



Action 9 - Jardin potager

> Fiche pratique

Au jardin puis dans l'assiette, nous sommes en contact direct avec la terre et les aliments que nous produisons. Stopper les pesticides préserve donc également notre santé !

Le bon choix de plantes pour éviter de traiter

Planter ou semer des espèces adaptées au climat local

Faites pousser des végétaux diversifiés et indigènes, en privilégiant les semences bio. Ces plantes adaptées au sol et au climat demandent moins d'engrais et moins d'eau, poussent mieux et sont plus résistantes aux maladies. De plus, elles sont souvent plus riches en vitamines et autres éléments essentiels !



> L'action 9 en bref

- ✓ Je choisis des espèces adaptées au climat.
- ✓ Je planifie une rotation des cultures et choisis les bonnes associations de plantes.
- ✓ J'utilise des alternatives naturelles afin d'abandonner les pesticides.
- ✓ Je favorise les auxiliaires, amis du jardin.

Choisir les bonnes associations

Certaines « plantes compagnes » ont un effet bénéfique mutuel lorsqu'elles poussent côte à côte, favorisant leur croissance et leur résistance globale. Par exemple, les tomates se portent mieux en compagnie de salades que de courgettes. Profitez-en pour optimiser vos cultures !



Mise en pratique détaillée :

«Les associations de plantes», Plateau Picard

Planifier une rotation des cultures

Sans rotation des cultures, le sol ne peut pas se régénérer, les parasites et maladies sont favorisés et la production décline. Changez donc chaque année les légumes que vous faites pousser sur une surface donnée ! Cette diversité vous permettra aussi de découvrir de nouvelles saveurs...

Les alternatives aux traitements chimiques

Opter pour des remèdes naturels

Traitez naturellement, par exemple grâce au purin de prêle, à certaines préparations à base d'ail, de feuilles d'absinthe ou encore d'ortie qui sont de bonnes alternatives aux fongicides de synthèse.

Protéger les auxiliaires, amis du jardin

Les pesticides tuent les chrysopes, coccinelles, syrphes et d'autres prédateurs naturels de ravageurs. Stoppez donc l'utilisation de produits nocifs et attirez les auxiliaires en aménageant des extérieurs accueillants !

> **Voir Actions 1, 3, 5, 11, ...**

Il n'est pas non plus recommandé d'utiliser des engrais chimiques car ils peuvent nuire aux vers de terre et à d'autres auxiliaires du sol. Ces animaux sont pourtant indispensables pour l'aération du sol et sa régénération. Il vaut donc mieux utiliser un engrais naturel comme le purin d'ortie ou de consoude et bien sûr le compost !

> **Voir Action 10**



Combattre les limaces

Vous pouvez placer des barrières anti-limaces ou créer de faux abris sur le sol et les récolter à l'intérieur. Cependant, il est surtout efficace d'aménager un jardin diversifié car il sera propice à la venue d'oiseaux et de hérissons qui raffolent de limaces !

Eviter le désherbage au potager

Le paillage évite le développement trop important de plantes indésirables, avec les avantages de réduire les besoins d'arrosage et de fertiliser le sol. Une autre mesure efficace consiste à réaliser un faux semis afin d'éliminer facilement les indésirables avant de semer. Vous laisserez ainsi le champ libre à vos pousses.

Repousser naturellement les insectes ravageurs

Par exemple, certains insectes présents en trop grand nombre sont tenus à l'écart grâce à des filets à maille fine. Pour d'autres, le purin d'orties et les solutions à base de savon noir sont très efficaces.

Permaculture

La permaculture est une méthode de jardinage qui vise à recréer un écosystème tout en s'appuyant sur le soin de la nature. Ce concept bannit l'utilisation de pesticides et d'engrais chimiques. De plus, certains affirment que la permaculture demande beaucoup moins de travail qu'un jardin traditionnel. Cependant, le passage vers la permaculture nécessite une réflexion et une planification globale, ce qui ne se fait pas du jour au lendemain !

