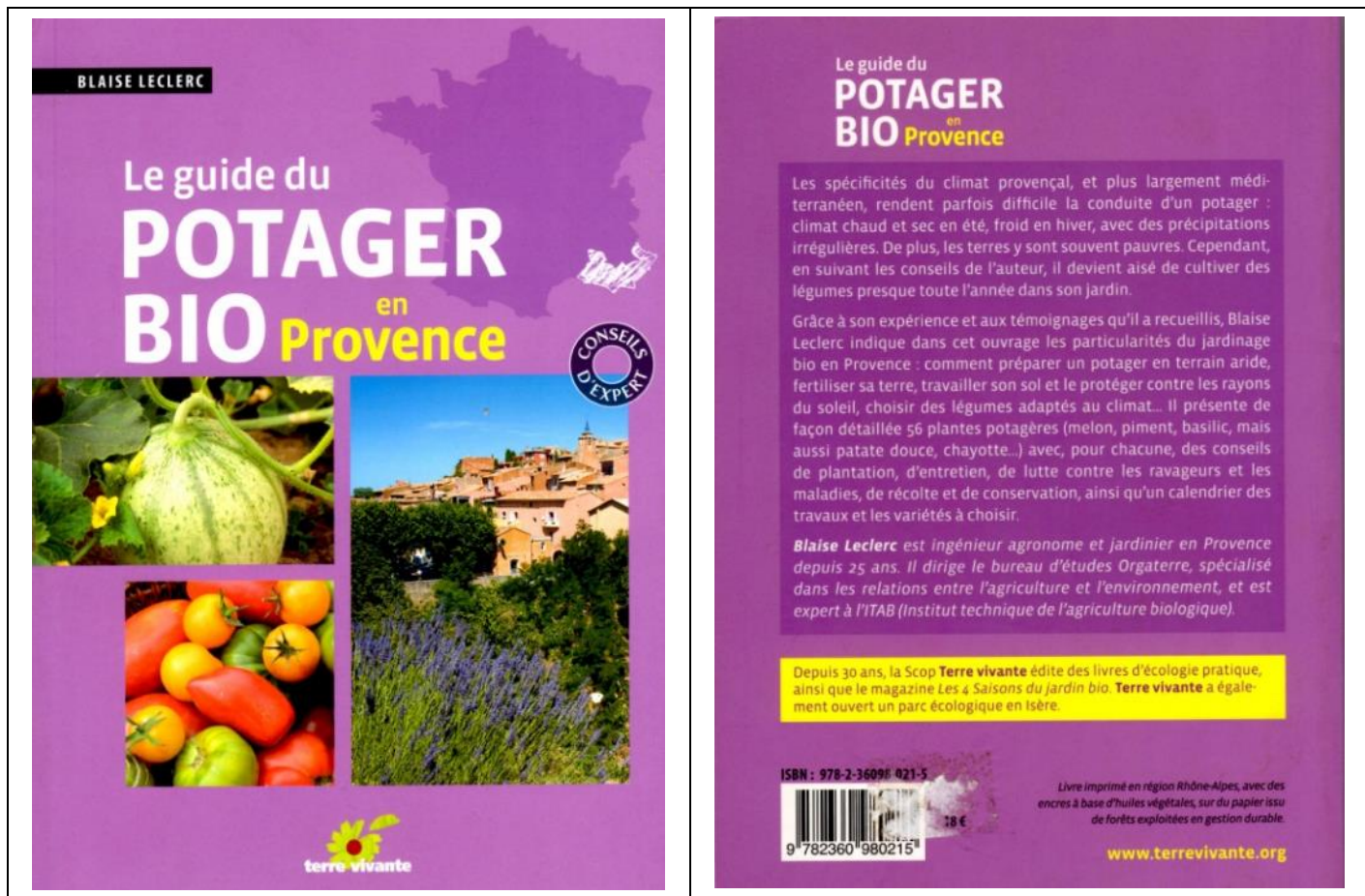


Le guide du potager Bio en Provence



Nature	Ouvrage publié
Titre	Le guide du potager Bio en Provence
Auteurs	Blaise Leclerc, ouvrage collectif de témoignages
Date de publication	2011
Nombre de pages	159
Pays	FR
Editeur	Terre Vivante
Lien internet	https://boutique.terrevivante.org/
Lieu de consultation ou mode d'accès	En librairie

