolte des pommes de terre d'environ 3cm de diamètre, disposer dans des bacs à claire-voie à l'extérieur, à l'abri du soleil mais au vent et à la pluie jusqu'au premier gel. On peut poudrer avec des algues marines ou de la cendre de bois. Pour freiner des plants de pommes de terre qui démarrent trop tôt, on les place à la lumière et au froid mais pas en dessous de zéro. Pour les faire germer, on les place à l'obscurité et la chaleur.

L'association fève/pomme de terre fonctionne bien.

2 - RECOLTE ET CONSERVATION DES FRUITS

Pour les pommes et les poires, le moment de la récolte ne correspond pas toujours au moment de les manger sauf pour les variétés hâtives. Il faut connaître les variétés qu'on plante et leurs spécificités. Elles se conservent particulièrement bien dans un endroit froid ou frais du moment qu'on ne les manipule pas, sous un appentis par exemple.

3 - TAILLE DES FRUITIERS

Il est préconisé de tailler à partir de juin, jusqu'à mi-septembre (quand on voit les fruits) bien qu'il soit conseillé maintenant de ne plus tailler, surtout sur les basses-tiges. Pour les arbres à noyaux, pas avant juillet-août si obligation, par temps chaud et sec et après la fructification. En ce qui concerne la vigne, il était d'usage autrefois de planter des pêchers, des abricotiers, des amandiers afin que la vigne s'en serve de support ; après guerre, on a rationalisé la culture pour faciliter la récolte en taillant très court. Mais il est possible de laisser une vigne vagabonder sur des supports, sans la tailler, la production est alors bien plus intéressante.

4 - BOUTURAGE DES TOMATES

Reiquer des gourmands en pleine terre permet d'avoir des tomates jusque tard dans la saison.

5 - SEMIS URGENTS

Haricot nain mangétout : en godet ou en pleine terre jusqu'à fin juillet avec un voile de forage au premier froid. 4cm de profondeur par temps sec et 2 cm par temps humide, en poquets tous les 40 cm. Laisser les racines en terre au moment de la récolte. Trop tard pour les haricots à rames.

Poirée, bette, betterave : semer directement ou en godet.

Chou kale : rubrique chou divers non pommé.

Fenouil bulbe : semer mais éviter le repiquage. Nécessite humidité et chaleur mais supporte le gel quand il est bien démarré.

Brocoli à jets : ne gèle pas, certaines variétés peuvent être consommées dès Noël. On mange les jets mais aussi les tiges.

Chou-rave, navet-rave, rutabaga : semer ou repiquer.

Arroche : Epinard grimpant, de nombreuses variétés. Se ressème tout seul.

Radis d'été et d'automne : nécessite de la lumière et de l'humidité pour bien lever

Courgette : en urgence pour en avoir à l'entrée de l'hiver. Cuellir les courgettes sans les laisser grossir afin de stimuler la pousse de nouveaux fruits.

6 - SEMIS DE SAISON

Oignon hâtif : Semis très clair de mi-juillet à mi-septembre en pépinière ou en bac pour en avoir au printemps.

Poireau : à repiquer peu profond et butter. Laisser sécher 24/48H avant de planter et ne pas arroser. Ne diminuer les racines ou le vert que sur des poireaux très gros. Couvrir d'un voile de forage et associer avec la carotte pour protéger de la mouche. On peut aussi semer des poireaux 2^{ème} quinzaine du mois pour avoir des porettes, des petits poireaux vivaces dont on consomme la verdure.

Carotte : semer 2^{ème} quinzaine du mois pour avoir des carottes à la fin de l'hiver et au printemps. 1/2cm de profondeur, espacées de 8 à 15 cm selon la grosseur et bien damier. Repiquer en godet mais pas en racines nues. Butter le collet pour prévenir de la mouche.

Riccia (lentille d'eau) : comestible

Stellaria media (mouron blanc des oiseaux) : (Réf :151095) comestible cru, petit goût de noisette. Signe d'une terre très fertile et très équilibrée comme les orties. On peut l'utiliser comme engrains en rasant et en laissant sur place.

Laitue : toutes les laitues mais terrain humide et ombragé. Culture difficile par fortes chaleurs

Laitue d'hiver : semer entre le 15 juillet et le 15 août, en bac ou en pépinière, repiquer en pleine terre ou serre froide.

Chou de Chine : toutes les variétés à semer jusque fin août. Nécessite chaleur et humidité en pleine terre ou serre froide. Attendre la pluie pour semer. Ne gèle pas

Mésophylle : (Réf 107.070-107.090) cousin des navets, beaucoup de feuillage en hiver, fait un petit navet au printemps. Un engrais vert très performant.

Oseille : Vivace

Oseille épinard ou épinard perpétuel : Vivace

Chicorée : scarole, endive frisée gèle à -2°, à protéger avec un voile de forage ou un tunnel. Les

chicorées sauvages : pain de sucre, chioggia, castelfranco ne gélent pas.

Moutarde épinal asiatique : beaucoup de variétés, pousse très vite, ne gélent pas et se ressèment très facilement.

Roquette : ne gèle pas, à semer jusqu'au 15 septembre, jardinière ou pleine terre

Salsifis, scorsonière : le salsifis est bisannuel et la scorsonière vivace. On peut aussi manger le feuillage. Ne pas laisser monter en graines si on veut en consommer toute l'année.

Navet : dernier semis au 15 septembre maximum pour conserver en terre en hiver. Semer clair et pleine lumière. On peut aussi consommer les feuilles.

Mâche : la mâche repliquée devient beaucoup plus grande que semer directement en place. Si on coupe les feuilles, la mâche repousse facilement. En cas de blanc (oïdium), poudrer avec de l'algue

marine. La mâche à grosses graines et grandes feuilles devient moins goûteuse en cas de gel, la mâche à petite graine se bonifie avec le froid. Mélanger plusieurs variétés. Semer à la volée ou à $\frac{1}{2}$ cm maximum de profondeur et damer. Arroser avant de semer mais pas après. Une bonne méthode est de poser un sac de jute jusqu'à la levée.

Pourpier : se ressème tout seul

Claytone de Cuba : Ne gèle pas

Ciboule, ciboulette, cébette : semer ou repliquer

Radis d'hiver : noir, daikon, rose. Ne gèle pas. Beaucoup de variétés, de formes, de saveurs et de couleurs différentes.

Céleri à couper : Bisannuel et se ressème tout seul.

Persil : semer et repliquer un par un, pousse plus grand et plus fort. A semer régulièrement

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2019/06/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Table des matières pour le cours de Juin 2019

RAPPEL :

La couverture du sol. Le sol doit toujours être couvert, soit par les légumes, soit par de la paille, du foin, du compost, du fumier, du carton, même du papier journal pour garder l'humidité du sol. Il ne faut rien enterrer car la vie du sol se mobilise alors pour décomposer ce qui est enterré (faim d'azote), il est toujours préférable de déposer les végétaux frais directement sur la terre. Consoude, ortie et autres herbes coupées et posées directement au pied des plantes sont plus bénéfiques que des purins. Il est bon aussi de rappeler qu'une terre non protégée du plein soleil voit sa vie détruite sur 10 cm de profondeur par le soleil d'été. Une terre de qualité bien couverte ne nécessite plus d'arrosage sauf sécheresse et fortes chaleurs exceptionnelles. Si on doit semer dans les mois très chauds, Gilbert conseille de faire un sillon un peu plus profond que d'habitude soit 3 ou 4 cm, arroser le fond, semer, recouvrir d'à peine 1cm de terre de jardin, tasser et buter au fur et mesure de la pousse. Ne plus arroser avant au moins 10 jours. Pour les carottes, on peut même couvrir les semis jusqu'à la levée.

Gilbert conseille aussi de ne plus arracher les légumes en fin de production mais de les couper et de laisser les racines dans le sol, ce qui aide au décompactage et continue de nourrir le sol.

L'eau : Disposer de l'eau dans tout le jardin, accessible aux oiseaux et aux insectes (mare, gamelle) afin de les détourner des fruits. Les récipients doivent toujours être remplis à ras bord ou disposer d'une branche ou de bouchons afin d'éviter que les animaux se noient.

C'est aussi le moment de tailler et de recycler dans la fabrication d'abris pour les insectes, les lézards, les hérissons, etc.

LES SEMIS URGENTS :

Chou-fleur et brocoli à grosse tête : nécessite beaucoup d'humidité pendant la pousse

Brocoli d'hiver : repliquer en octobre et bon à récolter l'année suivante.

Carotte : pour laisser en hiver ou récolte après les premières gelées. Ne pas semer trop dru, environ 8 cm entre chaque.

Chicorée witloof : endive

Concombre : en godet ou directement en pleine terre

Courge, courgette :

Mais, sorgho : en pleine terre

Panais : meilleur en pleine terre, pour récolte à l'automne et tout l'hiver. 15/20 cm entre chaque panais.

Betterave potagère :

Scorsonière, salsifis : la verdure des salsifis est comestible et la scorsonière est vivace.

Arroche : épinard grimpant

Tétragone : épinard d'été qui supporte bien la chaleur et la sécheresse et qui se resème tout seul.

Petit pois et mange-tout : on peut tester le semis de petits pois à mi-ombre à condition de couvrir les plantes au moment des fleurs sinon ils auront tous des vers. On peut aussi s'en servir d'engrais vert si on de la place.

SEMS DU MOIS DE JUIN :

Haricot à rames : jusqu'à mi-juin

Haricot nain : jusqu'en juillet

Pois chiche, soja, lentille : privilégier les semis en poquets

Poirée, bette : directement en place jusqu'à la fin du mois.

Fenouil : il existe une variété vivace dont on mange le feuillage et les graines.

Chou-rave : se mange cru et cuit (le superschmelz arrive jusqu'à 10 Kg)

Chou-navet ou navet-rave : rutabaga. Ne gèle pas et n'a pas de parasite.

Chou à couper : on peut en mettre toute l'année.

Le chou rapa da cima pousse en 40 jours

Chou brocoli raab : 52.045 à 52.047 Hybride naturel de chou à couper et de brocoli. On mange la verdure.

Brocoli asperge, brocoli chinois : 48.040 à 48.090 à manger à la façon des asperges

Chou brocoli à jets : brocoli tige 2M de haut. Se sème maintenant et se mange de Noël à Pâques selon les variétés.

Chou d'hiver non pommé : kale. De nombreuses variétés très jolies qui ne craignent pas le gel.

Chou branchu : ressemble au kale.

Chou à côtes et chou du Portugal : ne craint pas le gel. On mange les côtes. Floraison très intéressante pour les insectes.

Chou décoratif : comestible

Chou de chine : à semer maintenant jusqu'au mois d'août, demande chaleur et humidité. Pousse en 2 mois, très doux au goût.

Navet :

Moutarde épinard : originaire des pays asiatiques, beaucoup de variétés très différentes. Résiste au froid, pas de parasite mais monte vite en graines.

Radis d'été et d'hiver : de nombreuses variétés de goûts et de formes très différents. S'ils manquent d'eau, ils deviennent très forts.

Chicorée : supporte la chaleur et la sécheresse et même le gel. Les chicorées scaroles, endives frisées et les chicorées sauvages genre pain de sucre. Pour en manger en hiver, il faut attendre 2 mois. Pour lever, il faut de l'humidité.

Laitue : mi-ombre et humide, éviter le repiquage. Difficile à avoir toute l'année, au-dessus de 20° montent en graines. Les laitues à couper sont plus résistantes. Mélanger les variétés pour assurer une bonne récolte.

Fraisier : à petits fruits

Pourpier : résiste à la chaleur.

SEMIS DES AROMATIQUES :

La grande majorité des vivaces disparaît au bout de 3 ou 4 ans. La livèche (céleri perpétuel ou herbe à maggi), le maceron potager et quelques autres peuvent rester véritablement longtemps à la même place.

Roquette annuelle : de la famille des choux, ce n'est pas une salade. Il faut en semer régulièrement car elle monte vite en graines

Roquette sauvage : vivace très résistante

Coriandre : la vietnamienne ou chinoise, petite graine utilisée comme aromatique et la coriandre graines qui monte vite en graines (grosses)

Cumin : terre pauvre et sèche. Pousse bien en pots

Aneth - anis :

Sarriette : Une vivace et une annuelle, la deuxième à cultiver avec les légumineuses et les

céréales qu'elle protège et qu'elle rend plus assimilables pour la consommation.

Pourpier :

Persil : le plat ou simple est plus goûteux que le frisé. A semer en godet et à repiquer un par un à 25cm de distance pour avoir de beaux pieds qui ne sont plus attaqués

Céleri à couper :

Ciboulette : beaucoup de variétés différentes

Ciboule :

Cébette : oignon qui pousse à la façon d'un poireau, pas de maladie, pas de prédateur. A couper. Semer à repiquer. Se comporte comme une vivace.

Thym - romarin : les plantes méditerranéennes en vente dans les magasins sont souvent des boutures de pieds mâles ou de pieds femelles, du coup ils ne se reproduisent plus dans les jardins

Basilic : 40 variétés de basilic dans le catalogue. Semer à plus de 25° pour une bonne levée et pour bien pousser.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrières.over-blog.com/2019/05/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de mai 2019

Table des matières pour ce cours de mai 2019

1 – SEMIS DES PLANTES FRILEUSES (URGENT)
2 – SEMIS ORDINAIRES

1 – SEMIS DES PLANTES FRILEUSES (URGENT)

A quel moment planter à l'extérieur ? Quand les températures de la nuit ne descendent pas en dessous de 10°. En dessous, on peut protéger avec des tunnels, des bouteilles en plastique ou des cloches mais il y a toujours un risque. Rappel : les petites graines sont à semer à ½ cm de profondeur et damer, les grosses graines, 3 à 4 cm sans damer.

Tomate, poivron, aubergine, c'est trop tard !

On peut néanmoins faire des boutures comme pour les géraniums en utilisant les gourmands, petites tiges qui poussent entre 2 branches qu'on replante dans 5 cm de terreau ou directement dans la terre. Cela permet d'avoir des tomates tard en saison. Idem pour les semis spontanés qu'on peut déplacer délicatement en prenant toute la motte pour éviter l'arrêt de végétation.

Melon, pastèque : pour mettre en serre uniquement. Gilbert rappelle que la dénomination **CF** dans le catalogue concerne des plantes qui viennent de pays à Climat Frais (Canada, Pologne, Sibérie, etc.)

Concombre, cornichon : urgent mais en godet à l'intérieur. Après le 15 mai, semer directement en pleine terre 2 ou 3 graines en poquet et laisser le plus beau plant.

Courge, courgette : germe entre 20 et 25° même dans l'obscurité mais une fois poussée, supporte 10° de moins mais en pleine lumière.

Physalis (coqueret du Pérou) : selon les variétés grande diversité de goût.

Baselle : épinard grimpant qui monte à 3 à 4M.

Amarante (queue de renard) : Plante sacrée des Incas cultivée pour les feuilles, les graines ou simplement l'esthétique, selon les variétés.

Quinoa : famille des Chénopodes

Basilic : (40 variétés dans le catalogue aux goûts très différents) Lève entre 20 et 25°, à cultiver en pot ou en serre froide pour être toujours au-dessus de 20°.

Mais, sorgho : en godet en urgence ou attendre après le 15 mai pour semer directement en terre, entre 3 et 4 cm de profondeur, nécessite d'être butté. Peut servir de tuteur pour les haricots demi-rames. Le sorgho résiste bien à la sécheresse. Certaines variétés ont des cannes très sucrées qu'on peut manger comme de la canne à sucre.

Tournesol : 2-3 cm en pleine terre avec tuteurs pour les plus grands.

2 – SEMIS ORDINAIRES URGENTS

Chou pommé vert, blanc ou rouge : Si on le sème trop tard, il n'a pas le temps de pommer.

Chou-fleur, brocoli à grosse tête : A semer tout le mois de mai

Chou de Bruxelles : En godet ou directement en pleine terre

3 – SEMIS FIN MAI DEBUT JUIN
4 – SEMIS DE SAISON (MAI/JUIN/MI-JUILLET)

3 – SEMIS FIN MAI DEBUT JUIN

Brocoli d'hiver : Semer en pépinière suivi d'1 à 2 repiquages à racine nue, en place définitive en septembre/octobre pour récolter en avril/mai de l'année suivante. Nécessite un hiver assez froid pour entrer en dormance. Tout le brocoli se consomme.

Carotte longue et demi-longue, panais : uniquement pour la conservation d'hiver.

4 – SEMIS DE SAISON (MAI/JUIN/MI-JUILLET AVEC UNE PREFERENCE POUR JUIN)

Pour les haricots, on peut pailler, butter mais surtout ne pas mettre d'engrais.

Haricot nain, mangetout, filet, à rames : en godet, 4-5 graines à repiquer ensemble quand la terre est chaude. Sinon, en poquet directement.

Haricot sec : La variété ortell de prêcheur est très intéressante, longue gousse aux grains très savoureux. Résiste à des petites gelées, nécessite un bon tuteurage environ 2,5M. On peut même utiliser des arbres.

Carotte longue ou demi-longue : d'été ou d'automne, semer à 0,5cm de profondeur et bien damer. Semer dans une terre humide et si possible en période chaude, sèche, sans pluie après la plantation pendant au moins 10 jours. On peut protéger les semis avec une planche légèrement surélevée ou un tunnel mais en aucun cas, il ne faut arroser après le semis. Butter légèrement pour couvrir le collet et protéger de la mouche. Variété recommandée pour une carotte à jus riche en vitamine et résistante : la juwarot (140731) On peut faire des mélanges de carottes à semer dans les mêmes lignes. On peut aussi semer entre les alliages.

Radis d'été, chou-rave et chou-navet rutabaga :

Betterave potagère : beaucoup de variétés aux goûts très différents

Poirée, bette, blette : Beaucoup de variétés mais très souvent les plus belles sont les moins bonnes. Ne gèle pas et se consomme tout l'hiver.

Navet : légume très riche et réconfortant. A manger assez jeune car il perd de ses propriétés en grossissant. Se sème jusqu'au mois d'août/septembre si on veut le garder l'hiver.

Fenouil bulbe vivace : De 1 à 2,5M. Beaucoup de variétés différentes à garder en place pendant au moins 10 ans. Certains se sèment toute l'année résistant bien en serre froide. Tout se consomme, feuille, bulbe, racine, graine. Gilbert conseille une variété danoise, le zefa fino.

Chicorée : endive frisée, scarole, chicorée sauvage italienne pommée ou non, pain de sucre, roquette, etc. Apprécie une terre chaude, très résistante. A semer au long de l'été pour en avoir tout le temps.

Chou de Chine : demande de la chaleur et de l'humidité. Faire des semis souvent pour en avoir toute l'année.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2019/04/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours d'avril 2019

Table des matières pour ce cours d'avril 2019

- 1) L'EAU DANS LES JARDINS
- 2) LA POMME DE TERRE
- 3) LES TOURNESOLS
- 4) LES FRUITIERS A RACINES NUDES

- 5) SEMIS 1^{RE} QUINZAINE D'AVRIL
- 6) SEMIS A CHAUD URGENT
- 7) SEMIS 2 EME QUINZAINE D'AVRIL

1) L'EAU DANS LE JARDIN :

Les recherches démontrent qu'en été la moitié des dégâts occasionnés par les oiseaux sur les fruits et légumes viennent du fait qu'ils cherchent de l'eau. Le fait de mettre des bassines toujours remplies à ras ou une mare à leur disposition permet de les abreuver tout en faisant venir des auxiliaires comme les insectes, grenouilles, crapauds, tritons, hérissons, etc. Si la mare est profonde, penser à mettre des bouchons, une planche ou un sac de jute contre le bord afin qu'une bête tombée puisse ressortir sans mal. Une mare apporte toujours un peu de fraîcheur. L'idéal est de la creuser un peu à l'ombre, là où l'eau stagne déjà ou dans l'endroit le plus humide et de placer quelques plantes oxygénantes mais non invasives.

2) LA POMME DE TERRE :

Les hâties et très hâties (80-100 jours) doivent être déjà plantées. A partir d'avril (quand le lilas fleurit), il vaut mieux mettre les autres catégories mi-tardives ou tardives jusque fin juin. La variété Sarpo Mira (130 jours) résistante au mildiou, feuillage de presque 2 mètres de haut, 3 à 5 kg de production par pied convient parfaitement pour un grand jardin. Dans les pommes de terre de garde, il faut quelquefois attendre un bon mois après récolte pour qu'elles prennent vraiment leur goût (Bintje ou Désirée par exemple). La culture sur sol donne des résultats aléatoires, il faut tester en fonction de la terre. Pour éviter les doryphores, on conseille de semer des fèves, des petits pois ou des soucis avec les pdt hâties.

