

## LE POTAGER NOURICIER



Le potager en carrés est une méthode de jardinage en carrés, très particulière, qui consiste à cultiver un potager nourricier en faisant pousser des légumes, des herbes aromatiques ou des fleurs comestibles.

Le «Potager nourricier» signifie que cette manière de jardiner permet d'obtenir des vraies récoltes, pour se nourrir sainement et durablement, dans le plus grand respect du sol et de l'environnement.

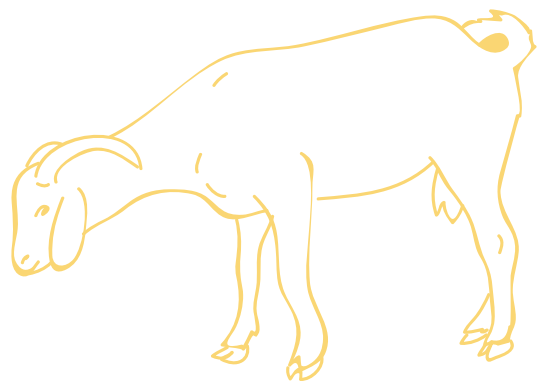
C'est une démarche agro-écologique, qui demande de comprendre, de ressentir et d'expérimenter comment les cultures s'organisent et se développent.

C'est une démarche à la fois de conscience et de responsabilité envers soi-même et envers l'environnement.



## DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Présentation mutuelle des apprentis jardiniers et de l'équipe des intervenants. Expression des désirs et des attentes de chacun.
- Planning annuel des activités.
- Ameublement et couverture des carrés avec un paillis de matières organiques.
- Plantation.
- Semis.
- Distribution d graines et pots de semis.



## PLANNING ANNUEL

### 1 Février, préparer la saison :

- Définir le plan du potager
- Choisir et organiser des cultures
- Réaliser les premiers semis en intérieur



### 2 Mars, amender et Entretenir le Sol :

- Le Compost
- Préparer la terre à la sortie de l'hiver
- Accueillir la biodiversité

### 3 Avril les premiers semis en pleine terre :

- Les mulchs
- Les engrais verts
- accueillir les oiseaux
- Auxiliaires au Potager



### 4 Mai, les cultures d'été c'est maintenant :

- Les plantes utiles
- «Herbacopée»
- Les Jachères Fleuries

### 5 Juin, les premières récoltes:

- Entretien du sol
- Gestion des arrosages
- Prendre soin des cultures
- Jardin de Fleurs Comestibles

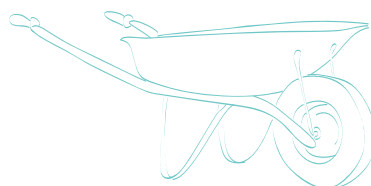


### 6 Septembre, préparer les cultures d'automne :

- Prévoir l'hiver
- Entretenirs les mulchs
- Couverture des sols
- Accueillir la biodiversité

### 3 Octobre, les engrais verts de l'automne :

- Le compost
- Jardiner dans le respect de la vie du sol
- Mise au Repos du potager



## AUTOMNE/HIVER

L'automne, c'est la saison de la préparation des carrés de potager pour les cultures d'hivers. Le niveau des carrés a baissé, les intempéries et les travailleurs du sol ont contribué à l'affaiblissement du sol dans les carrés.

Les principaux défauts de notre terre sont :

- Le manque de vie générale.
- le manque d'humus.
- Le manque d'argile.
- La faible capacité à retenir l'eau.

Le meilleur des sols étant celui de la forêt, alors cherchons à obtenir ce résultat !

Le sol idéal c'est le complexe ARGilo-humique, l'association des fines particules d'argiles avec la matière organique du sol.

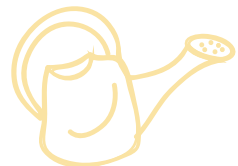


## COUVRONS NOTRE SOL

Avez-vous déjà vu un sol nu dans la nature? Notre sol doit être protégé soit par un mulch, soit par une culture. L'idéal étant une culture.

## ÉQUILIBRONS LA STRUCTURE DU SOL

Apportez un peu de sable à une terre argileuse et un peu d'argile à une terre sableuse.



## DONNONS À MANGER À NOTRE SOL

Nous n'allons pas nourrir les plantes mais nourrir le sol qui lui va nourrir les plantes. Cette différence est capitale! Le sol est une entité vivante et non un simple support. Redonnons lui tout ce qu'il a produit, les feuilles de la forêt recouvrent le sol pour l'enrichir, ce n'est pas la culture des plantes qui appauvrit le sol mais la récolte des cultures.

## LES LÉGUMES EN MOTS



Pour ta santé, les fruits et légumes ont aussi inspiré des expressions courantes. Tu en connais certaines? À toi de compléter :



Qu'il est mignon ce bébé, un vrai bout de .....

J'ai eu une mauvaise note, c'est la fin des .....

Je suis allée au cinéma, mais le film n'était pas terrible,  
un vrai .....

Dans la cour, Quentin m'a dit que j'étais trop près de mes sous et que je ne  
voulais jamais dépenser un .....



«Des ....., je lui ai dit,

occupe-toi de tes ....., »

J'en avais gros sur la .....



Il est resté planté comme un.....

Et puis, il est venu s'excuser et j'étais rouge comme  
une .....