Note argumentaire de la contribution

Qui a dit que le climat provençal était doux ? Avec des variations de températures importantes, pas d'eau ou trop d'eau d'un coup, un sol souvent pauvre en humus, ect... Bref, pour jardiner en Provence, mieux vaut une solide expérience et de sacrés savoir-faire. Mais quand on a apprivoisé la terre, alors jardiner devient magique car on peut y cultiver de tout quasiment toute l'année. Depuis 25 ans, Blaise Leclerc jardine en Provence.

Plus de 5 jardins différents et de nombreuses formations à son actif. Tout d'abord panorama des informations géo-climatiques spécifiques à la Provence : nature du sol, pluviométrie, ensoleillement, températures... Puis présentation des techniques de base du jardinage bio adaptées à la région. Ces fondamentaux s'appuient sur des entretiens réalisés par des jardiniers émérites (professionnels ou particuliers) qui pour chacun d'entre eux nous font partager une technique expérimentée avec succès : travail du sol et outils spécifiques avec Guillaume, apprivoiser le sec avec Lionel, zéro traitement avec Nicolas.

Une seconde partie présente 56 légumes spécialement adaptés au climat et au sol provençal. Pour chaque légume : 1 fiche avec toutes les informations botaniques et les conseils de culture. De l'ail à la tétragone en passant par la roquette, les jardiniers provençaux auront l'embaras du choix.

Cet ouvrage met en valeur les initiatives solidaires, coopératives en réseaux ayant lieux en PACA autour de témoignages d'acteurs de terrains sur des jardins sociaux coopératifs. Il permet l'auto formation du lecteur sur des techniques non polluantes bio et apprendre comment jardiner au naturel et comment s'adapter au climat méditerranéen.

Un partenaire du projet Cooper'actif, le JHADE, jardin solidaire qui met à disposition un terrain agricole de 1.6 hectare sur la commune de Hyères pour en faire un jardin partagé et solidaire témoigne p71 de son expérience en production biodynamique.

Abécédaire

2011 - 56 LEGUMES - AGRICOLES NON POLLUANTES - AGRICULTURE DURABLE - APPRIVOISER LA TERRE - BIODYNAMIE - BUTTES - CALENDRIERS DES SEMIS - CLIMAT EN PROVENCE - CONSEILS D'EXPERT - FERTILISATION - GESTES DU JARDINIER - GUIDE - **HYERES** - JARDINS PARTAGES en RESEAUX - JHADE - **LA CIOTAT** - PLUVIOMETRIE - POTAGER BIO EN PROVENCE - **PROVENCE** - RESEAUX DE DISTRIBUTION - TECHNIQUES PAILLAGE - TEMOIGNAGES - TRAVAIL DU SOL



Sommaire

Avant-propos	9	Témoignage de jardinier : des outils spécifiques (entretien avec Guillaume Argentin)	24
1 Climat et sols en Provence	11	Fertilisation, compost	26
Le climat en Provence	13	Du compost à volonté	27
Les sols de la Provence	15	Quelles quantités de compost ?	28
		Compost mûr ou demi-mûr ?	28
		Engrais organiques et autres apports	29
2 Préparer la terre de son potager	17	3 Cultiver son potager	31
Le travail du sol	19	Produire des légumes frais toute l'année	33
Texture et structure du sol	19	Semis, repiquages et plantations	35
Apporter de la matière organique	20	Respecter le calendrier	35
Préparer le sol au fil des saisons	21	Faire avec la sécheresse	36
Biner pour garder l'eau	22		
Avec quels outils ?	23		