3) LES TOURNESOLS :

Semis de tournesols en mars à l'intérieur dans de grands godets ou directement en pleine terre. Toutes les graines récoltées sont comestibles. Certaines variétés peuvent atteindre 6-7 mètres, des fleurs magnifiques et des tiges qui peuvent servir de tuteurs à certains légumes, courges grimpantes, concombres. Ils servent de nourriture à l'automne- hiver aux oiseaux et d'abris pour coccinelles. Les plus gros tournesols (jusqu'à 70 cm de diamètre) doivent être obligatoirement tuteurés solidement. Enfoncer la graine à 1-2 cm, butter. Plante très gourmande à protéger des limaces au départ. Se ressème souvent tout seul.

4) LES FRUITIERS A RACINES NUDES :

On peut encore planter des fruitiers à racines nues sachant qu'il faut être vigilant la première année et vérifier que le sol autour des arbres soit toujours humide et bien paillé. On peut utiliser un peu d'amendement directement sur le sol ; Chaux, phosphate, potasse mais pas d'excès d'azote.

5) SEMIS 1ERE QUINZAINE D'AVRIL EN DERNIERE LIMITE :
 Semis en péplière ou en bac pour repiquage plus tard ou directement sur place en pleine terre :

POIREAU (tous) : demande 6 à 8 mois de culture. Cultiver sous voile de forage pour éviter la mouche du poireau car il n'existe pas de solution à ce parasite. Planter des carottes à côté pour éviter la teigne. Repiquer rapidement les poireaux dès qu'ils sont un peu rigides mais auparavant les laisser sécher 24H. Pas d'arrosage non plus pendant 24h au moins après la plantation. Buter plutôt que de repiquer profondément.

CAROTTE : d'été et d'automne. Buter pour cacher le collet permet de protéger les carottes.

CHOU POMMÉ : chou-fleur, de Bruxelles, brocoli. Tous les choux pommés demandent une terre très riche sauf les choux de Bruxelles qui peuvent éclater s'il y a trop d'azote.

CHOU D'HIVER NON POMMÉ : Kale. Il peut attendre jusqu'à mi-mai.

CELERI : plutôt en bac. Les céleris à côtes sont plus frileux. Pour le céleri perpétuel (ache, llvèche, arbre à maggi) un seul pied suffit par jardin.

6) SEMIS A CHAUD URGENT(20 A 25°) :

AUBERGINE :

POIVRON :

TOMATE : A associer avec le basilic

PHYSALIS (cerise de terre)

7) SEMIS 2EME QUINZAINE D'AVRIL (PROTEGES 18-24°)

Tous ces légumes ne peuvent être repiqués à racine nue, donc en godet et déporter avec la motte sèche autour. Une fois germés à 18-24°, on peut avoir une température diminuée de 10°.

CONCOMBRE, CORNICHON :

MELON, PASTÉQUE : dans le catalogue l'indication CF (Climat Frais) se rapporte aux légumes qui conviennent mieux à nos climats.

BASEILLE : Epinard tropical grimpant, légère acidité. Besoin de chaleur.

FICOÏDE GLACIAL : Ancien légume originaire du Portugal, épaisse les soupes et les sauces. Aime la chaleur et l'humidité.

TÉTRAGONE : Epinard coureur originaire de nouvelle Zélande. Vivace qui se ressème tout seul.

HARICOT : en godet, à repiquer après le 15 mai (pas à racine nue donc attendre que le godet sèche) A associer avec la sarriette.

COURGE, COURGETTE, POTIRON : 2 graines par godet et on garde le plus beau plant.

MAÏS : 2 cm en godet, 4 à 5 cm si en pleine terre mais plus tard.

Ci-dessus le résumé du cours du mois d'avril 2019

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de Mars 2019

Table des matières pour ce cours de Mars 2019

1) Rappel: Les semis de Février	11) Les oseilles
2) La Consoude	12) Les pisserlits
3) Les Orties	13) L'ail est ours
4) Les Lamiers	14) Le maceron potager
5) Les Soucis	15) Les blettes
6) Les Capucines	16) Les Betteraves potagères
7) Le Chou marin ou crambé	17) Les poireaux hâtifs et mi hâtifs
8) Les Panais	18) Les topinambours
9) Les Arroches	19) Les Pommes de terre
10) Les navets hâtifs et très hâtifs	20) Le coin des astuces

1) Rappel: Les semis de Février - Les Alliacées - Les Cressons et barbarées - Les Fèves - Les Tomates (à 22-25°C) - Les Petits pois - Les Aubergines (à 22-25°C) - Les Epinards - Les Physalis (à 22-25°C) - Les Poivrons & Piments (à 22-25°C) - Les Laitues - Les Carottes - Les Choux hâtifs, à couper, Kale, rave, navet - Les Mâches (ou Salade de Blé) - Les Cerfeuils - Les Persils - Les Céleris à couper, rave - Les Artichauts & Cardons - Les Radis On peut encore mettre des oignonets. En mars, nous pouvons encore semer ce qui était prévu en février. Car il fait encore un peu froid et c'est ce dont elles ont besoin. Voir l'aide mémoire de février. Attention pour les Tomates, Aubergines, Poivrons, etc. ne pas mettre les jeunes plantes levées en dessous de 12-15°C. Il leur faut au minimum 10°C la nuit. Sans serre, ne pas commencer les tomates, aubergines et poivrons. En cas de froid la nuit, on peut sortir les bacs de semis la journée et les rentrer la nuit. Avoir des laitues toute l'année n'est pas simple. Il faut des endroits à mi ombre et toujours humide. Couper une laitue pommée en laissant le cœur de la laitue. Un mois plus tard, la laitue sera reconstituée. Dans le temps, les jardiniers procédaient aussi cela pour les choux pommés. Gilbert va tester cela cette année. Cette technique est valable pour toutes les plantes comme les mâches, les épinards, les poireaux, etc. Les poireaux doivent être coupés à 1cm du sol. Le poireau repousse et assure une nouvelle production le mois suivant. Regardez l'aide mémoire de mars car tout ce peut être abordé lors de nos cours audio.	2) La Consoude Tout jardin en permaculture doit avoir de la consoude. Il y a des hybrides naturelles qui se sont fait avec la Consoude de Russie. Les plantes sont plus grandes et les feuilles sont très larges. Elle est riche en éléments minéraux qui fait un engrais formidable comme les pommes de terre car elle est riche en potassium. Faire du compostage de surface, c'est l'idéal. Ne jamais enterrer les feuilles coupées. Un compost a perdu 90% des molécules intéressantes pour la fertilité. C'est une plante vivace. Semer et cultiver à mi-ombre. Plante très riche en éléments fertilisants. On peut couper régulièrement les feuilles entières pour les utiliser en paillage pour les tomates ou autres. On peut aussi mettre des feuilles de consoude en paillis sur les oignons et l'ail. Gilbert ne fait pas de purin spécifique comme un purin de consoude. Il mélange toutes les plantes à disposition pour arroser dans son jardin et ses serres. Mais Ignace indique qu'il faut les contenir! Une jeune plante s'enlève facilement. Mais une plante bien installée, c'est très difficile. On peut la couper 4 fois par an. La consoude comme les Lamiées sont des plantes très mellifères. Ces plantes vont attirer les bourdons qui vont polliniser nos légumes et nos arbres fruitiers. La plante est une plante toxique. Elle est interdite à la consommation en Belgique... mais Gilbert en parle tout de même... Il la consomme de temps en temps. (Note du Scribe: Le mois dernier, j'ai discuté de ceci avec Gérard Ducerf aux Rencontres Internationales de l'Agriculture du Vivant. Il m'a dit que la Consoude officinale n'était pas toxique d'après ses travaux. Par contre, la consoude de Russie est elle très toxique. Malheureusement, dans nos pays, l'hybridation naturelle est très forte. Rares sont les personnes avec un niveau en botanique suffisant pour être capable de faire la distinction entre la Consoude officinale et ses hybrides naturels...)
---	---

Page 1 sur 4

<p>3) Les Orties C'est un légume formidable. Ne pas récolter au bord des autoroutes car ils captent les gaz d'échappement. On peut cueillir les orties à la main nu... car cela réveille.. Pour devenir un bon jardinier permaculteur, on peut les cueillir à main nu... et faire semblant que cela ne pique pas.... ou mettre des gants. Les coccinelles viennent très souvent sur les orties pour manger les pucerons. 90% des papillons se reproduisent grâce aux orties. Pour favoriser tous les insectes, il est préférable de les laisser fleurir et monter à graine. Les orties sont très riches. On peut les utiliser en paillage ou en purin.</p>	<p>8) Les Panais C'est un légume à redécouvrir. Ce n'est pas l'ancêtre des carottes. C'est doux et sucré. Il se mange cru et râpé. Il n'a aucune maladie. Une ancienne variété russe très hâtive est ronde. Le panais pousse facilement. Il n'a pas de besoin particulier. (Variété intéressante pour les sols un peu compacts.) On peut le semer en pot ou en pleine terre. Il n'aime pas trop être repiqué racine nu. Il faut prendre des graines jeunes pour les semis.</p>
<p>4) Les Lamiers Les lamiers sont cousines des orties, mais elles ne piquent pas. Elles sont comestibles mais elles n'ont pas leurs valeurs nutritionnelles, elles sont plus douces et sont moins riches que les orties. Elles sont également très belles et décoratives.</p>	<p>9) Les Arroches Une tige principale pousse sur un ou 2m de haut avec des feuilles Il se mange cru ou cuit comme l'épinard. C'est une sorte d'épinard d'hiver. Il faut laisser grainer car cela repousse tout seul. On peut rajouter l'arroche dans les mescluns.</p>
<p>5) Les Soucis Les soucis sont comestibles. Cela éloigne les insectes. On peut en mettre dans tout le jardin. Toute la fleur se mange crue en salade. Il y a même des livres sur les recettes pour manger les soucis. Le soucis est une plante annuelle. Elle éloigne les doryphores et est très mellifères. Elle attire les syrphes qui vont manger les pucerons. Cette plante est totalement comestible mais on utilise principalement la fleur. Cette plante éloigne les pucerons, les Chenilles, les nématodes. Semer en godet pour la repiquer dans un mois un peu partout au jardin.</p>	<p>10) Les navets hâtifs et très hâtifs Ne pas les laisser trop grossir car ils prennent un goût très prononcé. Le navet cru est très riche et énergétique. En soupe, ne pas le cuire trop longtemps. Semer à 1/2cm maximum de profondeur.</p>
<p>6) Les Capucines Les capucines se mangent aussi. Elles ont un bon goût piquant. Les semer en pot en intérieur à partir du 15mars. Mais c'est différent des capucines qui attirent les pucerons puis qui attirent les coccinelles. Il y a des capucines tubéreuses d'origine exotiques. Le rhizome est comestible mais avec peu de goût. La capucine tubéreuse ne semble pas attirer les pucerons mais la piéride du chou.</p>	<p>11) Les oseilles C'est formidable pour les sauces vertes. Mais il ne faut pas abuser car il contient de l'acide oxalique et c'est mauvais pour les reins. L'épinard perpétuel n'en contient pas beaucoup. Le plant qui vieilli se chargerait en acide oxalique. Il est préférable de cueillir ces légumes le soir car l'acide oxalique est transformé. Ils en contiennent moins.</p>
<p>7) Le Chou marin ou crambré C'est un des ancêtres des choux. Il pousse uniquement le long de la mer. Il faut arroser une fois par an avec 50g de sel dans 10L d'eau pour plusieurs choux. Planter à mi ombre. Il est vivace, mais elle est difficile à planter qui est lent au début. Mais il peut vivre une dizaine d'année. Attendre 3 ans avant de la consommer. On mange les cardes un peu comme une rhubarbe.</p>	<p>12) Les pissenlits Il y a une vingtaine de variétés différentes de pissenlits. Ils sont plus ou moins amers. Mais l'amertume est bonne pour la santé. On peut diminuer son amertume en le privant de lumière pendant une semaine avec un pot de fleur dessus. On peut le manger en mesclun par exemple. Avant, les gens mangeaient beaucoup de pissenlits.</p>
	<p>13) L'ail est ours C'est le roi des légumes de mars à juin. Au pied des arbres fruitiers, les maladies à champignons disparaissent. Plus l'ail des ours envahissait le jardin de Gilbert et plus les maladies disparaissaient. Il y a toujours de l'Oidium sur les rosiers. Mettre de l'ail des ours ou de l'ail classique au pied. <i>(Note du Scribe: Mon arrière grand-mère mettait de l'ail au pied de ses rosiers. Elle ne les arrachait jamais et prenait juste des feuilles pour la cuisine. Ses rosiers n'avaient aucunes maladies d'après ma mère. Comme quoi, nos amis Belges n'ont pas tout inventé !... (;) J'ai fait un essai l'an passé avec un ail vendu comme rustique. Celui-ci repousse bien cette année et forme des petites touffes maintenant. A suivre...)</i></p>

14) Le maceron potager C'est une plante avec un gout de persil ou de céleri. C'est un vieux légume qui était consommé par Alexandre.	Il est préférable de mettre peu de hâties, juste pour en avoir un peu en début de saison. Pour les faire germer, c'est chaleur et obscurité. Pour les freiner, c'est froid et lumière. Mais une fois que la pomme de terre a commencé à germer, c'est impossible de les bloquer. On peut couper des grosses pomme de terre ou découper des yeux sur une grosse pomme de terre. Mais il faut les planter tous les 15cm. Les petits plants donnent des grosses pommes de terre et inversement. Pour limiter les attaques des doryphores, il faut mettre des aubergines. Ces insectes adorent les aubergines. Les oiseaux les voit Le lin bleu semble être un répulsif contre les doryphores. On peut faire 2lignes de Pomme de terre et plus loin 2lignes de choux.
15) Les blettes Elle se sèment de maintenant à fin mars sur un sol chaud et ressuyé. On peut les semer aussi en pot en intérieur.	On peut couper des grosses pomme de terre ou découper des yeux sur une grosse pomme de terre. Mais il faut les planter tous les 15cm. Les petits plants donnent des grosses pommes de terre et inversement. Pour limiter les attaques des doryphores, il faut mettre des aubergines. Ces insectes adorent les aubergines. Les oiseaux les voit Le lin bleu semble être un répulsif contre les doryphores. On peut faire 2lignes de Pomme de terre et plus loin 2lignes de choux.
16) Les betteraves potagères Elles peuvent se semer aussi de début mars à fin mars selon le temps.	
17) Les poireaux hâtifs et mi hâtifs Ils se sèment début mars. Pour les autres poireaux, ils doivent aussi être semés très vite. Il faut les repiquer et ne pas les arracher, mais les couper à ras du sol. Contre la mouche ou mineuse du poireau, il faut mettre un voile de forçage dessus. Mais il faut laisser le voile jusqu'en octobre. Le poireau pousse mieux sous le voile. Ce n'est pas un soucis. Pour la teigne, il faut mettre un gros grain de sel au centre. Mais cela ne fonctionne pas pour la mineuse. Qd le poireau est attaqué, on le coupe à 1cm du sol. La repousse n'a généralement pas de nouvelle infection.	Il est préférable de mettre peu de hâties, juste pour en avoir un peu en début de saison. Pour les faire germer, c'est chaleur et obscurité. Pour les freiner, c'est froid et lumière. Mais une fois que la pomme de terre a commencé à germer, c'est impossible de les bloquer. On peut couper des grosses pomme de terre ou découper des yeux sur une grosse pomme de terre. Mais il faut les planter tous les 15cm. Les petits plants donnent des grosses pommes de terre et inversement. Pour limiter les attaques des doryphores, il faut mettre des aubergines. Ces insectes adorent les aubergines. Les oiseaux les voit Le lin bleu semble être un répulsif contre les doryphores. On peut faire 2lignes de Pomme de terre et plus loin 2lignes de choux.
18) Les topinambours Il se mangent de novembre jusqu'à ce que la végétation repartent. Les campagnols raffolent de ces légumes. Il est intéressant de mettre ces légumes loin des autres pour y attirer les campagnols. Cette concentration en topinambour concentrera aussi les campagnols et ils seront plus facilement repérables par leurs prédateurs. Les topinambours ou les poires de terre se mangent pas trop cuits ou cru rapés.	Il est préférable de mettre peu de hâties, juste pour en avoir un peu en début de saison. Pour les faire germer, c'est chaleur et obscurité. Pour les freiner, c'est froid et lumière. Mais une fois que la pomme de terre a commencé à germer, c'est impossible de les bloquer. On peut couper des grosses pomme de terre ou découper des yeux sur une grosse pomme de terre. Mais il faut les planter tous les 15cm. Les petits plants donnent des grosses pommes de terre et inversement. Pour limiter les attaques des doryphores, il faut mettre des aubergines. Ces insectes adorent les aubergines. Les oiseaux les voit Le lin bleu semble être un répulsif contre les doryphores. On peut faire 2lignes de Pomme de terre et plus loin 2lignes de choux.
19) Les Pommes de terre On va parler de la culture des Pommes de terres car la Belgique est le pays des champions du monde des frites! Il ne faut surtout pas de faire des carrés de légumes car on a constaté pour les pommes de terre que les plants du tour sont plus vigoureux et les maladies partent du milieu. Il est préférable de faire une ligne ou 2lignes. C'est indispensable pour les pommes de terre. Il y a plusieurs méthodes. Mettre les pommes de terre à même le sol en ajoutant de l'herbe, etc dessus ne donne pas de très bon rendement. Mais plus on butte les pommes de terre et plus on a de pommes de terre. On peut doubler la récolte par pied mais pas plus. C'est le principe de la tour à pomme de terre. Les pommes de terre viennent sur les tiges. Alors, si on a plus de tiges dans le sol, on a plus de pommes de terre. Le mieux est d'accompagner la pousse. On peut butter 2 ou 3fois. Quand on a finit le buttage, le mieux est de pailler, d'ajouter du fumier, compost etc. pour nourrir à nouveau le sol et garder l'humidité. Variétés hâtives 80-90jours, poids d'un demi à 1kg de pomme de terre par pied maximum. Mi hâtives 120jours, avec un mois de plus, on peut avoir jusqu'à 3kg de pomme de terre Tardives 150jours on a au moins 3kg par pied.	Il est préférable de mettre peu de hâties, juste pour en avoir un peu en début de saison. Pour les faire germer, c'est chaleur et obscurité. Pour les freiner, c'est froid et lumière. Mais une fois que la pomme de terre a commencé à germer, c'est impossible de les bloquer. On peut couper des grosses pomme de terre ou découper des yeux sur une grosse pomme de terre. Mais il faut les planter tous les 15cm. Les petits plants donnent des grosses pommes de terre et inversement. Pour limiter les attaques des doryphores, il faut mettre des aubergines. Ces insectes adorent les aubergines. Les oiseaux les voit Le lin bleu semble être un répulsif contre les doryphores. On peut faire 2lignes de Pomme de terre et plus loin 2lignes de choux.

Avant de semer, on peut mettre 24 à 48H les graines au congélateur. Cela germe plus vite. Cela crée un hiver artificiel et cela lève la dormance. En sortant, la graine pense que c'est le printemps.

Au jardin, ne pas mettre du terreau sur la ligne de semis car cela sèche fort.

Qd on cueille et qu'on le mange de suite, il n'y a pas de molécules produites qui sont indigestes comme les concombres, les choux, les choux de Bruxelles.

Ne cueillez pas les légumes à l'avance! Si on cueille une laitue à l'avance, 50% des vitamines sont perdues après 2heures par exemple.

Il faut manger fraîchement cueilli.

En ce moment, il y a une cinquantaine de plantes dans nos jardins qui poussent qui sont bonnes pour notre santé. Il y a de l'ail des ours par exemple. Cette plante est très bonne pour nettoyer notre organisme.

Ces plantes ont beaucoup de goût... et nous n'y sommes plus trop habitués...

Page 4 sur 4

Ci-dessus le résumé du cours du mois de mars 2019

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de janvier 2019

Table des matières pour ce cours de février 2019

Rappel : Pour éviter les pucerons et les maladies aux rosiers, Gilbert conseille de planter de l'ail à leurs pieds, ail commun ou ail sauvage.
 Pour les arbres fruitiers, ne jamais tailler les parties malades avant mai-juin, attendre de voir le début des fruits et déposer ce qui est coupé aux pieds des arbres. Ne jamais tailler de fruitiers à noyau en hiver.