■ Des légumes en hiver	37
■ Des plantes sauvages au potager	38
Pour les salades et les soupes	38
Pour les desserts	39
Les aromatiques et médicinales	39
■ Témoignage de jardinier : cultiver des petits fruits en Provence (entretien avec Jean-Luc Petit)	40
■ Témoignage de jardinier : un jardin santé (entretien avec Paule Donneaud)	42

4 Beaucoup de soleil et peu d'eau 45

■ De l'eau qui ne vient pas du ciel...	47
Les réseaux de distribution d'eau des villages	48
Les forages	48
Récupérer l'eau de pluie	48
■ Témoignage de jardinier : un jardin sec à La Ciotat (l'expérience de Lionel Trébie)	49
■ Le paillage, une règle de base en Provence	51
Quels matériaux utiliser ?	51
Réussir son paillage	52
Quand l'installer ?	52
Quand le retirer ?	53
Des inconvénients ?	53
■ S'adapter au climat méditerranéen	54
Décaler les cultures	54
Varier les cultures	54

6 Le guide du potager bio en Provence

5 Soigner son potager 57

■ Contre les ravageurs et les maladies : la prévention	59
Un exemple de prévention :	
éviter le mildiou	59
Semer des fleurs	60
Laisser des abris à insectes pour l'hiver	60
■ Zéro traitement (même bio), c'est possible !	61
Sus aux limaces et escargots !	62
Être présent au bon moment	62
« Faire avec »...	62
■ Témoignage : la charte « Jardiner au naturel, ça coule de source ! » (entretien avec Nicolas Bouedec)	64

6 Des potagers pour tous 67

■ Témoignage de jardinier : le Réseau des jardins solidaires méditerranéens (entretien avec Julien Nadreau)	69
■ Témoignage de jardinier : Les Jardins solidaires d'Hyères, aujourd'hui pour demain (entretien avec Dominique Viau)	71
■ Témoignage de jardinier : Croq'Jardin (entretien avec Jean André)	73

7 Les plantes potagères 77

■ L'ail	79
■ L'arroche	81
■ L'artichaut	82

Témoignage de jardinier

Les Jardins solidaires d'Hyères, aujourd'hui pour demain



Entretien avec Dominique Viau, cofondatrice des Jardins solidaires d'Hyères

Dominique Viau et Marie-Hélène Augier mettent à disposition un terrain agricole de 1,6 hectare sur la commune d'Hyères (Var), pour en faire un jardin partagé et solidaire, ainsi qu'un lieu de production biodynamique de légumes géré par Marie-Hélène. Un peu plus de trois mois après son ouverture en avril 2010, le jardin est magnifique. Il faut dire que nous sommes près du bord de mer et que le climat est propice : les légumes poussent très vite.

> Dominique, comment fonctionne le jardin ?

« Nous avons préparé 24 parcelles de 40 m², aux dimensions calculées d'après le nombre d'or (5 m × 8 m) et matérialisées par une cordelette tendue à 20 cm du sol pour éviter que les jardiniers fassent des barrières (l'idée du partage serait en effet très compromise si chacun s'enfermait dans « son jardin »), ainsi qu'un terrain collectif pour les temps conviviaux, dont l'entretien est assuré par tous. Le préalable à toute attribution est l'acceptation de trois règles de base : cultiver en bio, ne pas vendre ses légumes et enfin, accueillir les différences pour vivre la solidarité (le jardin est ouvert aux personnes porteuses de handicap). Chacun cultive sa parcelle comme il lui plaît et choisit son emplacement en fonction de ce qui reste à louer.

Les jardiniers sont très motivés, certains viennent en bus depuis Toulon et marchent encore vingt minutes pour atteindre les jardins. Un véritable esprit d'équipe s'est mis en place, chacun apportant sa contribution : un jardinier monte une palissade en cannes de Provence pour délimiter le terrain, un autre fauche l'herbe sèche de la partie encore en friche pour pailler les parcelles, un troisième fabrique des étagères pour ranger les outils dans le « patèque » (cabanon commun). Le fait que les jardiniers soient pour la plupart néophytes encourage les échanges. Ils bénéficient de notre appui technique, car avec Marie-Hélène, nous sommes présents tous les jours. »

Les Jardins solidaires d'Hyères, aujourd'hui pour demain 71



Une parcelle au nombre d'or (5 m × 8 m), paillée comme il se doit.

- > **Lieu d'échanges, mais également de biodiversité : il est rare de voir un « premier » jardin avec autant de variétés différentes, dont beaucoup de légumes anciens ou peu connus...**

« Ici, nous encourageons chacun à semer cette biodiversité, en travaillant avec des semenciers bio proposant de riches catalogues. Les parcelles sont également très fleuries. Nous sommes inscrits comme refuge LPO. »

- > **Le jardin démarre tout juste : quels sont les projets ?**

« Nous travaillons avec plusieurs associations, dont l'épicerie sociale pour laquelle nous mettons à disposition du terrain ainsi qu'un accompagnement technique. Dès le mois de septembre, les adolescents seront

accueillis au jardin pour réaliser des chantiers citoyens avec des éducatrices de rues. Nous allons installer une placette ombragée autour du point d'eau, avec des carrés accessibles aux personnes en fauteuil, ce qui renforcera encore plus l'unité du lieu. Nous proposerons aussi des activités et des formations en hortithérapie. »

En quelques mois, le jardin est devenu un véritable lieu convivial. On n'y vient pas seulement pour jardiner : Jeannine, conteuse dans les écoles, ne cultive pas de parcelle mais aime venir partager un moment avec les jardiniers et se ressourcer. Nul doute que ce lieu vraiment partagé, nouveau venu dans le Réseau des jardins solidaires méditerranéens (voir page 69), est bien parti pour durer.

Calendrier des travaux

Se récoltent toute l'année : la ciboulette, le persil.

JANVIER

▲ **Semer**
La tomate (sous abri chauffé).

▲ **Récolter**
La betterave, la carotte, les chicorées, le chou de Bruxelles, le chou frisé, le chou rutabaga, l'épinard (variétés d'automne-hiver), la mâche, le panais, le poireau, le radis d'hiver, la roquette, le salsifis, la scorsonère, le topinambour.

▲ **Préparer et entretenir**
Par beau temps ensoleillé et si le sol n'est ni gelé ni détrempé, commencez à travailler la terre pour préparer les semis et plantations du printemps.

FÉVRIER

▲ **Semer**
L'aubergine (sous abri chauffé), l'épinard (variétés de printemps), le petit pois, le pois mangetout, le radis, la tomate (sous abri chauffé).

▲ **Planter**
L'oignon.

▲ **Récolter**
La betterave, la carotte, les chicorées, le chou de Bruxelles, le chou frisé, le chou ruta-

baga, l'épinard (variétés d'automne-hiver), la mâche, le panais, le poireau, le radis d'hiver, la roquette, le salsifis, la scorsonère, le topinambour.

▲ **Préparer et entretenir**
Par beau temps ensoleillé et si le sol n'est ni gelé ni détrempé, continuez à travailler la terre pour préparer les semis et plantations du printemps. Faites du compost avec les vieux paillages de l'été précédent, les feuilles et les vieilles fanes des légumes. Vous pouvez commencer à biner les pois et les fèves semés à l'automne précédent.

MARS

▲ **Semer**
L'arroche, la carotte, le céleri, le chou brocoli, le chou de Bruxelles, le chou-rave, la ciboulette, l'épinard (variétés de printemps), la laitue, l'oseille, le persil, le petit pois, le physalis (sous abri chauffé), le piment et le poivron (sous abri chauffé), le poireau, le pois chiche, le pois mangetout, le radis, la roquette, le salsifis, la scorsonère, la tomate (sous abri chauffé).

▲ **Planter**
L'asperge, l'oignon, la patate douce (sous abri), la pomme de terre, la rhubarbe.

▲ **Récolter**
La carotte, les chicorées, le chou de Bruxelles, le chou-fleur, le chou pommé, le chou

rutabaga, l'épinard (variétés d'automne-hiver), la mâche, le panais, le poireau, le salsifis, la scorsonère, le topinambour.