LES SEMIS DE FEVRIER (valable aussi en mars, tenir compte des conditions climatiques)

Conseils	Epinard	Persil	Céleri
Les 2 méthodes	Laitue	Cresson	Artichaut
Alliacés	Chou	Tomate	Radis
Fève	Mâche	Aubergine	carotte
Petit pois	Cerfeuil	Poivron	

Conseils pour les plantations des semis en intérieur.

Particulièrement intéressants pour les petits jardins, les semis à l'intérieur permettent de tripler la production de légumes. Les plants poussent beaucoup plus vite, ils sont à l'abri de maladies et des ravageurs et on peut les repiquer à volonté et faire des associations.

De plus, la terre ne convenant pas toujours à tous les légumes, cette méthode permet d'avoir des plants déjà bien avancés qui ont moins de mal à reprendre comme par exemple le persil.

Les semis à l'intérieur des légumes méditerranéens (tomates, aubergine, poivrons, etc.) demandent une température d'eau moins 20° pour lever. Une fois bien démarquées, les tomates peuvent se satisfaire d'une douzaine de degrés à condition de bénéficier de beaucoup de lumière. Un plant placé devant une fenêtre en février-mars ne bénéficie pas de la lumière zénithale (qui vient d'en haut). Il est donc judicieux de calculer la période des semis en fonction de la luminosité extérieure. Si les plants commencent à filer, on peut tenter un repiquage dans un autre pot pour induire un arrêt momentané de laousse. Pour les laitues par exemple, on peut tenter de les laisser un peu dehors même si l'il fait un peu froid.

Prévoir la fin des arrosages une semaine avant la transplantation, cela permet de retirer le plant avec la motte de terre car beaucoup de légumes n'aiment pas être à racine nue comme les carottes par exemple.

1^{re} méthode : Un bac étanche de 10 cm de profondeur environ (plus profond pour les légumes racines ou les gros légumes comme les poireaux ou les choux) que l'on remplit avec du terreau du commerce (le plus simple possible, il est exempt de champignon donc idéal pour éviter la fonte des semis) Si vous utilisez votre terreau mélangé à votre compost, il faut rajouter 1/3 de tourbe et un peu d'algue marine.

Remplir le bac de terreau **jusqu'en haut** et arroser jusqu'à ce que le récipient soit complètement trempé. Remettre une fine couche de terreau sur le dessus et semer vos graines, une par une, remettre une fine couche de terreau et tapoter pour bien égaliser de sorte que les graines soient coupées de la lumière mais restent juste en surface. **Ne plus arroser après.** Si jamais il était vraiment nécessaire de remettre un peu d'eau, veiller à ce qu'elle soit à la même température que la terre des bacs. Aussitôt que les graines lèvent, mettre les bacs en pleine lumière.

2^{me} méthode : utiliser là aussi un bac étanche dans lequel on déposera des petits contenants (pots de yaourt par exemple) percés dans le fond et qu'on remplira de terreau comme précédemment. Il suffira alors de remplir d'eau le bac étanche au fur et à mesure de l'avancée des plants et pour que l'eau remonte par capillarité dans les petits contenants. Cette méthode permet de garder plus longtemps les plants en pot et concerne aussi les plants plus volumineux. Pour les courges par exemple, il suffira de mettre 2 graines par contenant et de garder le plus beau plant. C'est aussi une bonne méthode pour garder les plantes aromatiques et condimentaires en pots toute l'année, on peut même rajouter du sable ou des graviers au terreau.

Semis de février :**Les alliacés**

All, ail éléphant, oignon (oignonet et semence), échalote (bulbe et semence 68.090) se contentent d'une terre ferme non remuée, pH7. Un simple coup de rasette pour enlever les herbes. Si la terre est trop humide, on peut faire des petites buttes. Il ne faut pas les enterrer, on doit voir le haut des bulbes à l'extérieur. L'ail éléphant peut être mis à 5cm dans la terre.

Ciboule (53.022-53.023), ciboulette (53.000 à 53.020), cébette (oignon-poireau 53.050 à 53.060), poireau hâtif et très hâtif, alliaire (all-moutarde 1.070)

Pour ces légumes, on peut semer en bac au frais mais il faudra alors repiquer dès que possible.

Association favorable : fraisier (surtout ail), carotte, tomate, concombre, laitue, betterave potagère

Association défavorable : chou, légumineuse (haricot, pois, fève, etc.)

Ces légumes craignent les excès d'eau mais on peut les arroser une fois par an avec de l'eau salée (50gr/10L d'eau). Ils apprécieront aussi le compost léger en surface, la cendre de bois. Aux pieds des arbres fruitiers, ils émettent des sécrétions racinaires qui combattent les champignons parasites.

Fève :

Légumineuse autogame particulièrement résistante au froid, se plaît dans toutes les terres, pH 6.5 à 7 et ne nécessite pas d'engrais mais aime le compost léger, carton ou journaux. Sa croissance s'arrête au-dessus de 21°. Sujette aux pucerons noirs, la fève attire du coup les coccinelles. Semis : 1 graine tous les 10 cm en ligne ou en poquet de 3 tous les 40 cm, de 4/5 à 10 cm de profondeur ou en godet. Compter 120 jours de culture. Se consomme jeune comme un mangetout, ensuite comme le petit pois, puis sec

Association favorable : Pomme de terre hâtive ou mi-hâtive (à cultiver en même temps mais plutôt en mars, dans le trou de plantation de la PDT ou en intercalé.)

Association défavorable : les alliacés.

Petits pois :

Légumineuse autogame, semis en pleine terre ou en godet, pH 6.5. Pas d'engrais azoté. En pleine terre, le semis se fait de 1 graine tous les 2 à 3 cm en ligne, 3 à 5 cm de profondeur le long d'un grillage ou des rames. En semant des rangs espacés de 30 cm, on peut planter des courges, des concombres, des cornichons en mai-juin. Les grains ridés se mangent frais, les grains ronds se consomment frais ou secs et le mangetout est le plus sucré.

Association favorable : radis, laitue, courge, concombre, carotte, céleri, chou.

Association défavorable : alliacés, pomme de terre

Epinard :

Légume anémophile à semer en godet ou en pleine terre, pH6.5 à 7, couverture de léger compost, carton ou journaux mais pas d'engrais azoté, 1 graine tous les 5cm à 0.5 à 1 cm de profondeur. La croissance s'arrête à 20°. Excellent engrais vert, il aère le sol grâce à ses longues racines, on se contente alors de couper les feuilles et de laisser les racines se décomposer dans le sol. Il peut aussi

rétablissement la qualité d'une terre en absorbant toutes les particules dangereuses, évidemment dans ce cas de figure, on ne le consommera pas.

Association favorable : pomme de terre, radis, chou, tomate, fraisier.

Association défavorable : néant (voir méthode de Gertrude Franck)

Laitue : (laitue à couper, hâtive et toute saison)

Légume autogame à semer en godet ou dans une terre riche et sans engrais, pH6.5 à 7. Semer un mélange de différentes variétés permet qu'elles se protègent entre elles face aux maladies. Elles aiment le froid et leur germination stoppe à 23°.

Association favorable : betterave, carotte, chou, concombre, haricot, oignon, échalote, petit pois, tomate, radis.

Association défavorable : céleri, persil, poireau.

Chou :

Légume autogame, entomophage, se sème en gros godet ou en terre riche avec du compost ou du fumier en surface, pH 6.5 à 7.5. Poudrage algue-marine dès la levée.

Chou à couper : kale (29.000 à 29.082) Chou à couper, chou épinard : (52.020 à 52.036) Chou à couper rapa da cima (52.041 à 52.044) Chou blanc, rouge et milan hâtif et très hâtif Chou-fleur hâtif et très hâtif (45.000 et 45.015) Chou-rave (52.060 à 52.080) Chou-navet (52.000 à 52.016) Navet-rave (111.010 à 111.80)

Association favorable : betterave, céleri, courge, concombre, haricot, épinard, pomme de terre, radis, tomate, petit pois, laitue, cosmos (fleur qui lutte contre le papillon du chou)

Association défavorable : fraisier, oignon, poireau, ail.

Mâche ou salade de blé :

A semer en godet pour repiquage à racine nue ou en pleine terre, dans un sol de pH 6.5 à 7, sans engrais. On peut prélever les feuilles extérieures, la mâche continue de pousser.

Cerfeuil : (9.000 à 9.029)

Légume entomophage en godet ou en pleine terre. Il n'aime pas les températures dépassant les 21°. Si on laisse grainer, on peut en avoir toute l'année

Persil :

Légume entomophage, en godet ou pleine terre. En repiquage brin par brin, il peut former des espaces très denses tout en étant beaucoup plus résistant. Il n'est jamais malade et devient bien plus productif. La meilleure époque de plantation reste juillet.

Cresson : (68.000 à 68.035)

Pleine terre toute l'année

Tomate : (en fonction des températures et des conditions optimales pour les semis sinon attendre mars)

Légume autogame, pH6 à 6,5, germination 18 à 25°. Repiquage en terre riche, racines nues ou godet. Il aime une terre riche, le compost riche ou du fumier en surface.

Association favorable : All, oignon, échalote, basilic, asperge, carotte, céleri, radis, poireau, laitue, épinard, haricot, courge, chou, oïillet d'inde

Association défavorable : betterave, concombre, fenouil, pomme de terre, petit pois.

Aubergine : (en fonction des températures et de conditions optimales pour les semis sinon attendre mars)
Légume autogame, pH 6 à 6,5, germination 20-26°, en godet ou pleine terre. Il aime une terre riche, le compost riche ou du fumier en surface. Atteint les doryphores sauf en association avec le haricot.

Association favorable : le souci

Poivron, Piment : (en fonction des températures et de conditions optimales pour les semis sinon attendre mars)
Légume autogame, pH 6 à 6,5, germination 20-26°, en godet ou pleine terre.

Céleri :

Légume entomophile
Céleri à couper : (15.090 à 15.060) Céleri rave : (18.000 à 18.075)
Céleri à côtes : semis à chaud 18° maxi ou plus tard, en terre riche et avec compost riche.
Association favorable : chou, concombre, haricot, tomate, radis
Association défavorable : laitue, poireau, petit pois, pomme de terre

Artichaut (2.000 à 2.030) et **Cardon** (8.000 à 8.012,6) :
PH 7, une terre riche et du compost ou fumier en surface. A semer en godet à froid ou à chaud mais

préfère la pleine terre. On peut multiplier les artichauts si de nouvelles pousses (œilletons) repartent sur les côtés, il suffit de les arracher avec les racines grâce à un outil tranchant et de les repiquer

Association favorable : fève

Radis à forcer, Radis hâtif :

Légume entomophile, pH 6 à 6,5, en godet ou plein terre, pleine lumière et humidité. Mélanger différentes variétés permet une meilleure production. Eviter l'azote

Association favorable : presque tout

Association défavorable : concombre, oignon, chou.

Carotte hâtive :

Ne craint pas le froid en pleine terre ou semis en godet, 4 graines par pot à repiquer ensemble mais pas de repiquage à racines nues. Pas d'azote

Association favorable : surtout l'oignon mais presque tout

Association défavorable : néant

Anémophile : pollinisé par le vent

Autogame : autofécondation

Allogame : fécondation entre 2 individus

Entomophile : fécondation par les insectes

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrières.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de janvier 2019

Table des matières pour ce cours de janvier 2019

Légumes pouvant être récoltés (presque) toute l'année

INTRODUCTION

Toutes ces plantes sont des vivaces ou des annuelles qui se comportent comme telles. Un grand nombre se ressèment seules ce qui permet une bien meilleure germination. Si certaines stoppent quelques temps leur croissance en raison de températures trop basses ou trop hautes, toutes néanmoins continuent de vivre. Beaucoup poussent très bien en serre froide ou sous tunnel. Certaines annuelles sont plus faciles à installer dans un jardin que des vivaces qui demandent souvent de trouver l'emplacement exact où elles pourront se développer au mieux. D'ailleurs, certaines vivaces émettent des sécrétions par les racines afin de préserver leur espace vital, empêchant par la même d'autres plantes de s'installer près d'elles.

L'arroche vivace buissonnante : par exemple l'Atriplex halimus ou pourpier de mer, petit buisson d'environ 1 mètre qui aime la salinité des bords de mer, on peut l'arroser 1 fois avec 50g de sel dans 10L d'eau quand elle pousse dans les terres.

L'alliaire ou ail moutarde :

L'aspergette ou ornithogale : ressemble à l'asperge par son aspect et ses modes de cuisson mais pousse toute l'année.

La claytone ou pourpier d'hiver, de Cuba ou de Sibérie : on peut la semer toute l'année mais elle se ressème très bien toute seule. Se mange crue et en soupe

Le cerfeuil : préfère le froid à la chaleur, se ressème plutôt à l'ombre. Il existe de nombreuses variétés.

Le céleri à couper :

La chicorée frisée à couper : l'endivette toujours blanche et l'endivette toujours verte, etc.

La chicorée sauvage à couper :

La chicorée sauvage pomme : Pain de sucre, chioggia, etc.

Toutes ces chicorées, à manger crues ou cuites, sont encore meilleures, plus sucrées et moins amères quand le froid, voire une petite gelée est passée. Si on souhaite un goût encore moins amer, on peut les mettre dans l'obscurité une dizaine de jours en les couvrant d'un seau par exemple. Pour la germination, attendre un peu de chaleur et semer sur place. Si on souhaite commencer les semis à l'intérieur, repiquer quand le plant est encore tout petit pour ne pas abîmer la racine.

Le chou d'hiver non pommé ou kale : Beaucoup de variétés de toutes les couleurs et très résistantes. A semer vers mars pour toute l'année. Le Noir de Toscane monte à 2M de haut

Le chou-fleur brocoli chinois : pousse comme les asperges, des tiges de 30/40 cm avec un petit bouquet de feuilles au sommet. On mange les feuilles et les tiges

Le chou de Chine Pé-tsaï : A semer juillet/août

Le Chou de Chine Mizuna et Mibuna : feuilles sur tige

Le chou à couper et le chou à couper italien

Cima di rapa : à semer en place. Bon à manger après 40/50 jours

La ciboulette, ciboule et ciboulette chinoise vivace : nombreuses variétés de toutes formes et de toutes saveurs

La cébette vivace ou oignon-poireau : au goût d'oignon, à couper et qui repousse tout le temps.

La cirelle vivace : de la famille des chardons, on mange les cardes et les feuilles

Le cresson sauvage et de jardin : ou barbare

Le cresson des bois vivace : nouveau

La croisette vivace : nouveau

La corne de cerf vivace : variété de plantain

L'épinard perpétuel ou rumex patience vivace : A changer de place au bout de trois ans car il devient un peu acide. A cueillir le soir après les journées ensOLEILLÉES car il accumule moins de nitrates dans ses feuilles

L'égopode ou herbe aux goutteux : très bon légume au goût de céleri qui se mange cru ou cuit mais qui est très très envahissant. Il peut servir d'engrais vert

La laitue à couper : présente toute l'année si un peu à l'ombre en été et sous une petite protection en hiver. A semer maintenant (profondeur 1/2cm en terre ou juste couvert) en jardinière, couche ou serre froide

La laitue vivace : nouveau

Le légume d'Alexandre vivace ou Maceron potager : sorte de persil géant (+1M de haut) Tout se mange

La Livèche ou céleri perpétuel, achat des montagnes : ou herbe à Maggi car ressemble au condiment Maggi

La mâche ou salade de blé : nombreuses variétés. Les petites feuilles se bonifient au froid au contraire des grandes feuilles. On peut la repiquer et n'utiliser que les feuilles sans déterrer la plante

La moutarde-épinard : nombreuses variétés. Légume-feuilles au goût de radis qui se ressème très rapidement et peut se manger cru ou cuit

La mésophylle ou feuille de navet ou quesse : pousse vite, on mange les feuilles crues ou cuites

L'oseille ou Rumex : à manger avec modération

L'ortie : un légume à privilégier pour sa composition riche et complète. Crue, cuite, en soupe, en tarte, etc.

La pariétaire vivace : cousine très proche de l'ortie. Utiliser pour soigner les calculs rénaux

Le persil : nombreuses variétés. Prélever les feuilles extérieures et laisser le cœur, il repart aussitôt. Si on ne le réussit pas, on peut semer à l'intérieur en barquettes entre 15 et 20° et repiquer brin par brin

La pimprenelle : goût de concombre

Le pissoenlit : Faire blanchir en couvrant d'un seau s'ils sont très amers

Le plantain : on préfère manger les tiges au goût de champignon plutôt que les feuilles un peu dures

Le poireau : faire des semis en janvier, en mars et en août et on a des poireaux toute l'année. Si on coupe ce qui dépasse de la terre sans arracher, il repart et refait du végétal.

La poiree, la poiree à couper ou bettes :

La roquette : semer souvent car monte vite en graines

La roquette sauvage vivace

Ci-dessus le résumé du cours du mois de janvier 2019

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Cours de Décembre 2018

Table des matières pour ce cours de Décembre 2018

- 1) La culture et le forçage de la chicorée de Bruxelles (witloof/chicon/endive blanche). Trucs et astuces pour bien les réussir. (Par Michel V.)**
2) La lactofermentation (Par Francis)

<p>1) La culture et le forçage de la chicorée de Bruxelles</p> <p>Les Chicorées de Bruxelles c'est une culture récente du milieu du 19e siècle. Avant, c'était surtout une racine pour alimenter le bétail. Cela fait partie de la famille des composés comme les pissenlits, scarole, pain de sucre et cela a toujours un petit goût amer. Moyennant une petite protection, cela pousse bien en ce moment. Pour ceux qui sont sensibles à l'amertume, on peut ajouter des fruits secs, noix, raisin de corinthe, fruits confits, etc. L'amertume est liée à la lumière et à la chlorophylle. On utilisait aussi la racine pour la torréfier et l'utiliser en boisson dans la ricorée ou l'ajouter dans le café. Un agriculteur a découvert par hasard le forçage de la chicorée en voyant des rejets sous une bâche. Au début, les feuilles étaient frisées, cœur plutôt ouvert, puis on a sélectionné des plantes qui étaient plus charnues, fermées, lisses et moins amères. La culture n'est pas exigeante. Elle se fait dans des sols sans trop d'azote car sinon la plante aura plus de feuilles et moins de racines. Le semis se fait en mai-juin pour récolter une racine mi-décembre. On coupe la verdure en laissant le collet sur le sol. Puis, on ramasse la racine et on la remet en culture de différente façon. Ce feuillage qui repousse fait l'endive blanche. Un sol limoneux ou argileux convient très bien. La racine peu faire 30 à 40cm même si le sous sol est dur. Les sols sablonneux sont moins riches et on a de moins belles racines. Ces sols ont peut être besoin de potasse? Cette culture suit la pomme de terre ou une autre culture exigeante. Sans ajouter d'engrais, Les semis sont fait à partir de mi-mai quand le sol est humide et chaud. Il doit se faire en 8jours. Sinon, il est préférable de ressamer. Quand il fait trop froid, il faut attendre 15jours si la terre en encore trop froide. Ce recul dans le semis n'a pas d'importance. On peut semer jusqu'à fin juin. Michel ne recommande pas de repiquer les endives à partir d'un semis en godet car les racines sont dérangées et peuvent être moins charnues et c'est plus compliqué par la suite. Faire un semis assez clair. 12plants/m soit environ entre 8 et 10cm entre chaque plant. Michel sème avec les carottes et les échalotes en association. Mars, on plante les oignons ou échalote à 60cm. En mai, on sème carotte, chicorée de bruxelles, scorsonère, betterave rouge entre les rangées d'oignons. Les oignons sont récoltées en juillet et laissent de la place. Toutes ces plantes ne sont pas gourmandes en azote et elles ont les même besoin en engrais. L'arrache des racines se fait au moment du premier froid. Le gel met la plante en arrêt de végétation.</p>	<p>Le lieu de forçage est fonction des catégories de chicorées. Il y a des anciennes variétés avec de la Terre de couverture. Les racines sont dans le sol dans une tranchée et on les recouvre de terre. Ces variétés poussent à température plus froides. Les variétés modernes sont sélectionnées pour faire un forçage à température plus chaude. Idéalement à 14°C et température constante, comme un garage, une remise, une chaufferie, etc. Mais pas dans une serre car la température peut monter à 25°C... Quand on arrache les racines, on les laisse une semaine à 10j sur le sol le temps que le feuillage fane. Puis la racine est remise en végétation. Cette année, les racines sont moins grandes à cause de la sécheresse. Le feuillage qui a séché est coupé à 3 ou 4cm. On fait attention à l'oeil. On enlève toute pourriture et toutes les traces des anciennes feuilles. Par question de facilité, on peut couper la racine de la taille d'un seau et en biseau. Quand on coupe les feuilles, il y a parfois un peu de pourriture dans les feuilles du collet. Il faut l'enlever car sinon la pourriture va gagner le cœur. Toutes les nouvelles feuilles viennent de l'intérieur et écartent les anciennes. Il faut surtout garder le germe intact car sinon cela ne démarrera pas. Avec des racines plus petites, il est préférable de les mettre ensemble car s'il est à côté d'une grosse racine, l'autre va prendre toute la place et la petite va s'étioler. Prendre un seau d'une trentaine de cm ou un bac de récupération. Il faut laisser une peu d'espace entre chaque racine car le chicon se développe aussi en largeur. Le substrat peut être de la tourbe blonde ou brune, du terreau. On peut utiliser de la terre de jardin mais il y a parfois des œufs d'insectes qui peuvent envahir la culture une fois la température remonté. On peut mettre un peu d'algue marine sur le collet en haut de la racine pour assainir et limiter la pourriture. Ce n'est pas la richesse du substrat qui donnera un bon chicon. Les professionnels sont pousser dans des chambres avec des brouillards et différents produits... Quand on le fait soi-même, on sait ce que l'on mange. On peut stocker les racines sans eau tant qu'on ne veut pas démarrer le forçage... mais pas trop longtemps non plus. On ajoute ensuite l'eau sans mouiller le collet. S'il n'y a pas assez d'eau, le chicon pousse avec les réserves dans la racine. La racine se ratatine et il y a un arrêt et cela se flétrit. Lors du forçage de nouvelles radicelles doivent se remettre à pousser. Lorsque c'est trop sec, la racine flétrit aura du mal à refaire des racines. Si la tourbe est très sèche, il faut remettre de l'eau avant.</p>
---	--