▲ **Préparer et entretenir**
Profitez des belles journées pour préparer semis et plantations, qui se succèdent rapidement avec l'arrivée du printemps. Montez les supports pour les pois mangetout et installez les rames pour les petits pois. Nettoyez vos fraisiers avant les premières floraisons, apportez-leur cendre de bois et compost. Déplacez les rhizomes de topinambour si vous souhaitez les changer de place, car avec le réchauffement du sol, ils vont vite faire de nouvelles tiges.

AVRIL

▲ **Semer**
L'arroche, le basilic, la betterave, la blette, la carotte, le céleri, les chicorées d'été, le chou brocoli, le chou de Bruxelles, le chou-fleur, le chou frisé, le chou-rave, la ciboulette, le concombre, le cornichon, la courgette, l'épinard (variétés de printemps), le fenouil, le haricot (après le 15 avril), la laitue, le maïs doux, l'oseille, le panais, le pâtisson, le persil, le piment, le poireau, le pois chiche, le poivron, la pomme de terre, le potiron, le radis, le salsifis, la scorsonère.

▲ **Planter**
L'artichaut, les choux, le chou-rave, la patate douce, la tomate (après le 15 avril), le topinambour.

▲ **Récolter**
L'artichaut, l'asperge, le chou-fleur, le chou pommé, l'épinard (variétés de printemps), le petit pois, les premiers pois mangetout (fin avril), le radis, la roquette.

▲ **Préparer et entretenir**
Malgré le temps passé pour les semis et les plantations, ne négligez pas la fabrication de compost, notamment avec les tontes et

les tailles de printemps, sinon vous risquez d'être à court de compost pour vos semis et plantations d'automne. Allez couper des cannes de Provence ou des bambous pour vos piquets de tomates, d'aubergines, de poivrons, de haricots grimpants. Pour les légumes nécessitant une humidité du sol régulière (laitues, petits pois), commencez les premiers arrosages si le temps est chaud et sec.

MAI

▲ **Semer**
L'arroche, le basilic, la betterave, la blette, la butternut, la carotte, les chicorées d'été, le chou brocoli, le chou-fleur, le chou frisé, le chou-rave, le chou rutabaga, la ciboulette, le concombre, le cornichon, la courgette, le fenouil, le haricot, le chou-fleur, le maïs doux, l'oseille, le panais, le pâtisson, le persil, le potiron, le pourpier, le radis, la tétrogone.

▲ **Planter**
L'artichaut, l'aubergine, le céleri, la chayotte, le chou brocoli, le chou de Bruxelles (variétés précoces), le chou frisé, le chou-rave, le concombre, le cornichon, le melon, la patate douce, le physalis, le piment, le poivron, le potiron, la tomate.

▲ **Récolter**
L'artichaut, l'asperge, le chou-fleur, le chou pommé, l'épinard (variétés de printemps), la fève, la fraise, la laitue, le petit pois, le pois mangetout, le radis, la rhubarbe, la roquette.

▲ **Préparer et entretenir**
Paillez vos cultures après chaque plantation. Protégez vos jeunes plantations des limaces et escargots, avec des tranchées remplies de cendre de bois et/ou des pièges à bière. N'oubliez pas certains semis de plantes que vous ne récolterez que tard en automne-hiver, comme le chou-fleur. Binez et buttez haricots et pommes de terre.

Calendrier des travaux 149

JUIN

▲ **Semer**
L'arroche, le basilic, la betterave, la blette, la carotte, les chicorées d'été, le chou brocoli, le chou-fleur, le chou-rave, le chou rutabaga, la courgette, le fenouil, le haricot, la laitue, le maïs doux, le pâtisson, le persil, le pourpier, le radis.

▲ **Planter**
La butternut, le céleri, la chayotte, le chou brocoli, le chou de Bruxelles (variétés tardives), le chou frisé, le chou-rave, le concombre, le cornichon, le melon, le piment, le poireau, le poivron, le potiron, la tomate.

▲ **Récolter**
L'artichaut, la carotte, le chou brocoli, le chou-fleur, le concombre, le cornichon, la courgette, l'échalote, l'épinard (variétés de printemps), le fenouil, la fève, la fraise, le haricot, la laitue, l'oseille, le pâtisson, le petit pois, le pois mangetout, la pomme de terre, le radis, la rhubarbe.

▲ **Préparer et entretenir**
Arrosez régulièrement la plupart des plantes potagères, sans excès. Continuez à faire du compost avec les dernières tontes du printemps et les premières fanes de la saison (de fèves, de petits pois, de pois gourmands). Taillez régulièrement vos tomates.

JUILLET

▲ **Semer**
L'arroche, la betterave (variétés tardives), la carotte, le céleri, les chicorées d'hiver, le chou brocoli, le chou-rave, la courgette, le fenouil, le haricot, la laitue, le maïs doux, le navet, le pâtisson, le persil, le pourpier, le radis, le radis d'hiver.

150 Le guide du potager bio en Provence

▲ **Planter**
Le chou brocoli, le chou-fleur, le chou frisé, le chou-rave, le poireau.

▲ **Récolter**
L'ail, l'aubergine, le basilic, la betterave (variétés précoces), la blette, la carotte, le chou brocoli, le chou-rave, le concombre, le cornichon, la courgette, l'échalote, le fenouil, la fraise, le haricot, la laitue, le maïs doux, l'oignon, l'oseille, le pâtisson, le pois chiche, la pomme de terre, le pourpier, le radis, la tétrogone, la tomate.

▲ **Préparer et entretenir**
N'oubliez pas les plantations de poireaux et les semis de carottes pour vos soupes de l'hiver prochain. Continuez les arrosages, en les adaptant à chaque espèce. Préférez des arrosages copieux mais espacés à des arrosages trop fréquents, qui asphyxient le sol et maintiennent un air humide favorisant le développement des maladies cryptogamiques (mildiou, oidium). Arrosez les plants de fraisier même s'ils ne produisent plus, sinon vous risquez de les perdre pendant l'été.

AOÛT

▲ **Semer**
Les chicorées d'hiver, la ciboulette, l'épinard (variétés d'automne-hiver), le fenouil, la laitue, la mâche, le navet, le persil, le radis, le radis d'hiver, la roquette.

▲ **Planter**
Le chou-fleur, le chou-rave, le fraisier.

▲ **Récolter**
L'aubergine, le basilic, la betterave, la blette, la carotte, le céleri branche, la chayotte, les chicorées d'été, le chou brocoli, le chou-rave, le concombre, le cornichon, la courgette, le fenouil, le haricot, la laitue, le maïs doux, le melon, l'oignon, l'oseille, le pâtisson, le physalis, le piment, le pois chiche, le poivron,

la pomme de terre, le pourpier, le radis, la tétrogone, la tomate.

▲ **Préparer et entretenir**
Au début du mois, renouvelez les vieux paillages mis en place au printemps, en partie digérés ou emportés par le vent, car la saison chaude et sèche n'est pas terminée. Éliminez les punaises des tomates, des haricots, des choux. Surveillez l'apparition des chenilles sur vos choux, carottes et fenouils. Profitez d'un temps couvert ou pluvieux pour commencer les semis d'automne. Buttez les céleris.

SEPTEMBRE

▲ **Semer**
Le chou pommé, la ciboulette, l'épinard (variétés d'automne-hiver), la laitue, la mâche, le persil, le radis, la roquette.

▲ **Planter**
Le fraisier.

▲ **Récolter**
L'aubergine, le basilic, la betterave, la blette, la butternut, la carotte, le céleri, la chayotte, les chicorées d'été, le chou brocoli, le chou de Bruxelles, le chou-rave, le chou rutabaga, le concombre, le cornichon, la courgette, le fenouil, la fraise (variétés remontantes), le haricot, la laitue, le maïs doux, le melon, le navet, l'oseille, le pâtisson, le physalis, le piment, le poireau, le pois chiche, le poivron, la pomme de terre, le pourpier, le radis, la rhubarbe, la tétrogone, la tomate.