<p>On peut mettre des endives dans un seau ou pot troué. Ignace utilise des gros pots de fleur et on remet un pot retourné dessus. L'arrosage est plus facile car on voit quand il faut arroser à nouveau. Il fait des pots en décalé sur plusieurs semaines pour décaler la récolte.</p> <p>Il faut surtout faire attention à la lumière. Il faut aussi que cela soit aéré car sinon, il va y avoir de la condensation et de la pourriture. Quand on voit de la condensation, il faut l'enlever. On peut aussi mettre un torchon ou de la toile de jute. Ignace met un 2e pot de fleur dessus.</p> <p>Si vous avez plusieurs lignes de chicon, vous pouvez les stocker en pleine terre dans le sol. Vous enlevez les feuilles. Puis il faut mettre des feuilles sèches dessus, un voile de forçage, ou protéger de l'humidité pour éviter que la pourriture s'installe. Mais les mulots aiment ces racines si vous en avez?... comme à Aalbeke.</p> <p>On peut aussi les forcer avec de la terre de couverture. Il faut compter 3 semaines.</p> <p>Michel trouve préférable de mettre beaucoup d'eau tout de suite. Ignace arrose ses pots et l'eau est plus régulière.</p> <p>On peut forcer le chicon à une température inférieure à 14°C. Cela mettra juste un peu plus de temps.</p> <p>Pour étaler la production, on peut faire patienter les racines au froid, à l'obscurité dans du terreau sans eau par exemple. On peut en mettre aussi en extérieur avec un grillage si on a des mulots.</p> <p>On peut aussi en forcer sans terre de couverture et l'autre partie avec de la terre. La variété Zoom peut être utilisée avec de la terre ou non. Dans le jardin, choisir un endroit sans eau stagnante. On peut aussi mettre dans une serre si on a « isolé » avec des feuilles sèches et cela protégera aussi du gel. Car un collet gelé entraîne la mort de la racine.</p> <p>On peut mettre les chicons dans le sol du jardin pour les forcer plus lentement. On les plante à ras du sol mettre des planches droites le long de la rangée et recouvrir de terre, puis de la paille, des feuilles, un plastique ondulé, etc. On peut aussi ne mettre que de la paille dessus. Mais il faut protéger de la pluie.</p> <p>Il faut compter entre 6 à 8 semaines dans ces conditions. On voit que la terre crevasse et c'est un signe que le chicon pousse.</p> <p>Les chicons de pleine terre ont un autre goût et ils sont moins amers.</p> <p>Ignace pense aussi qu'avoir un arrosage régulier comme dans son système avec les pots permet d'avoir moins d'amertume aussi.</p> <p>On peut aussi forcer sur place sans déraciner si on coupe bien le feuillage. Il faut surtout protéger avec des feuilles sèches et de la pluie.</p> <p>Il existe des chicons blancs et rouges. Ils semblent un peu moins vigoureux.</p> <p>Si cela pousse trop vite, cela file en hauteur et la pomme est moins fermée.</p> <p>Il peut y avoir 2 yeux sur une racine, mais c'est très rare et ils seront plus petits. Un fois le chicon ramassé, des petites « chiconnettes » repoussent sur le sommet du collet. Ils sont très bons en salade.</p> <p>Le feuillage vert avant la coupe, les feuilles du centre sont lus jaunes. Ces feuilles peuvent être cuites mais elles sont un peu amères. Ces feuilles sont à donner aux poules ou lapins.</p> <p>Une fois la récolte faite, Ignace met le pot à la lumière pour nourrir ses poules et ses lapins.</p> <p>La racine peut aussi être cuite à l'eau et mangée par l'humain. Ces racines peuvent être broyées et données aux poules. Elles peuvent aussi nourrir les chèvres et les chevaux.</p> <p>Le chicon mangé, on laisse repousser la racine. La plante va alors fleurir et on peut récupérer les graines.</p>	<p>Attention toutefois aux variétés hybrides F1 comme Zoom, si vous voulez des graines. Les fleurs de cette variété sont peut-être stériles?</p> <p>N'utilisez pas de variétés avec terre de couverture en intérieur car cela fera un peu de la barbe de capucin. La barbe de capucin a un feuillage dentelé. Il peut être forcé en intérieur ou extérieur de la même façon que les chicons.</p> <p>Certains fermiers, maraîchers ou magasins de jardinages proposent parfois d'acheter des racines toutes faites. Historiquement, on cultivait en tunnel de tôle ondulée avec des poêles pour chauffer.</p> <p>On peut utiliser un vieux frigo ou congélateur pour faire du forçage de chicons. Il faut laisser un peu ouvert pour l'aération. Ce système permet également de conserver les carottes ou pommes de terre.</p> <p>Les chicorées italiennes ou pain de sucre sont bien résistantes aux gelées.</p> <p>2) La lactofermentation</p> <p>C'est un moyen de conservation très ancien car utilisé par les Égyptiens, grecs, romains. Cette technique était connue de nos arrières grands-parents.</p> <p>La plupart des microbes sont inoffensifs et les pathogènes sont rares.</p> <p>Notre première barrière pour lutter contre les microbes pathogènes, ce sont les microbes de la flore bactérienne de notre peau et de l'intestin. On favorise les microbes lactiques qui sont inoffensifs dans la lactofermentation. Puis ces microbes vont se mettre au repos.</p> <p>Ces microbes digèrent partiellement les légumes. On aura plus de sels minéraux, de protéines, de probiotiques, etc.</p> <p>Le produit est ainsi plus riches en élément nutritif. On peut mettre de la viande, des légumes et des fruits. Mais pour la viande, cela nécessite plus de sel. Pour les fruits, il faut ensemencer avec du liquide d'un autre bocal sinon, on risque un départ en fermentation alcoolique.</p> <p>Il faut préparer les légumes comme pour les manger crus. À la cuisson, une grande partie des vitamines sont perdues. Il est préférable de les râper et faire des morceaux.</p> <p>Les bocaux de stérilisation sont idéaux pour faire ceci car le gaz peut facilement s'échapper. On peut aussi utiliser des bocaux à vis à condition de ne pas visser complètement ou des bocaux en grès pour des quantités plus importantes. Tasser plus ou moins fort le légume dans le bocal.</p> <p>Faire une saumure à 30g de sel /L d'eau. On ajoute le mélange et on noie le légume.</p> <p>Une autre méthode est celle de la choucroute mettre 10g/kg de légume. Il faut alors tasser très fort le légume jusqu'à faire sortir du jus.</p> <p>Ranger le bocal dans un endroit sombre pour ne pas perdre de vitamines. Il faut une température de 18-20°C pendant une semaine. Pour diminuer l'acidité, on peut prendre ces bocaux et les mettre à 12°C.</p> <p>Contrôle: Aspect correct et odeur d'acide lactique. Le goût doit être également un contrôle. Si le goût est mauvais, que ça sent mauvais ou que l'aspect n'est pas correct, il ne faut pas les manger.</p> <p>Ce moyen de conservation des légumes a été oublié après Pasteur car on a découvert de certains microbes étaient dangereux. Ce moyen a été mis de côté en plus car la congélation et la stérilisation sont nées à ce moment.</p>
---	---

C'est un moyen économique pour conserver ses légumes et cela ne demande pas d'énergie.
Il n'y a que 10g de sel par kg de légumes et il n'est pas nécessaire d'enlever le sel avant de consommer les légumes.

Francis fait déguster du potimarron. Le goût est légèrement acide surtout que cette conserve est restée à 20-25°C. On peut également faire des cornichons entiers ou en tranches par cette technique.

Les microbes viennent des mains, des racines, de la peau des légumes. Il ne faut pas trop se laver les mains et ne pas trop laver les légumes. Il ne faut surtout pas vouloir stériliser

On peut conserver 3 ou 4 ans sans problème. Plus on garde la conserve dans le temps et plus les légumes ramollissent. Il faut surtout garder les aliments à l'abri de l'air. On peut refermer un bocal ouvert. Celui-ci va refermenter. Une fois l'oxygène consommé, la conservation sera à nouveau en place.

Lorsque l'on fait un bocal, il peut y avoir du gaz qui se forme et qui reste dedans. Le volume augmente et il peut déborder.

Il est préférable de laisser 1cm en dessous du bord du bocal. Et mettre le bocal dans un récipient pour recueillir le jus en cas de débordement.

On peut aussi rajouter de la saumure si on veut conserver plus longtemps un bocal ouvert.

On peut mettre tous les légumes que vous pouvez manger crus. La fermentation amolli les légumes.

Michel fait du poivron en lanière avec de l'ail éléphant lactofermentés.

Les légumes que l'on peut facilement lactofermenter: carotte, chou, céleri rave, potimarron, potiron, courgette mais c'est très mou, betterave rouge mais attention car cela peut partir en fermentation alcoolique car ce légume contient du sucre.

S'il y a quelques moisissures en surface, on l'enlève. On goute pour vérifier si on peut manger la conserve tout simplement.

Il y a des vidéos de l'atelier choucroute sur le blog:

Conférence/Atelier Choucroute

Publié le 22 novembre 2015 par Fraternités Ouvrières

<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2015/11/conference-atelier-choucroute.html>

Les pays de l'est et les Polonais font beaucoup d'aliments lactofermentés.

De bons livres sur le sujet:

Alimentation santé-alimentation fermentée de Marie-Claire Frédérique

Je mange des aliments fermentés et cela me fait du bien de Marie-Claire Frédérique

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours d'octobre 2018

Table des matières pour ce cours d'octobre 2018

1- INFORMATION
2- HYBRIDATION
3- PLANTATION
4- DERNIERS SEMIS
5- EN SERRE FROIDE

1 - INFORMATION :

Le 27/10/18 à 19H00 - soirée festive (chansons, blagues) avec un clown musical de la région. Soirée entrée libre. Buvette

Le 8/11/18 à 17H00 : Film documentaire « Les jardins corons des mineurs italiens ; que sont-ils devenus ? » proposé par la région wallonne.

Gilbert rappelle que les soirées, projections de films, excursions, visites de jardins organisées par Fraternité Ouvrière ont pour but de se connaître, de se retrouver, d'être ensemble, de partager ce qui est la motivation première de l'association.

Demande de bénévoles pour faire l'inventaire des semences. La plupart des graines sont bio et il n'y a pas d'hybride.

2 - HYBRIDATION :

Les différentes variétés de tomates plantées ensemble ne s'hybrident pas entre elles, à l'instar des courgettes, poivrons, aubergines, petits pois, haricots. Il peut y avoir un accident ou une mutation, ce qui est rare mais souvent très profitable. Ce n'est pas le cas des courges qui peuvent s'hybrider très facilement quand elles sont de même famille (Les noms sont notés sur le catalogue pour chaque courge, ex : maxima, pépo...), on prend alors des risques quant aux résultats.

Quand on fait soi-même ses semences, on peut remarquer qu'au bout de 4/5 ans, les graines deviennent beaucoup plus résistantes car adaptées au terrain et au climat.

3 - PLANTATION :

Ail blanc, violet et oignonet (variété radar) à planter avant l'hiver en terrain pauvre et drainé, sur buttes (30cm large x 10cm de haut, en quinconce) ou en serre froide, à récolter vers avril/mai pour manger en vert ou juillet/août en bulbes. Ne pas confondre avec l'ail de printemps dit ail de ratrappage qu'on plante en février/mars et qui reste plus petit ainsi que les oignonets de garde à planter au printemps. Pour la récolte, on laisse sécher à l'air 24H, on coupe le feuillage quand il est entièrement sec, on place assez espacé dans des caissettes à l'air libre et sous abri, au froid, on peut aussi saupoudrer d'algues marines pour une meilleure conservation. L'envie de consommer de l'ail ou de l'oignon cru révèle un manque de souffre dans l'organisme

Echalote : Il n'y a plus d'échalote griselle disponible car pas rentable à cultiver. Sinon, plantation identique aux oignonets, en pleine terre ou en jardinière à l'extérieur (rentrer à -5°).

6- FERTILISATION
7- TERREAU
8- ALGUES MARINES
9- ENGRAIS ORGANIQUE

En avril/mai, on peut saupoudrer les cultures avec des algues marines et au moins une fois par an, arroser avec une solution saline (50gr de sel marin naturel/10L d'eau)

4 - DERNIERS SEMIS :

Remarque : Le décalage des saisons et l'arrivée de nouvelles variétés venues des pays étrangers font qu'en permaculture on constate qu'on peut semer de plus en plus tard.

Ciboule, ciboulette, ciboule St Jacques, oignon perpétuel : à semer maintenant

Fève : résiste à -5° facilement. A semer à 5cm de profondeur, à manger cru, cuit ou bien sec pour les soupes. C'est une plante pionnière qui pousse partout, qui peut servir d'engrais vert et qui attire les pucerons noirs qui vont servir de première nourriture aux coccinelles qui viendront se reproduire dans le jardin. Un semis précoce permet d'éviter la brûche. Sinon au plus tôt au printemps dans un endroit semi-ombragé.

Petit pois : les nains sont plus résistants au froid, les lissses en particulier et peuvent commencer à pousser sans prédateurs (faire attention aux pigeons). Préférer les pois ridés, plus sucrés, pour le printemps.

Epinard : pleine terre ou serre froide, ne gèle pas.

Moutarde : se couche sous le gel.

Mésophylle : (ou feuilles de navets Quesses) ne gèle pas, résiste à tout. Si on ne mange pas le feuillage, elle donne un gros navet à la saveur de rutabaga au printemps.

Trefle blanc, luzerne : engrais vert qui s'installe pour plusieurs années mais difficile à enlever. A privilégier pour les allées, les vergers ou les grands jardins.

Phacélie, moutarde blanche : engrais vert qu'on coupe avant les graines et qui disparaît tout seul.

5 - EN SERRE FROIDE :

Voir le calendrier de septembre (laitue d'hiver, laitue hâtive, mâche, daytome, pourpier d'hiver, cerfeuil, cresson...) à semer tant que les températures sont clémentes, le temps que les graines germent.

6 - FERTILISATION :

Un des buts de la permaculture est d'être le plus autonome possible et de limiter les coûts à tous les niveaux, (graines, moyens de cultures, amendement...). Mais c'est l'environnement qui permet à la plante de se développer, c'est-à-dire en priorité l'air et l'eau, donc, le climat, l'humidité, l'absence de pollution, etc.... Le sol, lui,

n'intervient que pour 3 à 5% dans la composition d'une plante. S'il est difficile de jouer sur les contraintes extérieures, il est possible de rendre la terre plus fertile et vivante pour que la plante trouve tout ce dont elle a besoin pour pousser dans les meilleures conditions :

- a) Remuer le sol le moins possible afin de conserver l'équilibre naturel de la terre
- b) Le sol doit être couvert toute l'année par les légumes qui poussent ou par une couverture végétale la plus diversifiée possible (feuilles, déchets, paille, foin, copeaux, fumier, mauvaises herbes...) sans jamais rien enterrer
- c) Maintenir et enrichir la vie du sol. Les vers de terre jouent un rôle extraordinaire en aérant et décompactant le sol. On estime que le sol est passé 3 fois dans l'intestin des vers depuis le début de l'existence de la Terre. C'est grâce à la couverture végétale du sol que les vers sont nourris et protégés.
- d) Le compostage en tas n'est pas indispensable. Il vaut mieux essayer de recycler le plus rapidement et le plus directement possible sur le terrain, sans rien enterrer, ne rien brûler ni détruire mais tout utiliser.
- e) Les adventices qui poussent spontanément contiennent les éléments qui manquent le plus à la terre d'où l'intérêt de les recycler le plus possible.
- f) L'ennemi N°1 de la vie du sol c'est le soleil d'été direct qui brûle la terre en profondeur. A ne pas confondre avec la lumière.

7 - TERREAU :

Le terreau, le sable ou la tourbe n'enrichissent pas le sol et servent essentiellement pour les semis et pour alléger les jardinières. Ils sont aussi idéal pour forcer des chicons. Pour enrichir sa terre, il vaut mieux utiliser du compost, du fumier.

Si on utilise la terre de son jardin pour les semis, on peut ajouter un tiers de tourbe ou du compost et saupoudrer un peu d'algue marine. On peut aussi quelquefois utiliser du terreau pour les plantes acidophiles. (Terre de bruyère)

8 - ALGUES MARINES :

Les choux, les radis, les tomates, les pommes de terre, les oignons, les échalotes aiment bien un petit supplément de chaux, on peut donc poudrer sur les feuilles un peu d'algues marines pour nourrir les plantes surtout si on a une terre un peu acide. Utile aussi pour les petits élevages contre les puces des poules par exemples ou les blessures en laissant un bac rempli d'algues à disposition pour qu'elles puissent se rouler dedans ou bien mélanger un peu d'algues dans les abreuvoirs. Les algues marines, en plus de la chaux et du magnésium, contiennent à peu près 130 oligo-éléments. Utiliser environ 10Kg par an pour 100M². Très pratique pour l'entretien des pelouses. Toujours utiliser les algues marines en poudre.

9 - ENGRAIS ORGANIQUE :

Équivalent à l'engrais universel, à n'utiliser que pour débuter un jardin peu vivant.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de septembre 2018

Table des matières pour ce cours de septembre 2018

1 - PETIT RAPPEL
2 - LES ALGUES MARINES
3 - LES PURINS
4 - CONSEILS

5 - SEMIS URGENTS
6 - SEMIS APRES LE 15 SEPTEMBRE
7 - SEMIS DE SEPTEMBRE

1 -PETIT RAPPEL : Après une expérimentation de 45 ans en permaculture, il semble possible de faire côtoyer quasiment tout, fruitiers, fleurs, légumes ; la difficulté étant de trouver de la place pour tous et bien tailler afin que tous aient de la lumière et de bonnes conditions pour grandir.

2 - LES ALGUES MARINES : Il est intéressant d'avoir un sol légèrement acide pour favoriser la poussée de beaucoup de légumes comme les tomates, les pommes de terre par exemple mais les algues marines (chaux + magnésium) ne conviennent pas directement sur le sol c'est pourquoi il est recommandé de poudrer directement le feuillage plutôt que la terre. Au contraire, choux, navets, radis, échalotes, oignons ont besoin d'une terre calcaire et donc d'un supplément de chaux pour être bien et résistant face aux maladies. Là aussi le poudrage (1 à 3 fois maximum pour toute la saison) est très intéressant.

3 - LES PURINS : Pour tous les légumes racines, on peut utiliser le purin de sureau (fruit, tige, fleur ou feuille macérés dans l'eau) et arrosage directement sur la terre. 50g de sureau ou de sucre de canne pour 10 litres d'eau. L'idéal est de faire un tonneau (plastique, pas de métal) de purin en mélangeant par ordre de priorité la consoude, ortie, prêle. On peut rajouter du sureau, algues marines, épeluchures d'oignons, d'all, renoncule, etc. A diluer en fonction de la quantité de végétaux. Les purins à odeur (quelques jours de fermentation) font fuir certains animaux mais peuvent attirer les mouches et les purins bien macérés (2 semaines minimums) renforcent les plantes. Ne pas fermer complètement le tonneau pendant la macération évite les fortes odeurs. Arroser au maximum 2 fois sur une culture et uniquement quand c'est utile. Néanmoins, il est toujours plus intéressant d'arracher et de déposer sur le sol aux pieds des plantes tous les végétaux à purin afin qu'ils compostent lentement.

4 - CONSEILS : Dans la mesure du possible, il est plus intéressant de couper les végétaux à ras du sol et laisser le système racinaire en terre. Cela équivaut à un bêchage, les racines permettant d'aérer le sol et de laisser la pluie s'infiltrer plus facilement.

Compte tenu des conditions climatiques de cette année, ne pas retirer trop tôt les courgettes, potimarrons, potirons qui peuvent repartir et ne pas s'occuper de l'oïdium qui peut recouvrir les feuilles. On peut cueillir les potirons et potimarrons pour les manger tout de suite mais il faut les laisser le plus tard possible au jardin pour les conserver, ils sont meilleurs quand ils ont plus d'un mois de conservation, jusqu'à 1 ou 2 ans. On les conserve avec les grosses courgettes dans un

milieu chaud et sec (20°) dans la maison. Pour les courgettes, plus on les cueille et plus il en repousse. Toutes les graines de ces légumes sont consommables.

5 - SEMIS URGENTS : en pleine terre pour récolte de printemps avec 2 avantages : on gagne 1 mois et beaucoup de prédateurs de ces légumes sont absents sauf hélas les campagnols, les mulots et les pigeons.

Carotte demi-longue ou longue : En cas de présence d'asticots, arroser 1 fois avec du purin de sureau (Butter légèrement le collet pour protéger des attaques de la mouche).

Chou hâtif : blanc, rouge, Milan, de Mai, de Savoie.

Radis d'hiver : noir, chinois, japonais.

Chou de Chine : Mizuna (ressemble à la chicorée frisée, se mange cuit ou cru, on coupe les feuilles au fur et à mesure)

Chicorée sauvage * (26.000 à 26.095/24.091 à 24.097) : A grosse tête (pain de sucre, chioggia) ou à petite tête résistant à -20° sans protection. Ces chicorées perdent leur amertume en hiver

Laitue d'hiver, toute saison : les hâties aussi mais pour une récolte avant l'hiver

Moutarde épinal : se mange comme les épinards, cru ou cuit, mais ressemble à de la laitue, famille des choux. Ne gèle pas. Beaucoup de variétés pour des goûts très différents. Besoin d'un espace de 30 cm environ pour pousser, ne pas semer trop dru. Entre aussi dans l'alimentation des animaux.

Persil : beaucoup de variétés en fonction des sols. Préférer les semis en jardinières et en godets pour éviter les maladies et repiquer très large pour avoir de gros bouquets. Toujours prélever les grandes feuilles et laisser le cœur en terre pour éviter la montée en graines. (Idem pour les mâches ou laitues à couper)

Poireau : pour récolter les poireaux vers avril-mai, semer des porettes (1cm de diamètre) directement en place et que l'on peut couper sans arrêt. Pour les autres poireaux (toute saison, de Liège, Malabar) couper à 1cm au-dessus du sol et laisser repousser (1 à 2 cm/jour). Semer 1 graine tous les 2 à 3cm

Oignon surtout hâtif : de Paris, blanc. Pour les oignons de garde, préférer le printemps. Tous les oignons vont bien en serre froide. A récolter au printemps et même en été.

Échalote de Jersey : c'est un oignon à la forme d'échalote (échalot). Les vraies échalotes ne forment pas de graines fertiles. En cas de vers ou de maladies, un arrosage unique avec 50g de sel pour 10 litres d'eau et poudrage algues marines.

Chou-fleur de Malines ou d'Erfurt : semer dehors ou repiquer avec protection ou en serre froide. Trop tard pour le chou-fleur de Walkelle.

6 - SEMIS APRES LE 15 SEPTEMBRE :

Oignon : les petits bulbes (radar) pour le début du printemps. En extérieur ou en serre froide. Planter sur petites buttes (billons)

Ail : les bulbes à mettre rapidement en extérieur. Planter sur petites buttes

Echalote : pour manger en vert en hiver, en extérieur ou en jardinière à rentrer en cas de fortes gelées.

Fèves et petit pois : Si les fèves sont attaquées par les pucerons noirs, cela permet d'attirer très tôt une grande quantité de coccinelles qui pourront se reproduire et rester dans tout le jardin. (Rappel : Le mariage pommes de terre/fèves en plantation au printemps est une excellente association qui fonctionne bien. (1 pdt tardive à 10cm de profondeur avec 1 fève de chaque côté)

7 - SEMIS DU MOIS :

Épinard : Bon pour la santé mais en plus il est un des meilleurs engrails verts, à couper et laisser sur place. Ne semer des épinards que sur une terre propre car il puise tous les pesticides, insecticides du sol. Il aime les températures autour de 15°, au-dessus, il n'est pas bien.

Moutarde : Toutes les moutardes, en légumes ou en engrails verts.

(NDSB)

*Chicorée sauvage à couper :

- 26.000 BARBE DE CAPUCIN grandes feuilles vert clair
- 26.010 ROUGE DE TREVISSE, grandes feuilles rouge foncé à nervures blanches
- 26.015 BLONDE TRIESTINA, petites feuilles vert blond
- 26.029 CATALOGNE A FEUILLES LARGES
- 26.030 CATALOGNA grandes feuilles dentelées fines vertes
- 26.035 CATALOGNE A PUNTARELLE ; côtes fines à feuilles étroites et lisses
- 26.037 DE GALATINA ; pomme allongée comme le willoof
- 26.090 VERTE A COUPER SPADONA, grandes feuilles vert foncé
- 26.095 SELVATICO DA CAMPO, grandes feuilles vertes

*Chicorée sauvage à petite pomme peu serrée :

- 24.091 AMELIOREE BLONDE POMME VERT ET BLOND
- 24.092 BLONDE DE TRIESTE vert blond
- 24.095 BLONDE A GRUMOLO ; vert blond
- 24.097 VERTE A GRUMOLO pomme ouverte vert foncé

Oselle - rumex :

Navet :

Mâche : salade de blé. On peut en mettre partout dans le jardin sur des terres non travaillées. La mâche repiquée devient plus grande que la semée. En prélevant les feuilles, la mâche repart du pied. Semer en couvrant légèrement de terre. La mâche à grosses graines perd en saveur aux premières gelées, la mâche à petites graines s'améliore après les gelées. L'idéal étant de mélanger les deux. En serre froide, on peut en avoir tout l'hiver.

Roquette : ne gèle pas et ne monte plus en graine en dessous de 20°. La roquette commune se cultive en annuelle alors que la roquette vivace peut rester plusieurs années.

Cerfeuil : S'il se plait, il peut se resserrer tout seul. Sinon, comme l'épinard, il n'aime pas les températures supérieures à 15-20°.

Claytone de Cuba ou pourpier d'hiver : ressemble à la mâche, ne gèle pas.

Bardane : semer en pleine terre. Légume japonais dont on mange la racine culte au printemps comme les salsifis. 1,50M à 2M de haut. Très jolie plante.

Artichaut, cardon : En pleine terre sans repiquage. N'aime pas le froid et l'humidité en même temps, le cardon résiste mieux. Culture sur billons.

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours d'août 2018

Table des matières pour ce cours d'août 2018

Petit rappel : La permaculture ne consiste pas seulement à prendre soin de la nature, des plantes, des animaux mais c'est aussi prendre soin des gens, échanger, partager, être ouvert sur le monde.

La notion la plus importante est de faire un jardin qui ressemble à nos rêves, un jardin dans lequel on est heureux, où l'on se sent bien. C'est le meilleur gage de réussite. Il est utile d'apprendre des techniques pour arriver à faire ce que l'on souhaite mais le plus important est d'essayer, toujours essayer même si cela semble impossible. La finalité en permaculture n'est pas forcément de réussir tout ce que l'on entreprend mais c'est avant tout de créer, d'admirer, d'expérimenter, d'être en accord avec nous-mêmes et "d'augmenter le plaisir de la vie".

Nouveauté : Il est enfin possible d'acheter des graines d'*asimina triloba*, de la famille des anones. C'est un arbuste de 5-6 mètres si on ne le taille pas, qui résiste à -20°, -30°, à fruits allongés au goût de banane. Ne supporte pas la transplantation. L'idéal est de faire lever la graine, de 1 mois à 1 an, en serre avant de l'installer à l'extérieur. (1€ la graine, réf 205.056)

Conseil : Pour rattraper un peu le retard dans les plantations, congeler les graines 48 h à -18° avant de semer. Le stress par le froid peut faire gagner jusqu'à une semaine d'avance sur la germination.

Semis urgents :

Certains légumes ont besoin d'une température inférieure à 20° pour germer, il faut donc vérifier pour chaque légume qu'il attende un peu pour être dans des conditions de fin d'été favorables. Bien sûr, il faut aussi compter avec la sécheresse et attendre le retour d'un peu de pluie.

Arroche : proche de l'épinard mais qui pousse en auteur. A semer très tôt au printemps ou en fin d'été. Se ressème tout seul si on le laisse grainer.

Chou brocoli à jets : Idéal à semer en juillet mais il est encore temps. Résiste particulièrement bien au froid. Les premiers peuvent être consommés à partir de Noël jusqu'à Pâques. Magnifique floraison jaune qui attire les pollinisateurs qui travaillent par temps froid (abeille solitaire, bourdon, etc)

Chou rave : proche du navet, très juteux, insensible aux maladies, jusqu'à 10Kg pour certaines variétés.

Fenouil : Chaleur et humidité pour démarrer ce légume, très résistant au froid, peut passer tout l'hiver en serre froide. Il existe des variétés vivaces sans bulbe, qui disparaissent en hiver et réapparaissent au printemps. On utilise le feuillage comme pour sa cousine l'aneth. Les fleurs sont très mellifères.

Haricot nain mangetout : si on protège la fin de culture en tunnel ou avec un voile, on peut en avoir jusque fin novembre. Trop tard pour le haricot à rames.

Poirée à couper : les bettes, les cardes ne craignent pas le gel

Pois hâtif : Dès que les grosses chaleurs sont passées, on peut ressème aussi bien les pois grimpants que les nains pour avoir une récolte en novembre. Pour une récolte de printemps et à condition de protéger, semer dans deux mois.

Radis d'hiver : peut rester en terre tout l'hiver pour consommation au coup par coup. Semer clair, 3 à 5 cm d'espace entre chaque graine, désherber régulièrement et tenir la terre toujours un peu humide. On peut aussi pratiquer un faux semis, c'est-à-dire préparer la terre avec un petit croc, arroser, laisser toutes les graines en terre lever et une semaine après, raser tout ce qui a poussé afin d'avoir une terre propre naturellement et semer les graines que l'on désire voir pousser.

Radis d'été, radis hâtif et très hâtif : environ 6 à 8 semaines pour récolter.

Chicorée à couper : ne gèle pas.

Chicorée endive frisée et scarole : en toute dernière limite.

Laitue : concerne toutes les variétés de laitue mais ne germent pas au-dessus de 20°. Tenir la terre humide et ombragée. La laitue à couper est plus résistante.

Persil tubéreux : On mange les feuilles et les racines qui ont un goût un peu sucré et farineux.

Semis d'août :

Chicorée sauvage pommée : pain de sucre par exemple, ne gèle pas.

Chicorée sauvage à couper (26.000 à 26.095) : L'intérêt des chicorées sauvages est qu'elles se bonifient avec le froid.

Chicorée sauvage à petites pommes (24.091 à 24.097) :

Navet : le légume idéal du mois d'août, 1 graine tous les 5 cm minimum et à la levée, ne laisser que 1 navet tous les 15 cm pour avoir des navets bien formés.

Navet rutabagas : (chou-rave ou navet rave). Résiste à -20°, sans maladie.

Mâche : (salade de blé). Endroit semi-ombragé ou protéger avec de la toile de jute ou un linge et arroser à grande eau jusqu'à la levée. La variété à grandes feuilles résiste mal au froid, idéale en serre froide, elle peut pommer comme une petite laitue alors que la petite mâche est plus résistante et s'améliore au froid. Pour en avoir plus et plus longtemps, on peut démarier les pieds trop serrés et les repiquer plus loin, cueillir les feuilles extérieures au fur et à mesure tout en laissant le pied dans le sol, il continuera à repousser. On peut

aussi préparer à l'avance quelques godets avec 2 ou 3 graines qu'on fait germer à l'obscurité et qu'on laisse au frais mais à la lumière et qui permettront de remplir les trous dans les plantations.

Moutarde épинard : légume feuille de la famille des choux au léger goût d'épinard, à manger cru ou cuit, bon pour la santé, germe très rapidement, ne gèle pas, se plait à l'ombre ou soleil sans problème. Présent tout l'hiver dans le jardin jusqu'au moment où il montera en graines. Un des légumes qui permet de faire la soudure avec le printemps comme la roquette.

Roquette : (famille des choux) Idéale à semer maintenant pour faire le lien avec le printemps car ne gèle pas. On peut faire des semis tous les 15 jours pour échelonner les récoltes. Essayer aussi la roquette vivace, plus longue à monter en graines

Artichaut et cardon : 1 graine tous les 20 cm directement en pleine terre. On peut aussi semer en godet pour repiquer au printemps mais les résultats sont meilleurs en pleine terre. Très résistante au froid et aux maladies, la variété Laon pour les artichauts. La variété Camus de Bretagne est plus délicate sous nos climats et se multiplie par bouture par manque de graine.

Claytöne : (ou pourpier d'hiver) Jolie plante très goûteuse aussi bien en pleine terre qu'en serre froide

Persil : les semis en godets ou en jardinières, à l'intérieur sous protection et à repiquer par la suite semblent donner de meilleurs résultats que directement en pleine terre. Il existe aussi de nombreuses variétés qu'il faut essayer en fonction de la terre des jardins. Les semis d'août sont intéressants pour avoir du persil tout l'hiver jusqu'à la montée en graines. Repiquer très aéré car une plantule peut donner un pied de 30 sur 30 cm.

Cresson : Toutes les variétés de cresson peuvent être semées en août. Les graines peuvent germer à +2°.

Ciboule, ciboulette : la ciboule de Chine à tige plate est la plus intéressante tant par sa présence toute l'année dans le jardin que par sa légère saveur d'ail. Diviser les souches au printemps dès qu'elles semblent déteriorer. La cive St Jacques ne fait pas de graines et se multiplie en la divisant.

Cébettes : un oignon qui pousse comme un poireau que l'on coupe au fur et à mesure. Pas de maladie ni de prédateur pour le moment. A planter tous les 15 cm.

Chou de Chine : beaucoup de variétés différentes. Semé après le 15 août, il monte peu en graines. Besoin d'humidité et de chaleur, ne gèle pas. Idéal après les cultures dans la serre froide.

Ail des éléphants : On peut les laisser en place ou les retirer quand ils sont secs et les remettre en terre à une autre place en automne.

Coriandre : la coriandre légume à petites graines pour manger les feuilles et la coriandre à grosses graines que l'on trouve dans les aromatiques.

Semis d'août pour récolter au printemps

Carotte ½ longue et longue : période idéale pour éviter les maladies mais à surveiller à cause des campagnols, des mulots ou des lapins. Intéressant en serre froide. Espace de 8 à 10 cm.

Laitue d'hiver : à semer quand les chaleurs s'éloignent. Résiste en pleine terre tout l'hiver et donne des grosses salades pommeées au début du printemps. On peut aussi les repiquer sans problème en serre froide.

Panaïs : grosse carotte sauvage à espacer de 20 cm. Eviter le repiquage.

Poirée : ne gèle pas

Oignon hâtif et très hâtif : à récolter petit avec le vert en fin d'hiver et beaucoup plus gros au printemps/été. Très bon résultat en serre froide

Poireau :

Chou blanc hâtif, chou rouge hâtif, chou Milan hâtif : les semer maintenant ne permet de gagner que 2 mois sur la récolte mais le gros avantage est qu'à cette période, il n'y a pas de maladie ni de parasite sauf peut-être quelques pigeons ramiers qui peuvent être attirés

Chou de mai, chou de Savoie : semblable au chou de Milan

A semer absolument en dessous de 20°C

Epinard, oseille, oseille patience ou perpétuel : L'épinard est le meilleur engrangé vert au monde. En récoltant les feuilles et en laissant la racine en terre, cette dernière va s'amollir et faire des galeries qui aèrent la terre sans bêchage. On peut aussi nettoyer un jardin pollué avec l'épinard comme avec la carotte qui a la capacité de recycler le sol mais alors on ne les mangera pas, bien sûr. Ne pas semer trop dru ou repiquer. Terre toujours un peu humide et fraîche.

Cerfeuil :

Laitue :

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>

Cours de Juillet 2018

Table des matières pour ce cours de Juillet 2018

- 1) Faire ses plants de Pomme de terre**
 - 2) Conseils, trucs et astuces : Poireaux, etc.**
 - 3) Semis urgents de Juillet**
 - 4) Semis à faire tout le mois de juillet**
 - 5) Semis à faire après le 15juillet**
 - 6) Semis à faire fin Juillet et 1ère quinzaine d'août**
-

1) Faire ses plants de pommes de terre

L'idéal est de prendre une pomme de terre nouvelle après au moins 90jours de culture et de préférence de la taille d'un oeuf de poule. Mais on peut en prendre de la taille d'un oeuf de pigeon également. Les mettre à mi-ombre dans les bacs ou cagettes à claire-voie en bois ou plastiques empilés les uns sur les autres. Mettre un bac dessus pour les protéger du soleil. Les pommes de terre doivent juste être bien aérées, mais il peut pleuvoir dessus. Ne déposer qu'une couche de pomme de terre. Les pommes de terre deviennent alors vertes, puis noires, très dures et résistantes à tout. Il faudra ensuite les rentrer dès qu'on annonce du gel. Les laisser à une température de 2 à 7°C. Au dessus, les plants pourront repartir en végétation. Les cagettes peuvent être mises dans un bâtiment ou un garage avec du plastique, de la toile de jute ou des couvertures. Il faut également laisser les plants le plus à la lumière. Cela bloque leur croissance.

Il existe de plus en plus de variétés résistantes au mildiou. Mais attention car les vendeurs ne disent pas toujours la vérité... Les variétés résistantes au mildiou dans le temps comme la gasoré ou la sapo mira, ces variétés peuvent perdre cette résistance au mildiou. Il est donc important de ne pas mettre ses œufs dans le même panier et de faire

2) Conseils, trucs et astuces

Les poireaux peuvent être repiqués sans humidité ou sans arrosage. Ils peuvent attendre même si la terre est sèche. Les poireaux se dessèchent un peu et la mouche du poireau ne va pas être attiré. Les poireaux infectés par les vers de la mineuse éclatent et poussent très mal. Le second insecte prédateur du poireau est la teigne. C'est un papillon qui pond des œufs et dont les Chenilles le mangent provoquant le dessèchement puis la mort du poireau.

Le seul moyen d'éviter totalement la mouche ou mineuse du poireau, c'est de mettre un voile de forçage ou un tulle bien fermé jusqu'en novembre ou décembre. C'est la même protection pour la carotte, l'ail et l'échalotte en cas de problème.

Plus le sol est riche en humus, plus la terre garde son eau et on peut replanter sans arrosage même s'il n'a pas plu depuis 1,5mois... à la seule condition qu'il soit très bien paillé.

Le paillis ou les déchets verts gardent vraiment bien l'humidité. A Aalbeke, même après un mois de sécheresse, les poireaux ont été repiqués sans arrosage.

En permaculture, tout le jardin doit être paillé sauf les zones de semis. On peut éarter le paillage de ces zones et le remettre une fois les plantes levées.

Les tontes de pelouses sont un paillis et un engrais complet très intéressant. Mais il faut faire attention car c'est riche en azote et que cela ne convient pas à tous les légumes. Il ne faut pas mettre plus de 3cm de tonte sur le sol car sinon cela ne sèche pas bien. Une fois cette couche séchée, on peut remettre à nouveau 3cm dessus de tonte fraîche.

Attention quand vous arrosez. L'eau du robinet est parfois trop froide pour les semis. Et en bac ou tonneau, attention car l'eau est parfois trop chaude surtout s'il est en plein soleil.

De plus en plus d'oiseaux s'attaquent aux légumes car on pense que comme les insectes disparaissent (80% des insectes ont disparus), ils mangent les légumes.

3) Semis urgents de Juillet

On peut semer en pot ou en jardinière car on peut arroser plus facilement. Pour les semis de pleine terre, on sème un peu plus profond (sous 1cm) sans arrosage en tassant. Car sinon, vous allez être obligé d'arroser tous les jours! Il faut attendre que ça lève et/ou attendre la pluie...

C'est pour ça qu'il est peut-être préférable de semer en jardinière car c'est plus simple de maintenir humide. Le repiquage en terre sera de toute façon difficile s'il ne pleut pas...

Choux d'hiver non pommés (Kale)**Poirée ou bette****Betteraves potagères****Fenouil**

Haricot nain (Choisir des variétés hâtives. Les haricots violettes sont les variétés anciennes les plus résistantes à la sécheresse)

4) Semis à faire tout le mois de juillet**Brocolis à jets**

Semer en pot et repiquer, ne gèle pas l'hiver. Ils seront à manger selon les variétés à partir de Noël jusque Pâques.

Il faut laisser tous les choux monter à fleur car ils sont très mellifères.

Choux à couper

Toutes les laitues sauf celles d'hiver, exposition mi-ombragée et humide (si besoin, arroser la veille)

Chicorée scarole, frisée, sauvage, italienne en terre chaude et humide

Moutarde épinard (ne gèle pas).

Radis d'hiver, été, automne en terre humide. Semer en surface et ne pas enterrer sauf les variétés longues qui peuvent être semées sous 1cm de terreau.

Rutabaga ou navet rave

Navet. Pour une récolte avant les gelées. Semer après le 15 aout pour avoir des navets qui résistent au gel.

Epinard perpétuel ou patience ou Rumex patientia.

Oseille des pyrénées ou Rumex alpinus, forme comme une petite rhubarbe

Tous les oseilles

5) Semis à faire après le 15 juillet**Tous les oignons hâtifs, rouge ou blanc, etc.**

A semer en terre même s'il fait sec.

Choux de chine

Ils ont besoin de chaleur et surtout d'humidité car sinon ils montent en graine. Sinon semer les après le 15 aout comme surtout le chou Mizuna.

Pourpier

Claytone ou pourpier d'hiver de Cuba

Scorsonière vivace

A semer maintenant pour manger dans 1,5 ou 2,5ans voire plus. C'est un salsifis qui a meilleur gout que le salsifis classique

Salsifis

Il peut être cultivé aussi pour ses feuilles au printemps

Ciboule, ciboulette

Cébette

Roquette annuelle et vivace

Cresson

Mâche à grande feuille en sol humide pour en avoir rapidement (mais elles sont moins résistantes au froid). Il y a des variétés de mâche sauvage vivace.

6) Semis à faire fin Juillet et 1^{ère} quinzaine d'août**Laitues pommées et d'hiver, roquette, scarole**

Elles sont à mettre à la place des tomates et poivrons dans une serre froide.

Carotte longue ou demi-longue pour en avoir au printemps. Ces carottes seront sans maladies... mais elles peuvent être mangées par les campagnols...

Cardons et artichauts

Semer en pleine terre pour l'année suivante. Pailler ou couvrir en cas de grands froids

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
Cours de juin 2018

Table des matières pour ce cours de juin 2018

- 1) La taille d'été
 - 2) Protection de la bio diversité
 - 3) Culture des tomates
 - 4) Semis 1^{ère} quinzaine de juin
 - 5) Semis juin
-

1) La taille d'été

La taille d'été des arbres et arbustes commence fin mai début juin, à la nouaison, quand les fruits sont en formation et que les maladies peuvent être déjà présentes. C'est la taille la plus simple et la moins risquée car on voit où sont placés les fruits.

Liens vers les cours sur la Taille d'été donnés par les Fraternités Ouvrières :

<https://www.youtube.com/watch?v=5CvDzdGAa0c>
<https://www.youtube.com/watch?v=XVGNye1qXXA>
<https://www.youtube.com/watch?v=0ahNO5U-4OI>
https://www.youtube.com/watch?v=F31jXv_B9vY
<https://www.youtube.com/watch?v=VsndVlGGxaQ>

2) Protection de la bio diversité

En permaculture aucun pesticide, insecticide, ni bouillie bordelaise n'est utilisé. Quand on pratique la taille d'été, tout ce qui a été coupé, sain ou malade, est placé au pied des arbres pour permettre de lutter naturellement contre les maladies à venir ou déjà présentes. Le but étant de favoriser la biodiversité sous toutes ses formes :

- encourager la venue des abeilles et tous les insectes pollinisateurs, surtout les abeilles solitaires et les bourdons que les températures basses ne rebutent pas,
- protéger la faune des jardins (vers, hérissons, grenouilles, cloportes, perce-oreilles, etc.)

Méthodes :

Tous les restes de taille, branches, tiges, feuilles et même légumes sont déposés au sol en tas aérés et souples, sous forme d'amas de compostage ou de fagots, sans rien broyer. Le sol ainsi couvert permet la protection et la nidification de nombre d'animaux très utiles pour la pérennité des plantes.

On peut aussi placer dans les feuillages des tiges creuses (maïs, topinambour, tournesol, sureau) liées en fagots pour accueillir les insectes, ou laisser un arbre mort ou une souche pour les champignons, le bois pouvant accueillir une plante grimpante.

La création d'un mur de pierre sèche (sans ciment) offre des abris pour une myriade d'auxiliaires des jardins (insecte, lézard, orvet, oiseau, plante, etc.)

Quand il y a surnombre de ravageurs, on peut les attirer dans un même endroit ou les éloigner. Pour les doryphores par exemple, il suffit de placer un pied d'aubergine au milieu des pommes de terres pour les attirer et les regrouper ce qui rend plus aisée leur capture. On peut aussi semer ou repiquer des soucis entre les rangs pour un effet répulsif.

3) Culture des tomates

Les différentes façons de faire étant très nombreuses, il importe à chacun de faire selon ses envies et ses expériences.

La tomate buisson : demande beaucoup d'espace et nécessite d'être paillée et protégée au sol. Certaines variétés font seulement un bouquet de fleurs alors que d'autres en font

jusqu'à trois avant de s'arrêter. Dans le catalogue, le terme *déterminé* indique une variété qui fait 1 à 2 étages de fleurs avant de s'arrêter et le terme *indéterminé* indique que la variété, tant que toutes les conditions sont réunies, continue de pousser sans s'arrêter. Cette dernière peut donc être cultivée en serre froide 10° minimum jusqu'à Noël et faire 5 à 6 mètres de long.

Certaines variétés ne doivent jamais être taillées sous peine de n'avoir aucun fruit, d'autres plus vigoureuses doivent être taillées sur 2 ou 3 branches, comme un candélabre, afin d'avoir de nombreux fruits sur 1 ou 2 mètres de haut plutôt que le même nombre sur 6 mètres de haut.

L'important est de blesser le moins possible les plants afin de ne pas faciliter l'arrivée du mildiou et le feuillage ne doit jamais être mouillé. La taille, quelle qu'elle soit, ne favorise pas forcément la grosseur des tomates.

Les boutures : On peut enlever les gourmands afin d'aérer la plante mais ce n'est pas obligé. Par contre, si on souhaite des boutures, détacher **à la main** les gourmands quand ils font une vingtaine de cm et repiquer 10 cm dans la terre directement ou en pot à l'étouffée (dans une bouteille plastique transparente sans couvercle, à la chaleur mais pas au soleil). La plante repart et donnera des tomates beaucoup plus tard ce qui permet de multiplier des variétés rares et d'avoir des fruits jusque tard en saison. Il faut faire des boutures avec des variétés hâties. On peut utiliser aussi les semis spontanés de l'année précédente qui sont plus costauds mais on n'est pas sûr alors de la variété.

L'arrosage : si possible, ne pas utiliser de goutte à goutte mais donner au minimum 5 litres d'eau en une fois pour que les racines cherchent l'humidité en profondeur et résistent bien aux périodes de sécheresse. En serre froide, on arrosera le matin au pied pour diminuer la température en cas de fortes chaleurs (la température idéale étant de 25°), en aérant au maximum pour permettre de laisser les plants plus au sec la nuit et éviter la condensation.

A l'extérieur, l'idéal étant d'avoir un toit de protection avec une grande aération en dessous afin d'éviter au feuillage d'être touché par les grosses pluies d'orage.

Généralités : dès que les plants sont bien partis (valable aussi pour les concombres, aubergines, poivrons, etc.) ne pas hésiter à apporter du compost, du fumier même frais, de la broussaille, paillis en grosses épaisseurs (30 cm) et même de la tonte de pelouse fraîche (mais seulement 1 à 2 cm) du moment que cela reste aéré. Ne pas utiliser le plastique qui coupe l'aération.

Pour les tomates en pot, arroser beaucoup en une fois, laisser la terre sécher mais jamais complètement. On peut aussi utiliser des mèches de coton reliées à une réserve d'eau.

L'électroculture, l'utilisation de fil de cuivre ou les mâts cuivre-zinc (antennes de Lakhovsky) sont à expérimenter par chacun. Gilbert conseille néanmoins les tuteurs en métal (qui prennent l'électricité statique) et fait remarquer que la vie du sol est deux à trois fois plus intense dans une serre qu'à l'extérieur ce qui oblige à nourrir plus profondément les terres protégées.

La terre a toujours besoin d'humidité pour que la vie se développe correctement en été comme en hiver.

4) Semis : 1^{ère} quinzaine de juin (par ordre de priorité et en dernière limite)

Brocoli d'hiver blanc et violet (réf : 48000 à 48036) à semer assez clair en dernière limite maintenant, si possible en pleine terre en pépinière, à repiquer 1 ou 2 fois avant l'hiver s'il devient trop grand. Pas de protection particulière mais il apprécie la plantation en tranchée d'environ 30 cm de profondeur et espacé de 60 à 80 cm. Il résiste à -5 voire -10°C. En mai-juin, il pourra peser de 1 à 10 Kg. Les feuilles sont comestibles.

Carotte ½ longue et longue : ce sont les meilleures variétés et la meilleure période pour avoir les meilleurs résultats en carottes d'hiver. On peut aussi semer des carottes courtes pour les récolter et les manger avant l'hiver.

Chicorée Witloof : (endives) et toutes les autres chicorées (salades ou sauvages), semer très clair en pépinière ou en place tous les 5cm.

Courge et courgette : on peut encore semer en pleine terre et en poquet en dernière limite. Prévoir 1M² pour les courgettes et plus pour les courges, ces dernières pouvant filer en hauteur.

Concombre et cornichon : directement en place en poquet à 1 à 2 cm de profondeur

Maïs potager sucré : trop tard pour les autres maïs. Semer directement en place

Arachide cacahuète : culture originale où les tiges fleuries sont pollinisées à l'extérieur avant de rentrer dans la terre pour former les fruits.

Panais : Pas de maladie connue et résistance maximale à tout. Semer à 1 cm de profondeur, tous les 5 cm, éclaircir à 25-30 cm. Le feuillage ressemble aux feuilles de céleri.

Betterave potagère : anticancérigène crue mais légèrement cancérigène cuite. Les feuilles et les cardes sont comestibles.

Arroche : remplace avantageusement l'épinard qui monte en graines aux fortes chaleurs.

Se mange crue ou cuite.

Chou-fleur et brocoli à grosse tête : A semer de toute urgence

5) Semis : tout le mois de juin

Haricot à rames

Haricot nain mangetout : à manger pendant toute la saison, toujours sans fil.

Haricot nain à filet : à manger jeune pour ne pas avoir de fil

Poirée, bette à carde :

Fenouil : A besoin de chaleur et d'humidité sinon il monte en graines. Plus facile en place qu'en repiquage, semer très clair.

Navet : on peut commencer maintenant si on en veut rapidement (résiste à -5°)

Navet-rave, chou-rave, rutabaga : c'est la meilleure période pour semer, grande résistance au froid.

Radis d'été et d'hiver : se cultive comme les carottes en prenant un peu plus de place.

Radis serpent : 1 plant tous les 25 cm. Ressemble à des haricots nain mangetout mais de couleur rouge. On mange les goussettes ou siliques. Cela a un goût du radis un peu piquant

Brocoli à jets :

Laitue et chicorée : semer à mi-ombre pour les laitues, plein soleil pour les chicorées et terre chaude pour lever

Chou de chine : on peut commencer à semer maintenant, besoin de chaleur et d'humidité sinon il monte en graines, se plait en serre froide, entre les tomates et les aubergines, à mi-ombre.

Moutarde épinard : 1 plant par 20-30cm

Ciboulette, ciboule rouge ou blanche, oignon perpétuel :

Ciboulette chinoise : Goût d'ail très intéressant

Cébette, oignon-poireau :

Plantain corne de cerf : semer très très clair, goût sucré proche du champignon, à rajouter cru dans les salades. Tous les plantains se mangent, particulièrement les côtes et les tiges.

Chou marin ou crambe : chou vivace qui demande 3 ans pour s'installer. On le mange comme des asperges

Chicorée tête d'anguille : (réf 25085) Ancien légume du Nord dont on mange les racines comme la chicorée witloof. On peut aussi couper le feuillage après l'hiver, couvrir ou butter et manger les feuilles comme un chicon ou une endive classique.

Aromatiques et condimentaires :

Roquette annuelle et vivace, Coriandre feuilles et coriandre graines, Cumin, Aneth, Anis, Thym, Romarin, Persil, Céleri à couper, Pourpier, Sarriette annuelle et vivace : association favorable avec le haricot à grains, permet une meilleure digestion

Ci-dessus le résumé du cours du mois de juin 2018

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de Mai 2018

Table des matières pour ce cours de Mai 2018

- 1) L'utilité des "mauvaises herbes" pour nos sols
- 2) Conseils, trucs et astuces
- 3) Melons, pastèques, concombres et cornichons
- 4) Courges et courgettes
- 5) Maïs
- 6) Haricot
- 7) Basilic
- 8) La carotte
- 9) Brocoli d'hiver
- 10) Panaïs
- 11) Radis
- 12) Raifort
- 13) Chou rave
- 14) Le chou-navet ou navet rave ou rutabaga
- 15) Laitue
- 16) Céltuce
- 17) Roquette
- 18) Betterave potagère
- 19) Navet
- 20) Poirée ou blette
- 21) Fenouil
- 22) Agastache
- 23) Mâche
- 24) Poireau
- 25) Tétragone
- 26) Angélique

<p>1) L'utilité des "mauvaises herbes" pour nos sols</p> <p>Toutes les herbes sont utiles au jardin, même si cela contrarie les « traditionalistes » du jardinage... Le sol s'enrichit grâce à toutes les herbes du jardin. Une herbe ne pousse jamais par hasard. Quand une herbe pousse en grand nombre, elle indique le fonctionnement du sol. Il faut la laisser pousser et s'en servir. Il faut d'abord les repérer et les identifier. 90% des plantes spontanées sont comestibles ou utiles pour notre santé.</p>	<p>Avant de semer ou de planter, il faut enlever superficiellement ces « mauvaises herbes » et les laisser sur place comme paillage et comme engrais. Il faut également ne le faire qu'au fur et à mesure des besoins car ces plantes protègent la terre et limitent la germination des autres herbes. L'avantage de ce système, est qu'on n'arrose plus le jardin et que tous les repiquages sont faits « à sec ».</p> <p>La « mauvaise herbe » est à la fois une protection pour le sol et un engrais vert. Le travail du sol est ainsi minimal.</p>
<p>Gilbert a dans son jardin, de l'ail des ours, de la ficaire (ou fausse renoncule) et de l'égopode. L'ail des ours protège les arbres fruitiers et c'est un excellent légume... qui devient à la mode et qui est vendu très cher.</p> <p>L'égopode est aussi nommé l'herbe aux goutteux. Attention, cette plante peut être envahissante. Elle servait pour soigner les personnes atteintes de la goutte. Elle a un goût proche du persil ou du céleri. On peut consommer les jeunes feuilles et les jeunes pousses en épinard, soupe, salade ou purée.</p> <p>(Note du Scribe: La ficaire est une plante toxique qui empoisonne les animaux. Elle ne doit pas être consommée, même cuite ou séchée. Cette plante (séchée moins toxique?) est utilisée en phytothérapie. L'égopode étant aussi utilisé en phytothérapie, il est sans doute préférable de ne pas la consommer en trop grande quantité... Source Wikipedia et Wikiphyto)</p>	<p>2) Conseils, trucs et astuces</p> <p>Pour les semis de carottes par exemple, il est préférable de faire un faux semis avant. La terre est travaillée en surface une ou deux fois avant de semer notre légume pour enlever le maximum de la levée des « mauvaises herbes » spontanées.</p> <p>L'autre solution est de repiquer à travers le paillage des plantes plus trapues qui ont déjà germé en godets ou en pots.</p> <p>La permaculture est une culture avec des récoltes plus importantes que l'agriculture conventionnelle. Cuba est passée à ce type de culture sans diminution de rendement.</p>

Page 1 sur 3

Les fourmis et les cloportes ne font pas de dégâts aux plantes. Les cloportes ne mangent que les parties pourries. Sur un fruit abîmé par les oiseaux, un cloporte peut manger la partie pourrie et y apporter sa salive qui va aider la chair du fruit à se cicatriser.

Les perces oreilles mangent aussi les petites limaces, et d'autres insectes comme les larves du carpocapse (vers du fruit).

En permaculture, il est conseillé de ne rien tuer car il est nécessaire d'avoir une forte biodiversité. Par exemple, les oiseaux mangent parfois quelques fruits, mais ils nous débarrassent de beaucoup de limaces et de Chenilles. Plus les oiseaux peuvent nicher et moins ils font de dégâts sur les fruits et les légumes car 90% de leurs nourritures doit être protéinée pour nourrir leurs petits. Ils mangent donc les insectes et les limaces.

Pour faire ses semis à extérieur, le minimum la nuit doit être de 10°C.

Si on a une serre, il faut mettre un thermomètre et vérifier que la température ne descend plus en dessous de 10°C avant de semer ou d'y replanter ses tomates, poivrons ou aubergines. La journée, il faut ouvrir sa serre au maximum (avec 2 aérations) car les plantes souffrent au dessus de 25°C.

Si les températures ne sont pas encore assez hautes, on peut faire patienter des plantes avant de les repiquer en les replantant dans un pot un peu plus grand ou dans le même pot.

Si les tomates flotent, il faut leur mettre un tuteur car elles risquent de casser.

Les semis de tomates qui prennent un peu froid peuvent avoir des feuilles avec des symptômes ressemblant au mildiou. Ce n'est pas grave.

Astuce d'un membre présent à la réunion pour les petits pois à tester. Mettre les petits pois dans un sillon. Attendre qu'il lève un peu et mettre un grillage en tonnelle sur le dessus. Les fleurs luttent pour la lumière et toutes les fleurs puis les gousses sortent à l'extérieur du grillage.

Pour les vivaces comme les Ciboulettes, Choux Daubenton, le thym, sarriette et le romarin sont à replanter régulièrement ou au moins remplacer la terre de surface. Ces plantes émettent des sécrétions qui les empoisonnent.

La menthe en pot doit être aussi rempotée tous les ans.

La recette de Gilbert: Sur un point chaud (dessus de cheminée), couper des rondelles de radis noir, mettre un peu de sucre roux ou de cassonade et des carottes coupées en rondelles. Cela produit un sirop bon pour la santé et contre le mal de gorge.

Il est trop tard pour semer les poivrons, aubergines et les tomates.

Et maintenant, place aux semis du mois !...

3) Melons, pastèques, concombres et cornichons

Il n'est pas trop tard pour les melons, pastèques, concombres et cornichons en godet entre 20 et 25°C en intérieur.

4) Courges et courgettes

Courges et courgettes ont besoin de 20 à 25°C. Elles peuvent encore être semées en intérieur en godet. D'ici mi-mai, elles pourront être semées en terre à 2-3cm de profond car la terre y est un peu plus chaude. L'oïdium des courges fait partie de la vie de ces plantes. La plante en général arrive à vivre avec. Sinon, on peut poudrer avec un peu d'algues marines.

5) Maïs

On peut le semer en pleine terre. Il y a 2 grandes sortes de maïs: le maïs doux potager qui se mange cru et le maïs dur pour la farine et la polenta. Les maïs à polenta, plus grands que les maïs doux, sont intéressants aussi pour servir de tuteurs pour les haricots. L'association traditionnelle d'Amérique du sud est Maïs + Haricot + Courge. Les différentes plantes s'aident et se protègent.

6) Haricots

On peut semer en godets et si les températures restent bonnes, on peut tenter d'en mettre un peu en pleine terre. Pour avoir une forte production, il faut attendre encore un peu.

Pour faire l'association avec le maïs, il est préférable de prendre des haricots « mi-rame » comme le haricot Tarbais.

Pour les haricots à rames, il est préférable de faire des tipis plutôt que les rangs de rames. Les rames en rangs sont plus facilement emportées par le vent.

Les haricots en tipi sont intéressants car cela permet d'avoir une mi-ombre et ils produisent plus. Les concombres et les courges peuvent aussi être mis à 60cm des rames ou du grillage. Ils vont aussi monter. La production est plus forte. Cela peut aussi être fait avec les petits pois.

7) Basilic

La plante a besoin de chaleur et d'eau minimum 20°C. Il y a une grande variété de basilics. Ils ont tous des odeurs différentes. Les fraternités Ouvrières ont 40 variétés (citron, camphre, anis, etc.). C'est une plante assez sensible et les sols ne doivent pas être trop humides. Ils peuvent aussi être facilement cultivés en grand pot de 3 litres.

Attention! Ne pas couvrir la graine du basilic lors de son semis. Semer en surface et tasser légèrement. La graine noire devient blanche et elle semble se couvrir de moisissure avant de germer (Nds: Ce sont très probablement des champignons mycorhiziens.).

Association favorable avec la tomate car le basilic protège la tomate du mildiou et des autres maladies.

8) La carotte

Semer maintenant, les carottes courtes, demi-longues ou hâtives pour la production de fin d'été et d'automne.

Pour la conservation et obtenir de grosses carottes, attendre fin mai-début juin avant de les semer pour que la terre soit plus chaude.

Fin juin et début juillet, on pourra semer à nouveau des carottes hâtives.

Il y a des variétés mieux adaptées pour la culture de printemps ou pour la conservation l'hiver. Certaines variétés qui résistent bien au gel comme la carotte St Valery, Flakkée, Berlicum, etc. La variété jaune du Doubs n'est jamais attaquée par la mouche. Pour éviter la mouche de la carotte, il faut butter pour faire disparaître disparaître le collet. On peut aussi utiliser un voile de forçage pour limiter la mouche et favoriser sa croissance.

9) Brocoli d'hiver

Le brocoli d'hiver est à semer fin mai début juin en pleine terre ou en grand pot (variété Brocoli d'Angers). Attention car si l'hiver est pluvieux et froid, il n'y résiste pas. La fleur peut venir avant l'hiver selon le temps.

10) Panais

Les panais sont à semer maintenant jusqu'en juin. Ils peuvent être repiqués, mais cela donne de meilleurs résultats en semis en place. Attention les graines perdent petit à petit leur capacité de germination si elles ont plus d'un an.

Mettre une graine à 1cm de profond tous les 7 ou 8cm car il faudra laisser 15-20cm entre 2 panais. Ce légume n'a aucun prédateur à l'exception des mulots et des lapins. Il n'a aucune maladie. Il ne gèle pas non plus. C'est un légume à redécouvrir. C'est le légume le plus mangé en Angleterre.

Il y a des variétés de panais à racine ronde comme une variété russe (nom?) ou la variété Rond-Hâtif. Ces variétés sont plus précoces et d'un très bon goût.

11) Radis

Semer les variétés hâties. Les mettre à mi-ombre et toujours humide.

Après mi-mai, on peut semer les radis d'été et de toutes saisons. Certains radis asiatiques peuvent atteindre 50kg !

Après la mi-juin, on peut semer les radis d'hiver comme le radis noir.

12) Raifort

Raifort vivace est perpétuel et d'autres variétés sont annuelles. Ces raiforts annuels sont aussi nommés les radis raves.

13) Chou rave

Les choux raves sont à semer maintenant jusqu'à fin juin. Très consommés dans les pays de l'Est. C'est un bon légume à découvrir également. Il se mange cru ou cuit. La variété Superschmelz peut atteindre 10kg

14) Le chou-navet ou navet rave ou rutabaga

C'est un légume à redécouvrir aussi. Il est résistant s aux maladies. C'est le légume à mettre dans la vraie recette du couscous.

Semer en place pas trop dru ou en godet.

15) Laitue

Laitues d'été, à couper ou toutes saisons. Semer à mi-ombre et toujours humides. La température idéale pour les laitues est de 15°C. Choisissez 4 ou 5 variétés et mélangez les graines avant de les semer. Vous aurez ainsi plus de chance d'avoir une belle récolte même s'il y a un problème de culture.

16) Celtuce

C'est une laitue-céleri. C'est une laitue qui pousse comme une asperge. On mange les feuilles, puis la tige. C'est la laitue qui résiste le mieux à la chaleur.

17) Roquette

Maintenir humide car si le temps est sec, elle monte à graine.

Essayez la roquette vivace car c'est presque un légume perpétuel lui aussi.

18) Betterave potagère

Elle est à semer maintenant jusqu'à mi juin.

19) Navet

Le navet à semer jusqu'à mi-août. Cru ou en jus, c'est un excellent reconstituant pour votre santé. Un ravageur de tous les crucifères est l'altise. Ce petit insecte fait des trous ronds dans les feuilles. On peut les limiter en arrosant le feuillage, voire poudrer avec un peu d'algue marine sur les feuilles humides.

20) Poirée ou blette

Poirée ou blette se sème de maintenant jusqu'en juin.

21) Fenouil

Fenouil à bulbe ou le fenouil vivace est à semer de maintenant jusqu'en juin. Le fenouil vivace a un feuillage bronze magnifique très aéré qui sent l'anis et qui est très utilisé en Italie. Cette plante ne fait pas d'ombre aux autres.

22) Agastache

C'est une plante condimentaire d'odeur extraordinaire. Certaines variétés sont rustiques. D'autres ne le sont pas et sont à mettre en pot et doivent être rentrées l'hiver.

23) Mâche

La mâche peut se semer encore maintenant. Il faut choisir des variétés comme la mâche d'Italie ou la mâche à grosse graine de Hollande pour les cultures d'été.

24) Poireau

Les retardataires peuvent encore semer en terre en place sans repiquage. Mettre une graine tous les 3cm. Les poireaux sont assez capricieux malgré tout. Parfois cela ne pousse pas bien. Il ne faut pas hésiter à essayer d'autres variétés.

25) Tétragone

La graine germe difficilement. La faire tremper pendant 48H ou la mettre 48H au congélateur ou lui mettre un coup de marteau. La semer en godet. Le goût est plus doux que l'épinard et cela couvre entre 1 et 2m2. Truc pour en avoir tout le temps. Laisser un pied de Tétragone vivre et fleurir puis se faner. Les graines vont tomber sur le sol et commencer à germer tout de suite.

26) Angélique

L'angélique est à semer aussi maintenant.

« Voilà, c'est fini pour aujourd'hui. Mon syndicat m'interdit de travailler plus longtemps !... »

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/04/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours d'avril 2018

Table des matières pour ce cours d'avril 2018

Les SEMIS D'AVRIL

- 1) Les Tournesols
 - 2) Les ornementaux comestibles
 - 3) Continuer les semis à chaud 20-25°
 - 4) Première quinzaine d'avril en dernière limite
 - 5) Semis protégés à partir du 15 avril (18-24° et pas en dessous de 12° la nuit)
 - 6) Semis en godet à l'intérieur à partir du 15 avril
-

Intro : 50% des oiseaux mangent les fruits du jardin parce qu'ils ont soif donc utilité de créer des points d'eau un peu partout.

1) LES TOURNESOLS : Pleine terre ou godet à l'intérieur ou serre froide si les températures sont clémentes. A laisser en hiver car ils offrent de la nourriture pour les oiseaux mais aussi des abris formidables pour les perce-oreilles et les coccinelles. Semis en pleine terre 3 à 4 cm de profondeur, en repliquage, enterrer jusqu'aux premières feuilles, bien buter et prévoir des tuteurs.

Association favorable : Concombres, courges et potirons (jusqu'à 3kg) mais éloignés à 80 cm et laisser monter sur la tige

2) LES ORNEMENTAUX COMESTIBLES

LES DAHLIAS : Les fleurs et les bulbes sont comestibles. On peut laisser les bulbes en terre en hiver s'ils sont enterrés à 10cm de terre minimum mais il est préférable de les rentrer car ils s'épuisent à la longue.

LES PIVOINES : Les fleurs sont comestibles. Elles demandent plusieurs années pour s'installer et n'aiment pas être dérangées. Soleil ou mi-ombre

LES HÉMÉROCALLES : Les tubercules, les jeunes pousses et les fleurs sont comestibles. Soleil ou mi-ombre.

LES BÉGONIAS : Les feuilles et les fleurs sont comestibles

LES HOSTAS EDULIS : Les feuilles et les fleurs sont comestibles, cuits ils ressemblent aux épinards. Ils se plaisent à mi-ombre et ombre, sous les arbres et attirent les limaces.

LES CANNAS EDULIS (Balisiers) : Les tubercules et les fleurs sont comestibles. On peut faire de la farine avec les tubercules (arrow-root)

LES ROSES TREMIÈRES : Les jeunes feuilles et les fleurs sont comestibles. Bisannuelles mais se comportent comme des vivaces.

LES HIBISCUS : Les feuilles et les fleurs sont comestibles. L'hibiscus syriacus ou hibiscus arbre (Althéa) est vivace, l'hibiscus moscheutos, non vivace. Soleil ou mi-ombre.

LES LAVATÈRES : Les jeunes feuilles et les fleurs. Bisannuelles.

LES LEUCANTHEMUM (marguerites) : Les feuilles sont comestibles. Vivaces.

LES MAUVES : Les jeunes feuilles et les fleurs sont comestibles. Bon pour la toux.

LES PAVOTS : Les jeunes feuilles et les fleurs sont comestibles. Le pavot somnifère comme la laitue est à manger cru dans les salades pour son pouvoir sédatif. Annuel mais peut se ressème tout seul.

LES SÉDUMS (orpins) : Les feuilles et les jeunes pousses sont comestibles. Le sédum acré ressemble à du poivre. Sert à faire aussi des cataplasmes et attire les papillons. Soleil ou mi-ombre.

LES AMARANTHES : Les feuilles crues ou cuites, les tiges à la façon des asperges et les graines à la façon du millet. Annuelles mais peuvent se ressème seules.

LES CAPUCINES : Les jeunes feuilles, les fleurs et les graines (à la façon des cèpnes) sont comestibles. Attirent les pucerons donc tous leurs prédateurs. Annuelles mais se ressème seules.

LES CAMPANULES : Les feuilles et les racines selon les variétés sont comestibles. Annuelles mais se ressème seules.

LES SOUCIS : Les feuilles et les fleurs sont comestibles. Ils éloignent les doryphores des pommes de terre et beaucoup de parasites.

LES TAGÈTES : Comestibles selon les variétés, à vérifier. Très utiles dans le jardin car repoussent les nématodes, à planter près des choux et des tomates particulièrement.

3) CONTINUER LES SEMIS A CHAUD 20 à 25°

AUBERGINES

POIVRONS, PIMENTS ET GOMBOS

TOMATES

PHYSALIS (Cerises de terre) A peu près les mêmes exigences que les tomates.

4) PREMIERE QUINZAINE D'AVRIL en dernière limite

POIREAUX (tous) : semer en lignes, très clair, ½cm de profondeur et tous les 2 cm, on enlève un sur deux au fur et à mesure et on laisse grossir ceux qui restent. Ou alors on sème clair et on repique au fur et à mesure qu'ils atteignent la taille d'un crayon. Ne pas réduire les racines et les feuilles (habiller) quand ils sont jeunes à repiquer. Pas d'arrosage après le repiquage.

CAROTTES : Pour l'été et l'automne. Pour les carottes d'hiver, ne pas semer avant fin mai début juin.

CHOUX POMMES : Plus beaux en pleine terre si on a de la place ou repiquer en godet

CHOUX-FLEURS : idem

CHOU BROCOLIS : On peut récolter les bouquets et ils repoussent sur la tige toute l'année. En pleine terre à 1cm de profondeur ou en repiquage. On peut semer plus tard ceux qui se mangent à partir de Noël. Ils ne gélent pas.

CHOUX DE BRUXELLES : Existent aussi en rouge et en fleurs (très rares)

Pour tous les choux, PH 6-7, planter des céleris contre la piéride, couvrir avec des feuilles de rhubarbe et du saupoudrage d'algues marines contre la hernie et privilégier la rotation.

AMANDES DE TERRE (Choufa, souchet) : En godet ou en terre bien réchauffée ou en serre froide comme pour les arachides.

5) SEMIS PROTÉGÉS à partir du 15 avril (18-24° et pas en dessous de 12° la nuit)

Tous ces légumes ne peuvent pas être repiqués à racines nues, donc en godet à dépoter avec la motte sèche autour.

CONCOMBRES :

CORNICHONS :

MELONS :

PASTÈQUES :

BASELLE (Épinard de Madagascar) : Grimpante rouge ou verte qui demande de la chaleur en été.

FICOÏDE GLACIALE : Excellente pour ajouter du velouté dans les soupes. Demande de la chaleur. Annuelle.

TÉTRAGONE (épinard courieur) : Excellent légume qui se ressème tout seul. Mettre les graines 48H au congélateur ou plusieurs jours dans l'eau pour faciliter la germination.

6) SEMIS EN GODET à l'intérieur à partir du 15 avril

HARICOTS (tous) : 4 à 5 graines dans un godet de 12 cm à repiquer (pas à racines nues) après le 15 mai pour en manger tôt dans l'année. Association bénéfique : la sarriette annuelle au jardin et en cuisine.

DOLIQUES : Plus digestes que les haricots

COURGES, COURGETTES, POTIRONS : On gagne de la place en les faisant monter sur des tuteurs solides ou en les obligeant à tourner en plantant des cavaliers dans le sol.

ARACHIDES :

RIZ : En godet et repiquer, juste besoin d'un peu d'humidité.

PATATES DOUCES : On peut les repiquer directement comme les pommes de terre mais elles font des tiges de 2 à 3 mètres.

POIRES DE TERRE : Ressemblent aux topinambours, en serre froide ou dehors bien exposées.

MAÏS : En godet, le repiquer à 3-4cm et butter aussitôt car il fait beaucoup de racines hautes

PANAIS :

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de Mars 2018

Table des matières pour ce cours de Mars 2018

- 1) Rappel: Les semis de Février
 - 2) Les Pommes de terre
 - 3) La Consoude
 - 4) Les Orties
 - 5) Les Lamiers
 - 6) Les Soucis
 - 7) Le Chou marin ou crambé
 - 8) Les Panais
 - 9) Les Arroches
 - 10) Les Navets Hâtifs
 - 11) Les Oseilles
 - 12) Le pissenlit
 - 13) Les Poirées ou les Blettes
 - 14) Les Betteraves potagères
 - 15) Les poireaux
-

1) Rappel: Les semis de Février	Elles préfèrent un sol acide de pH 6. Elles aiment les terres riches ou être recouvertes au dessus du buttage de compost, d'herbe coupée ou de fumier. Toutes les Solanacées aiment avoir les racines dans un sol acide et les feuilles basiques avec un poudrage comme avec des algues marines
<ul style="list-style-type: none"> - Les Alliacées - Les Fèves - Les Petits pois - Les Epinards - Les Poivrons & Piments (à 22-25°C) - Les Laitues - Les Choux hâtifs, à couper, Kale, rave, navet - Les Mâches (ou Salade de Blé) - Les Cerfeuils - Les Céleris à couper, rave - Les Artichauts & Cardons - Les Radis 	<ul style="list-style-type: none"> - Les Cressons et barbareés - Les Tomates (à 22-25°C) - Les Aubergines (à 22-25°C) - Les Physalis (à 22-25°C) - Les Carottes - Les Persils
<p>Attention pour les Tomates, Aubergines, Poivrons, etc. ne pas mettre les jeunes plantes levées en dessous de 12-15°C.</p> <p>Sans serre, en cas de froid la nuit, on peut sortir les bacs de semis la journée et les rentrer la nuit.</p>	Rendement des TH et H, c'est entre 500g et 1kg par pied. Les autres pommes de terre, c'est entre 2 et 3kg.
<p>Attention, si vos premiers semis ont été sortis avant les gelées cette année, il faut sans doute les arroser.</p>	<p>Espace : 25 et 40cm sur la ligne selon la grosseur des plants. Il ne faut pas faire de carré de plantation de pomme de terre car on a plus de maladies. Planter si possible une à 2 rangées mais pas plus.</p>
2) Les Pommes de Terre (Le roi des légumes!)	Même s'il y a des différences selon les variétés, globalement les petits tubercules donnent les grosses pommes de terre. Les tubercules moyens donnent des pommes de terre moyennes et grosses. Les gros tubercules donnent des petites pommes de terre.
<p>C'est l'aliment de base le plus équilibré. Les recettes sont infinies.</p> <p>À déguster sans ou avec la peau car il y a des vitamines et sels minéraux dedans. Elle est faiblement toxique crue. Les épluchures crues le sont aussi pour les animaux.</p> <p>Il y a 12000 variétés.</p>	<p>Associations Favorables avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choux - Fèves - Petits pois - Céleris - Epinards - Haricots - Ail (à vérifier)
<ul style="list-style-type: none"> - Très Hâtives et Hâtives: 80 à 90jours de culture - Mi Hâtives: 120jours - Mi Tardives : 130 à 140jours - Tardives: 150 à 160jours 	<p>Associations Défavorables avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tomates - Petits pois - Céleris - Oignons - Concombres - Betteraves
<p>Pour accélérer la germination, il faut de la chaleur et de l'obscurité. Pour la freiner, il faut du froid (en dessous de 7°C) et de la lumière.</p> <p>Préférer les variétés qui résistent au Mildiou, même si la résistance n'est pas éternelle.</p>	<p>Suggestion à faire vers la mi-mars: Semer en place des fèves tous les 30cm à 10cm de profondeur maximum. Mettre un plant de pomme de terre Mi-hâtive dans le trou au milieu des fèves.</p> <p>On peut mettre des plants dans des pots de 2 ou 3litres en intérieur et les replanter quand les températures sont plus chaudes pour hâter la récolte.</p>

Page 1 sur 3

<p>Faire ses plants de Pomme de terre: Au moment de la récolte, prendre des tubercules de 3 à 4cm de diamètre sur un bac à claire-voie sur le terrain sur une rangée d'épaisseur. Mettre un bac vide sur le dessus. Laisser jusqu'aux premières gelées, puis les rentrer à la lumière entre 0 et 7°C. Au printemps, ces tubercules démarrent plus vite. Il faut les freiner en les laissant au froid ou à la lumière.</p>	<p>8) Les Panais Le panais résiste à tout et est le légume le plus rustique. Il n'a pas d'ennemis. Se sème en pleine terre ou se repique tous les 15 ou 20cm. Utiliser les graines de l'année passée de préférence car sinon, le taux de germination devient plus faible.</p>
<p>Les doryphores préfèrent les aubergines. Pour ceux qui ont ce problème, il faut planter des aubergines. Ensuite, soit on ramasse les doryphores à la main, soit on attend que les oiseaux s'en occupent. Les soucis éloignent les doryphores.</p>	<p>On peut le manger cru rapé.</p>
<p>3) La Consoude C'est une plante vivace. Semer et cultiver à mi-ombre. Plante très riche en éléments fertilisants. On peut couper régulièrement les feuilles pour les utiliser en paillage pour les tomates ou autres.</p>	<p>9) Les Arroches Ancien légume connu comme épinard d'été. Manger les feuilles. Supporte la sécheresse. Certaines sont très colorées et font de jolies plantes d'ornements. Les meilleures sont les blondes ou les vertes.</p>
<p>La plante est une plante toxique. Elle est interdite à la consommation en Belgique... mais Gilbert en recommande tout de même sa consommation...</p>	<p>10) Les Navets Hâtifs Le navet est un des légumes les plus nutritif. Il peut se consommer cru et peut être utilisé en cure pour se remettre en forme.</p>
<p>(<i>Note du Scribe:</i> Les Allemands ont interdit la consommation de la consoude et son utilisation en Phytothérapie même pour un usage externe depuis les années 80. Le consensus scientifique international est unanime: « La consoude est une plante très toxique qu'il ne faut JAMAIS manger. Elle contient des composés Cancérogènes Mutagènes et Reprotoxiques. ». L'expérience a montré que certaines personnes peuvent tomber malade après 1 seule ingestion.)</p>	<p>11) Les Oseilles Ne pas trop en manger car cela contient des nitrates et oxalates. Idéal pour faire des sauces acidulées avec les poissons.</p>
<p>4) Les Orties</p>	<p>C'est un légume formidable. Ne pas récolter au bord des autoroutes car ils captent les gaz d'échappement.</p>
<p>On peut cueillir les orties à la main quand on est un vrai jardinier... ou mettre des gants.</p>	<p>12) Le pissoenlit Certains pissoenlits ont été sélectionnés, améliorés et ils sont moins amers. Sinon, on peut les blanchir à l'obscurité pendant une dizaine de jour.</p>
<p>5) Les Lamiers</p>	<p>Les lamiers sont comestibles mais ils n'ont pas la valeur nutritionnelles et sont moins riches que les orties.</p>
<p>6) Les Soucis</p>	<p>Le soucis est une plante annuelle. Elle éloigne les doryphores et est très mellifères. Elle attire les syrphes qui vont manger les pucerons.</p>
<p>Cette plante est totalement comestible mais on utilise principalement la fleur.</p>	<p>Cette plante éloigne les pucerons, les Chenilles, les nématodes.</p>
<p>Semer en godet pour la repiquer dans un mois un peu partout au jardin.</p>	<p>13) Les Poirées ou les Blettes (à partir de fin mars) Plante de mi-ombre ou de soleil. La blette épinard est à redécouvrir. La production est importante en feuille à la façon des épinards. Les meilleures sont les blanches et les vertes. Cette blette fait peu de cardes. On peut aussi utiliser aussi les blettes colorées en plantes ornementales.</p>
<p>Association Favorable avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> - la pomme de terre 	<p>14) Les Betteraves potagères (à partir de fin mars) Il y a des betteraves de toutes les couleurs. C'est à redécouvrir. Elles aiment un sol très riche de pH6 à 7,5.</p>
<p>7) Le Chou marin ou crambré</p>	<p>Planter à mi ombre. Elle est vivace, mais elle est difficile à planter.</p>
<p>Attendre plusieurs années avant de la consommer un peu comme une rhubarbe.</p>	<p>15) Les poireaux (à partir de fin mars) Semer tous les poireaux avant le 15 avril de préférence pour avoir des beaux poireaux. Ils aiment la pleine lumière, un sol très riche et frais. Le pH du sol doit être de 6,5 à 7.</p>
<p>L'astuce de Gilbert: L'urine est un des meilleurs engrains pour le jardin s'il est dilué 10fois.</p>	

Tableau des associations des semis de Février & Mars:

	Association Favorable	Association Défavorable														
Alliacées	<ul style="list-style-type: none"> - les fraisiers (surtout pour l'ail) - Carottes - Betteraves potagères - Tomates - Laitues - Concombres - Les pommes de terre (à vérifier avec l'ail surtout) 	<ul style="list-style-type: none"> - les choux - Les légumineuses : haricot, pois, fève, etc. 														
Fèves	- les pommes de terre	- les alliacées														
Petits pois	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Radis</td> <td style="width: 50px;">- Carottes</td> </tr> <tr> <td>- Laitues</td> <td>- Céleris</td> </tr> <tr> <td>- Courges</td> <td>- Choux</td> </tr> <tr> <td>- Concombres</td> <td></td> </tr> </table>	- Radis	- Carottes	- Laitues	- Céleris	- Courges	- Choux	- Concombres		<ul style="list-style-type: none"> - les alliacées - Pomme de terre 						
- Radis	- Carottes															
- Laitues	- Céleris															
- Courges	- Choux															
- Concombres																
Epinards	<ul style="list-style-type: none"> - la pomme de terre - Choux - Radis - Fraisiers - Tomate 	- aucune association défavorable														
Laitues	<ul style="list-style-type: none"> - Betterave - Radis - Carotte - Tomate - Choux - Petits pois - Concombre - Echalote - Haricots - Oignons 	<ul style="list-style-type: none"> - Céleri - Persil - Poireau 														
Choux	<ul style="list-style-type: none"> - Betterave - Radis - Céleri - Tomate - Courge - Petits pois - Concombre - Laitue - Haricot - Oignon - Pomme de terre - Epinard - Cosmos (fleur qui lutte contre le papillon choux) 	<ul style="list-style-type: none"> - Fraisier - Oignon - Ail - Poireau 														
Persils	- Tomate	- Laitue														
Tomates	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Ail</td> <td style="width: 50px;">- Radis</td> </tr> <tr> <td>- Oignon</td> <td>- Poireau</td> </tr> <tr> <td>- Echalote</td> <td>- Laitue</td> </tr> <tr> <td>- Basilic</td> <td>- Epinard</td> </tr> <tr> <td>- Asperge</td> <td>- Haricot</td> </tr> <tr> <td>- Carotte</td> <td>- Courge</td> </tr> <tr> <td>- Céleri</td> <td>- Choux</td> </tr> </table>	- Ail	- Radis	- Oignon	- Poireau	- Echalote	- Laitue	- Basilic	- Epinard	- Asperge	- Haricot	- Carotte	- Courge	- Céleri	- Choux	<ul style="list-style-type: none"> - Betterave - Concombre - Fenouil - Petits pois - Pomme de Terre
- Ail	- Radis															
- Oignon	- Poireau															
- Echalote	- Laitue															
- Basilic	- Epinard															
- Asperge	- Haricot															
- Carotte	- Courge															
- Céleri	- Choux															
Aubergines	- Soucis															
Céleris	<ul style="list-style-type: none"> - Choux - Radis - Concombre - Haricot - Tomate 	<ul style="list-style-type: none"> - Laitue - Poireau - Petits pois - Pomme de terre 														
Radis	- presque tout	<ul style="list-style-type: none"> - Concombre - Oignon - Choux 														
Carottes	<ul style="list-style-type: none"> - presque tout - Oignon (surtout) 	- aucune association défavorable														
Pomme de Terre	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Choux</td> <td style="width: 50px;">- Epinards</td> </tr> <tr> <td>- Fèves</td> <td>- Haricots</td> </tr> <tr> <td>- Soucis</td> <td></td> </tr> <tr> <td>- All (à vérifier)</td> <td></td> </tr> </table>	- Choux	- Epinards	- Fèves	- Haricots	- Soucis		- All (à vérifier)		<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Tomates</td> <td style="width: 50px;">- Oignons</td> </tr> <tr> <td>- Petits pois</td> <td>- Concombres</td> </tr> <tr> <td>- Céleris</td> <td>- Betteraves</td> </tr> </table>	- Tomates	- Oignons	- Petits pois	- Concombres	- Céleris	- Betteraves
- Choux	- Epinards															
- Fèves	- Haricots															
- Soucis																
- All (à vérifier)																
- Tomates	- Oignons															
- Petits pois	- Concombres															
- Céleris	- Betteraves															

Page 3 sur 3

Ci-dessus le résumé du cours du mois de mars 2018

Carnet de Notes de Gilbert des Fraternités Ouvrières de Mouscron
<http://fraternitesouvrieres.over-blog.com/2018/03/carnet-de-notes-de-gilbert.html>
 Cours de Février 2018

Table des matières pour ce cours de Février 2018

- 1) Les Alliacées
- 2) Les Fèves
- 3) Les Petits pois
- 4) Les Epinards
- 5) Les Laitues
- 6) Les Choux
- 7) Les Mâches (ou Salade de Blé)
- 8) Les Cerfeuils
- 9) Les Persils
- 10) Les Cressons
- 11) Les Tomates
- 12) Les Aubergines
- 13) Les Poivrons & Piments
- 14) Les Céleris
- 15) Les Artichauts & Cardons
- 16) Les Radis
- 17) Les Carottes

1) Semis de Février: les Alliacées - Ail (bulbes) - Alliums, - Ail éléphant - Oignons (oignonets et semences) - Echalotes (bulbes et semences) - Ciboules (ou oignon perpétuel) - Ciboulettes - Cébette (ou oignon poireau) - Poireaux hâtifs - Alliaire (ou Ail moutarde... mais ce n'est pas une alliacée, malgré son nom!)	En pleine terre, le semis se fait de 1 graines tous les 15cm sur la ligne ou en paquet de 3 graines tous les 40cm à une profondeur de 3 à 5cm. En godet, les fèves se repiquent (mais pas racines nues). On peut les couvrir avec un léger compost, carton ou journaux Ils n'aiment pas l'engrais sauf un peu de cendres de bois. Leurs croissances s'arrêtent au dessus de 21°C.
Les Alliacées: Ils préfèrent un sol de pH 7, une terre ferme et la mi-ombre.	Association Favorable avec : - la pomme de terre Associations Défavorables avec : - les alliacées
Associations Favorables avec : - les fraisiers (surtout pour l'ail) - Carottes - Concombres - Tomates - Laitues - Betteraves potagères - Les pommes de terre (à vérifier avec l'ail surtout)	Les fèves sont très bénéfiques pour la propagation des coccinelles.
Associations Défavorables avec : - les choux - Les légumineuses : haricot, pois, fève, etc.	Ils se consomment jeunes en mangetout, ensuite comme les petits pois ou plus tard en sec.
Ils craignent l'excès d'eau. Ils aiment l'eau salée en cas de problème de conservation (50g / 10litres) Ils aiment la tonte de pelouse, le compost léger et les cendres de bois en surface. Lorsqu'ils sont aux pieds des plantes, ils émettent des sécrétions racinaires qui permettent de combattre les maladies à champignons de ces plantes et notamment pour les arbres fruitiers.	3) Semis de Février: les Petits pois Ce sont des légumineuses autogames. Ils préfèrent un sol de pH 6,5. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. En pleine terre, le semis se fait de 1 graine tous les 2 à 3cm sur la ligne à une profondeur de 3 à 5cm. En godet, les petits pois se repiquent. On peut les couvrir avec un léger compost, carton ou journaux Les grains ronds se mangent frais ou sec. Et les grains ridés ne se mangent pas sec.
2) Semis de Février: les Fèves Ce sont des légumineuses autogames. Ils préfèrent un sol de pH 6,5 à 7. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet.	Associations Favorables avec : - Radis - Carottes - Laitues - Céleris - Courges - Choux - Concombres

Page 1 sur 4

Associations Défavorables avec :	6) Semis de Février: les Choux
- les alliacées - Pomme de terre	- Choux à couper : Kale - Choux à couper : épinard - Choux à couper : rafa da cima - Choux blancs hâtifs et très hâtifs - Choux rouges hâtifs et très hâtifs - Choux de milan hâtifs et très hâtifs - Choux fleurs hâtifs et très hâtifs - Choux rave - Choux navet = Navet-rave = Rutabaga
4) Semis de Février: les Epinards	Ce sont des légumes anémophiles (pollinisés par le vent)
Ce sont des légumes anémophiles (pollinisés par le vent)	Ce sont des légumes autogames et entomophiles (plantes qui s'autofécondent ou qui se fécondent avec les insectes).
Ils préfèrent un sol de pH 6,5 à 7. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. En pleine terre, le semis se fait de 1 graine tous les 5cm sur la ligne à une profondeur de 0,5 à 1cm. En godet, les épinards se repiquent.	Ils préfèrent un sol de pH 6,5 à 7,5. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. Si vous avez des problèmes pour cultiver les choux, poudrez avec des algues marines ou arroser avec du purin de rhubarbe ou d'ortie. Pour lutter contre la hernie du chou, pailler les pieds avec de la moutarde. En godet, les choux peuvent même être repiqués racines nues.
On peut les couvrir avec un léger compost, carton ou journaux Ne pas leurs mettre d'engrais azoté car ils sinon fixent et contiennent cet azote en grande quantité. La méthode Gertrud Franck : planche d'épinards de 60cm qui sert d'engrais vert entre les autres planches de légumes pour enrichir.	Ils aiment une terre riche, du compost riche en surface ou du fumier en surface.
Leurs croissances s'arrêtent au dessus de 21°C.	
Association Favorable avec :	Associations Favorables avec :
- la pomme de terre - Radis - Choux - Tomate - Fraisiers	- Betterave - Pomme de terre - Céleri - Radis - Courge - Tomate - Concombre - Petits pois - Haricot - Laitue - Epinard - Oignon - Cosmos (fleur qui lutte contre le papillon choux)
Association Défavorable avec :	Associations Défavorables avec :
- aucune association défavorable	- Fraisier - Poireau - Oignon - All
5) Semis de Février: les Laitues	7) Semis de Février: les Mâches (ou Salade de Blé)
- Laitues à couper - Laitues hâtives - Laitues toutes saisons	Ils préfèrent un sol de pH 6,5 à 7. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. En pleine terre, le semis se fait dans une terre qui ne contient pas d'engrais. En godet, les mâches peuvent même être repiquées racines nues.
Ce sont des légumes autogames (plante qui s'autoféconde)	
Ils préfèrent un sol de pH 6,5 à 7. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. Il est préférable de faire des mélanges de différentes variétés de laitues (dans la même catégorie) car elles vont se protéger et s'aider contre les maladies. De plus, si le climat change, il y aura toujours des variétés mieux adaptées et la récolte sera assurée.	
En pleine terre, le semis se fait dans une terre riche qui ne contient pas d'engrais. En godet, les laitues peuvent même être repiquées racines nues.	
Leurs germinations et croissances s'arrêtent au dessus de 23°C. Pour les semis d'été et d'automne, il est donc préférable de semer à l'ombre ou mi-ombre.	8) Semis de Février: les Cerfeuils Ce sont des légumes entomophiles.
Associations Favorables avec :	Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. Ils n'aiment pas les grosses chaleurs et être à plus de 21°C. Il nécessite d'être cultivés à mi-ombre l'été.
- Betterave - Oignons - Carotte - Echalote - Choux - Petits pois - Concombre - Tomate - Haricots - Radis	
Associations Défavorables avec :	9) Semis de Février: les Persils Ce sont des légumes entomophiles.
- Céleri - Poireau - Persil	Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. Il est préférable de le semer en godet et de le repiquer car il n'est jamais malade et est plus beau.
	Association Favorable avec :
	- Tomate
	Association Défavorable avec :
	- Laitue

10) Semis de Février: les Cressons	Associations Favorables avec :
Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet.	<ul style="list-style-type: none"> - Choux - Concombre - Haricot - Tomate - Radis
11) Semis de Février: les Tomates Ce sont des légumes autogames.	Associations Défavorables avec :
Ils préfèrent un sol de pH 6 à 6,5. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. Attention car la germination se fait entre 18 et 25°C. En godet, les tomates peuvent même être repiquées racines nues. Ils aiment une terre riche, du compost riche en surface ou du fumier en surface.	<ul style="list-style-type: none"> - Laitue - Poireau - Petits pois - Pomme de terre
Associations Favorables avec :	15) Semis de Février: les Artichauts & Cardons
<ul style="list-style-type: none"> - Ail - Oignon - Echalote - Basilic - Asperge - Carotte - Céleri - Radis - Poireau - Laitue - Epinard - Haricot - Courge - Choux 	Ils préfèrent un sol de pH 7. Ils peuvent être semés en godet à froid ou à chaud. Ils aiment une terre riche, du compost riche en surface ou du fumier en surface.
Associations Défavorables avec :	16) Semis de Février: les Radis
<ul style="list-style-type: none"> - Betterave - Concombre - Fenouil - Pomme de Terre - Petits pois 	<ul style="list-style-type: none"> - Radis à forcer - Radis hâtifs
12) Semis de Février: les Aubergines Ce sont des légumes autogames.	Ils préfèrent un sol de pH 6 à 6,8. Ils peuvent être semés en pleine terre ou en godet. Attention car la germination se fait entre 22 et 25°C. En godet, les aubergines peuvent même être repiquées racines nues. Ils aiment une terre riche, du compost riche en surface ou du fumier en surface.
	Il ne faut pas d'azote pour leurs cultures car il y a surtout du feuillage sinon et pas de racines en boules
Association Favorable avec :	Associations Favorables avec :
<ul style="list-style-type: none"> - Soucis 	<ul style="list-style-type: none"> - presque tout
13) Semis de Février: les Poivrons & Piments Ce sont des légumes autogames.	Associations Défavorables avec :
	<ul style="list-style-type: none"> - Concombre - Oignon - Choux
17) Semis de Février: les Carottes Ce sont des légumes hâtives	Elles peuvent être semées en pleine terre ou en godet. Attention en godet, il ne faut pas repiquer racines nues. Il est préférable de faire des mélanges de différentes variétés de carottes.
	Il ne faut pas d'azote pour leurs cultures car il y a surtout du feuillage sinon et pas de racines en boules
Associations Favorables avec :	Associations Favorables avec :
<ul style="list-style-type: none"> - presque tout - Oignon (surtout) 	
Association Défavorable avec :	<ul style="list-style-type: none"> - aucune association défavorable

Tableau des associations des semis de Février:

	Association Favorable	Association Défavorable														
Alliacées	<ul style="list-style-type: none"> - les fraisiers (surtout pour l'ail) - Carottes - Betteraves potagères - Tomates - Laitues - Concombres - Les pommes de terre (à vérifier avec l'ail surtout) 	<ul style="list-style-type: none"> - les choux - Les légumineuses : haricot, pois, fève, etc. 														
Fèves	- les pommes de terre	- les alliacées														
Petits pois	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Radis</td> <td style="width: 50px;">- Carottes</td> </tr> <tr> <td>- Laitues</td> <td>- Céleris</td> </tr> <tr> <td>- Courges</td> <td>- Choux</td> </tr> <tr> <td>- Concombres</td> <td></td> </tr> </table>	- Radis	- Carottes	- Laitues	- Céleris	- Courges	- Choux	- Concombres		<ul style="list-style-type: none"> - les alliacées - Pomme de terre 						
- Radis	- Carottes															
- Laitues	- Céleris															
- Courges	- Choux															
- Concombres																
Epinards	<ul style="list-style-type: none"> - la pomme de terre - Choux - Radis - Fraisiers - Tomate 	- aucune association défavorable														
Laitues	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Betterave</td> <td style="width: 50px;">- Radis</td> </tr> <tr> <td>- Carotte</td> <td>- Tomate</td> </tr> <tr> <td>- Choux</td> <td>- Petits pois</td> </tr> <tr> <td>- Concombre</td> <td>- Echalote</td> </tr> <tr> <td>- Haricots</td> <td>- Oignons</td> </tr> </table>	- Betterave	- Radis	- Carotte	- Tomate	- Choux	- Petits pois	- Concombre	- Echalote	- Haricots	- Oignons	<ul style="list-style-type: none"> - Céleri - Persil - Poireau 				
- Betterave	- Radis															
- Carotte	- Tomate															
- Choux	- Petits pois															
- Concombre	- Echalote															
- Haricots	- Oignons															
Choux	<ul style="list-style-type: none"> - Betterave - Radis - Céleri - Tomate - Courge - Petits pois - Concombre - Laitue - Haricot - Oignon - Pomme de terre - Epinard - Cosmos (fleur qui lutte contre le papillon choux) 	<ul style="list-style-type: none"> - Fraisier - Oignon - Ail - Poireau 														
Persils	- Tomate	- Laitue														
Tomates	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Ail</td> <td style="width: 50px;">- Radis</td> </tr> <tr> <td>- Oignon</td> <td>- Poireau</td> </tr> <tr> <td>- Echalote</td> <td>- Laitue</td> </tr> <tr> <td>- Basilic</td> <td>- Epinard</td> </tr> <tr> <td>- Asperge</td> <td>- Haricot</td> </tr> <tr> <td>- Carotte</td> <td>- Courge</td> </tr> <tr> <td>- Céleri</td> <td>- Choux</td> </tr> </table>	- Ail	- Radis	- Oignon	- Poireau	- Echalote	- Laitue	- Basilic	- Epinard	- Asperge	- Haricot	- Carotte	- Courge	- Céleri	- Choux	<ul style="list-style-type: none"> - Betterave - Concombre - Fenouil - Petits pois - Pomme de Terre
- Ail	- Radis															
- Oignon	- Poireau															
- Echalote	- Laitue															
- Basilic	- Epinard															
- Asperge	- Haricot															
- Carotte	- Courge															
- Céleri	- Choux															
Aubergines	- Soucis															
Céleris	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50px;">- Choux</td> <td style="width: 50px;">- Radis</td> </tr> <tr> <td>- Concombre</td> <td></td> </tr> <tr> <td>- Haricot</td> <td></td> </tr> <tr> <td>- Tomate</td> <td></td> </tr> </table>	- Choux	- Radis	- Concombre		- Haricot		- Tomate		<ul style="list-style-type: none"> - Laitue - Poireau - Petits pois - Pomme de terre 						
- Choux	- Radis															
- Concombre																
- Haricot																
- Tomate																
Radis	- presque tout	<ul style="list-style-type: none"> - Concombre - Oignon - Choux 														
Carottes	<ul style="list-style-type: none"> - presque tout - Oignon (surtout) 	- aucune association défavorable														