▲ **Préparer et entretenir**
Formez de nouveaux plants de fraisier, en disposant des petits pots de rempotage dans votre fraisière pour inviter les nouvelles pousses à s'y enraciner (utilisez des crochets en U renversé pour maintenir les stolons dans les pots). Commencez à préparer de nouvelles planches pour les plantations et semis d'automne.

OCTOBRE

▲ **Semer**
Le chou pommé, la ciboulette, l'épinard (variétés d'automne-hiver), la fève, la mâche, le persil, le petit pois.

▲ **Planter**
L'échalote, le fraisier, l'oignon.

▲ **Récolter**
L'aubergine, le basilic, la betterave, la blette, la butternut, la carotte, le céleri, la chayotte, les chicorées, le chou brocoli, le chou de Bruxelles, le chou frisé, le chou-rave, le chou rutabaga, la courgette, l'épinard (variétés d'automne-hiver), le fenouil, la fraise (variétés remontantes), le haricot, la laitue, la mâche, le maïs doux, le navet, l'oseille, la patate douce, le pâtisson, le physalis, le piment, le poireau, le poivron, le potiron, le pourpier, le radis, le radis d'hiver, la rhubarbe, la roquette, la tétrogone, la tomate.

▲ **Préparer et entretenir**
Profitez des derniers beaux jours pour faire beaucoup de compost, qui pourra être utilisé au printemps prochain. N'oubliez pas de repiquer les jeunes fraisiers que vous avez récupérés en septembre sur les plus beaux stolons de votre vieille fraisière. Avant les premières gelées, coupez tout le basilic restant et mettez-le au congélateur ou dans le freezer de votre réfrigérateur pour en avoir tout l'hiver. N'oubliez pas de rentrer les courges et potirons, la plupart étant très sensibles au gel.

NOVEMBRE

▲ **Semer**
La fève, le petit pois.

▲ **Planter**
L'ail et l'oignon, sur buttes pour favoriser le drainage, le chou pommé, l'échalote, la fève, le petit pois.

Calendrier des travaux 151

▲ Récolter

La betterave (variétés tardives), la blette, la carotte, le céleri, la chayotte, les chicorées, le chou brocoli, le chou de Bruxelles, le chou frisé, le chou-rave, le chou rutabaga, l'épinard (variétés d'automne-hiver), le fenouil, la laitue, la mâche, le navet, l'oseille, le panais, le poireau, le radis, le radis d'hiver, la roquette, le salsifis, la scorsonère, le topinambour.

▲ Préparer et entretenir

Coupez les tiges des topinambours et celles des asperges. Continuez à faire du compost avec les dernières feuilles tombées et les derniers résidus de récolte. Laissez en place les paillages de l'été, vous ne les retirerez qu'au début du printemps prochain. En revanche, si vous avez un sol très argileux, travaillez-le grossièrement pour que les alternances gel/dégel cassent progressivement les mottes compactes au cours de l'hiver.

DÉCEMBRE

▲ Planter

Le chou pommé, l'échalote.

▲ Récolter

La betterave, la carotte, le céleri, les chicorées, le chou de Bruxelles, le chou frisé, le chou rutabaga, l'épinard (variétés d'automne-hiver), le fenouil (avant les premières gelées), la mâche, le navet, le panais, le poireau, le radis d'hiver, la roquette, le salsifis, la scorsonère, le topinambour.

▲ Préparer et entretenir

Faites le point sur vos semences pour l'année qui vient. Par beau temps, vous pouvez commencer à nettoyer le jardin (démontage des supports de tomates, etc.), mais veillez à ne pas trop déranger la faune auxiliaire qui s'abrite dans les endroits un peu « fouillis » : tas de bois, d'herbes sèches, etc.



Erasmus+

"Coopér'actif - habiter ensemble, autrement demain"

Projet Erasmus+ 2018-1-FR01-KA201-048236

"Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne.

Cette publication (communication) n'engage que son auteur et la Commission n'est pas responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues."