



L'OMBELLE

N°102
SEPTEMBRE
2014

Bulletin d'Information de
l'Association P.J.H.
62 rue de Tannay, 59660
HAVERSKERQUE
Email lombelle@yahoo.fr
Tel. 03 28 50 05 23

**Notre planète est un jardin
Et ce jardin est le reflet absolu
De notre monde intérieur.**

Permaculture (Permanent agriculture)



A la demande de quelques adhérents, nous allons aborder la permaculture de façon non exhaustive, juste une approche...

C'est avant tout un état d'esprit, une philosophie de vie. Peut-on désirer cultiver son jardin en permaculture tout ne changeant rien à son mode de vie ? La permaculture contribue à la mise en place d'une société durable.

« La permaculture est la conception consciente de paysages qui miment les modèles et les relations observés dans la

nature, visant à obtenir une production abondante de nourriture et d'énergie pour satisfaire les besoins locaux. La philosophie de la permaculture consiste à travailler avec la nature et non pas contre elle. Elle suit une éthique de base et donne des principes qui permettent une intégration harmonieuse des activités humaines au sein des écosystèmes. »

Le concept de la permaculture date des années 1910, par la suite des outils et des techniques furent mis au point dans les années 1940 - 1950 en Australie, USA, Japon par des chercheurs biologistes.

La permaculture concerne évidemment toute notre vie au quotidien. En 1972, le Club de Rome réunissant des scientifiques, des économistes, des fonctionnaires nationaux et internationaux et des industriels de 53 pays s'est fait mondialement connaître par son premier rapport sur « Les limites de la croissance ». Sont ainsi apparues des notions de développement durable et d'empreinte écologique. Les vertus de la croissance sont alors remises en cause, les conclusions du rapport sont une prise de conscience que les ressources ne sont pas inépuisables, une pénurie est prévisible, le futur est même inquiétant pour l'humanité.

La permaculture pourrait bien être un remède, une solution. A l'échelle de l'univers, nous vivons sur un minuscule grain de sable, une toute petite oasis qui regorge de vie, avec un écosystème hyper performant, bien réglé et pourtant extrêmement fragile. Si fragile qu'une seule espèce vivante est en train de tout saccager, polluer, piller. Les ressources fossiles s'épuisent rapidement, les guerres sont permanentes, les pays riches exploitent les plus pauvres. Enrichissement rapide sans penser que derrière nous, il y a d'autres générations, que nos descendants devront vivre avec tout ça. Est-ce que

cela apporte le bonheur ? A voir le nombre de maladies, de cancers, de personnes dépressives, etc., la réponse semble être non.

Ceux qui prônent l'éternelle croissance ont-ils raison ? Les ressources s'épuisent, moins de forêts, moins d'eau potable, etc., et pourtant la consommation ne fait que croître. En 2012, tout ce qui avait été prévu par le Club de Rome a été validé sauf les ressources qui s'épuisent plus vite que prévu. D'après ces scientifiques, si une prise de conscience ne voit pas le jour rapidement, nous allons droit dans le mur.

Alors que pouvons-nous faire à notre échelle ? Je reprendrais l'histoire du colibri, si chère à Pierre Rabhi, qui seul avec sa goutte d'eau tente d'éteindre un gigantesque incendie : à ceux qui se moquent de lui, il répond : « au moins j'aurai fait ma part ».

Si chaque jardinier pouvait apporter sa goutte d'eau, faire sa part, ça ferait déjà beaucoup pour la nature. Avant d'aborder le jardin, juste un exemple souvent cité : le sachet de thé industriel, culture intensive, traitement puis emballage de chaque dose dans un papier, qui lui-même est emballé dans un plastique séparé, toutes les doses étant emballées dans une boîte en carton, elles-mêmes emballées dans un plastique. Au bout du compte, il y a plus d'emballage que de thé, bien sûr il y a eu en plus le transport, etc. Mais ensuite il faut récupérer tous ces déchets, les détruire, parfois heureusement les recycler... Cela génère des sous-produits, des toxines, etc.

L'esprit permaculture, c'est de dire : je vais cultiver dans mon jardin des plantes pour faire des tisanes, zéro transport, zéro intrant en engrais, en arrosage.

Bon, si vous aimez le thé, il y a le thé en vrac, ce qui réduit beaucoup l'emballage.

La permaculture, c'est une façon de vivre qui respecte la nature sans la piller, elle concerne donc l'habitat, l'énergie, l'humain, la production de légumes, l'élevage, toute l'organisation du quotidien.

Nous faisons partie intégrante de la nature, nous devons être conscients de la fragilité des systèmes naturels. Certains disent que l'agriculture intensive consomme quinze calories pour sortir une calorie de nourriture, avec la permaculture une calorie en produira dix.

Beaucoup de légumes sont maintenant cultivés hors sol. Très fragiles, ils sont dépendants de l'homme et de l'apport permanent d'eau, de nutriments, etc. Qu'ils viennent à manquer d'eau et leur survie est rapidement compromise. Mais n'est-ce pas le reflet de notre société ou bien des gens qui ne savent plus rien faire eux-mêmes ? Auparavant, les gens avaient l'habitude de résoudre leurs problèmes, maintenant le moindre petit problème peut tout remettre en cause. A force de manger une nourriture sans force, on perd la nôtre et notre résistance s'affaiblit.

En permaculture, les plantes se gèrent naturellement, l'homme n'a qu'une action minimale.

Principe de la permaculture au jardin

1) Observer et interagir.

Il n'y a pas de solutions toutes faites, ce qui marchera très bien dans un jardin ne fonctionnera pas ailleurs.

Si vous désirez commencer la permaculture, selon le type de sol de votre jardin, vous aurez ou non des résultats la première année, par contre même si votre sol est ingrat les résultats seront bien là quelques années plus tard, le temps de recréer la dynamique du sol, d'y recréer la fertilité, de redonner de la matière organique.

L'observation du sol est importante. De quoi se constitue votre sol ? Quelles sont les plantes qui y poussent naturellement ? Certaines plantes sont dites bio-indicatrices, elles vous permettent de connaître les particularités de votre sol afin de mieux en tirer partie, d'en corriger les excès ou les manques.

La consoude = sol humide, mal drainé.

Chiendent des champs = excès de nitrate et de potasse, sol fatigué et compacté qu'il faudrait régénérer par une prairie naturelle.

Prêle = pousse généralement sur substrat acide, dans un sol humide et mal drainé, souvent en présence d'une nappe phréatique de surface, sols non structurés ou déstructurés.

Rumex = sol saturé en eau, compact, il était très cultivé au Moyen Âge sous le nom de Patience.

Liseron = sol lourd et argileux, riche en azote, terre asphyxiée par trop de matière organique et d'eau.

Pâquerette = sol argileux à tendance acide, décalcification, début d'érosion et de lessivage.

Ortie = sol riche en azote, excès de matière organique, végétale ou animale. Pollution par rapport au fer, boîtes de conserve ou vieilles ferrailles.

Chardon commun = excès de matière organique, d'engrais azotés ou d'épandage de fumier non compostés provoquant un blocage du phosphore.

Renoncule rampante = indique un engorgement en eau et en matière organique, sol compact.

Mouron blanc = indique une terre équilibrée, un sol en bonne santé.

Céraiste commun = sol riche en matière organique et en azote.

Menthe rothodifolium à feuilles rondes = engorgement en eau et en matière organique, piétinement du sol.

Pissenlit = engorgement en matière organique animale, compactage des sols riches en calcaire, s'il n'est pas dominant, c'est un indicateur de prairie riche, dans le cas contraire il révèle des sols engorgés et compacts.

Bourse à pasteur = variation hydrique importante sur des terrains limoneux et sableux, compactage des sols riches en calcaire avec blocage de phosphore et de potassium.

Cerfeuil doré = engorgement du sol par un excès de matière organique.

2) Récupérer, recycler

Nous sommes dans une société qui nous crée sans cesse de nouveaux besoins artificiels, il faut consommer, changer, produire, mais tout est prévu, on nous aide à nous débarrasser des déchets, on met à notre disposition des bacs à ordures, des déchetteries, etc. Il y a même des bacs à déchets verts, un non-sens incroyable. Quand je pense à mon grand père qui récupérait des clous tordus, les redressait pour s'en resserrer, c'est vrai qu'en ce temps-là le mot « déchet » n'existait pas.

Attention, le progrès a aussi du bon, il ne faut pas tout rejeter d'un bloc.

Un jardin en permaculture ne produit pas de déchets (déchets = ce que l'on ne peut pas réutiliser), rien ne sort du jardin tout est réutilisé et il n'y a que peu d'intrant également.

Chez les particuliers, on voit de plus en plus de toilettes sèches, ce qui est une bonne chose.

On observe également les ressources :

- **L'eau** : terrain sec ou non, si le terrain est vraiment trop sec pour une culture de surface, des arbres résisteront car leurs racines plongent à des profondeurs impressionnantes pour trouver l'eau.

- **Le soleil** : la plupart des plantes que nous cultivons sous nos climats ont besoin de soleil, certains légumes comme la salade, les choux peuvent se contenter de la mi-ombre, mais les fruits et les fleurs ont grand besoin de soleil

- **Le vent** : le vent n'est pas anodin, il fait baisser la température, l'hydrométrie, provoque une évaporation excessive.

A partir de ces observations, on aménagera son terrain, par exemple d'une haie champêtre pour que les plantes soient bien à l'abri, d'une clairière pour que le soleil entre et on sélectionnera des plantes adaptées à chaque situation.

Il est bien d'avoir des contacts avec ses voisins, avec des personnes plus âgées, ils vous renseigneront sur ce qui pousse facilement dans leur jardin, sur les plantes bien adaptées au climat, ce sera pour vous un point de départ.

Le paillis sera utilisé pour conserver le plus possible d'humidité si le terrain est trop sec, un compost permettra d'apporter les matières nutritives, toute la matière organique sera compostée, on utilisera le BRP (Bois Raméal Fragmenté issu du broyage), etc. En permaculture, on réduit les arrosages au minimum et l'eau du robinet n'est jamais utilisée, on récupère l'eau de pluie ou on se sert de l'eau d'une mare.

Il faut toujours s'adapter, observer, comprendre les actions et réactions, la permaculture ne se met pas en place rapidement et il faut savoir utiliser ses échecs pour mieux avancer.

Lors de la visite du jardin de notre vice-président, Julien Péret nous a expliqué ce qui n'a pas marché dans son jardin et comment il a utilisé ses échecs pour trouver les bonnes solutions, chaque geste a des conséquences positives ou négatives qui modifient parfois le projet initial.

3) Hiérarchiser

Au début, il faut aller à l'essentiel, on commence par de petites choses et peu à peu, le projet se met en place, on augmente ensuite lentement, on peut alors s'intéresser aux détails. La complexité s'organise, la vie arrive, on utilise et on met en valeur la biodiversité, plus besoin de labourer, plus besoin d'arroser. Le jardin est rempli de collaborateurs qui vont nous aider à le rendre riche en humus.

4) Recréer l'humus du sol

Toute la vie du sol contribue à la formation de l'humus, les nombreux vers de terre, les champignons, les insectes, les bactéries.

Même la taupe si souvent décriée travaille pour nous, ses galeries aèrent le sol, le draine.

L'aération du sol se fait également grâce au système racinaire des plantes, un pied de blé a, paraît-il, 200 km de racines, je n'ai pas mesuré mais ce qui est sûr, c'est que lorsque que l'on cueille un légume, une fleur il vaut mieux laisser le système racinaire en place. Les racines mortes formeront tout un réseau d'aération, sans intervention de l'homme.

Plus besoin de labourer : on utilise la grelinette. Bon, il est évident que dans un sol argileux la grelinette a du mal à s'enfoncer, il faut donc démarrer par le début, il faut recréer la fertilité. La première année, on peut commencer par apporter du BRF jusqu'à 7 cm que l'on incorpore superficiellement au sol ; on y ajoute au-dessus de la paille, du compost, des cartons. Vous verrez qu'un an plus tard, le sol a déjà changé. La deuxième année, on remet du compost que l'on peut incorporer à la fraise.

Obtenir un sol riche en humus prend du temps, mais ensuite ce n'est que du bonheur ! Lorsque le sol est devenu riche en humus, on ne le retournera plus car il sera naturellement décompacté.

4) Créer de petites allées dans le jardin

On ne devrait jamais piétiner le sol, lorsqu'on l'a reconstruit, celui-ci est riche en humus, très aéré (80% d'air). Si l'on veut le conserver ainsi durant des années, des petites allées serviront de passages obligatoires, plus question de poser un pied, un genou, une main sur le sol cultivé. Le sol végétal ne doit en aucun cas être recompacté. Dans un tel sol, il est facile de repiquer les plantes à la main, sans utiliser d'outil.

Le désherbage se fera juste après la pluie, les plantes s'enlèveront facilement.

5) Conserver l'humus

Pour cela on restitue à la terre autant que l'on a prélevé, afin de ne pas appauvrir le sol. Finie l'évacuation des déchets verts, toute la matière organique est réutilisée pour la vie du sol.

Lorsqu'on a réussi à créer un complexe organo-humique, c'est gagné, plus besoin d'arroser. Tous les êtres vivants dans le sol contribuent à former ce complexe organo-humique (structure formée d'argile et d'humus qui s'agglomèrent pour former un réservoir à nutriments). Sans ce complexe, tous les éléments nutritifs du sol seraient lessivés par la pluie. Bon, c'est beaucoup plus compliqué que cela, mais c'est une première approche.

Lors de fortes pluies, on voit des coulées de boues qui proviennent des champs, les vers de terre sont tués par les engrais azotés, les pesticides et autres. De ce fait, le complexe organo-humique n'existe plus, le sol n'est plus stable.

6) Techniques et conclusion.

Il n'existe pas de technique prête à l'emploi pour l'ensemble des jardins, chaque technique est à adapter. Certains prônent la culture sur buttes, d'autres le jardinage bio-intensif (on commence par un double bêchage pour bien aérer le sol (60 cm de profond) mais attention, sans retourner les couches du sol), c'est à chacun d'adapter ce qui lui convient ou ce qui convient à son jardin.

La permaculture, c'est l'écoute de la nature, l'écoute de soi, l'observation, une façon de vivre en harmonie avec le vivant.

Chaque jardin est différent, on le voit bien lors de nos visites avec PJH, en permaculture les jardins sont également différents mais tous ont la même philosophie, le respect de la nature et de la vie.



Mais tout compte fait, la permaculture c'est tout simplement le bon sens qu'avaient nos ancêtres, lorsque l'humain vivait avec et grâce à la Nature avec pour seule énergie sa force physique, aidé de sa connaissance profonde des lois de la Nature.

Arbustes

Viburnum plicatum 'Kilimandjaro'



Petit, deux mètres environ de haut, au port pyramidal, le viburnum Kilimandjaro est une nouveauté très intéressante à plusieurs titres.

Ses grandes fleurs plates, délicates, d'un blanc immaculé ne laissent personne indifférent. Personnellement je l'ai trouvé sublime ! Je n'ai pas encore vu sa fructification qui forme, paraît-il, des masses de baies rosées, virant au rouge vif en fin d'été.

Les feuilles prennent une jolie nuance rouge foncée à l'automne.

En fait c'est un arbuste aux multiples attraits que vous pouvez planter en isolé ou en massif, si possible en situation ensoleillée où il fleurira plus, néanmoins la mi-ombre peut lui convenir, il a besoin d'un bon sol fertile, riche en humus, drainé, dix à quinze centimètres de gravier au fond du trou à 60, 70 cm de profondeur, les sols secs ne lui conviennent pas du tout. N'oubliez pas de l'arroser régulièrement la première année de plantation.

Physocarpus 'Amber Jubilé'



Encore une nouveauté récente d'un grand intérêt ornamental, issue d'un croisement entre les physocarpus diablo et dart's gold.

Il offre dès le printemps et tout au long de l'année, un éventail unique de couleurs aux nuances jaunes, orangées évoluant vers les rouges en fin d'été, vraiment superbe.

Son nom : Amber Jubilé lui fut donné en l'honneur du jubilé de diamant de la reine Elizabeth en 2012.

Ses fleurs blanches sont légèrement odorantes et sont suivies de baies rouges appréciées des oiseaux.

A planter dans un sol riche et humifère, de préférence au soleil qui colorera davantage encore son beau feuillage.

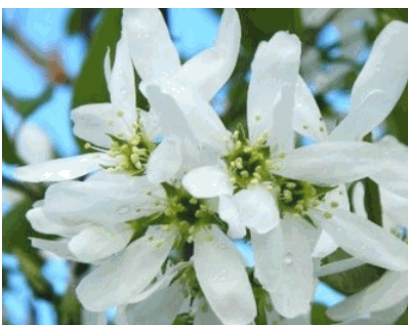


Amélanchier lamarckii Ballerina

Joli arbuste pouvant atteindre 6 m de haut, son feuillage démarre couleur bronze au printemps, passe ensuite au vert foncé l'été et vire au rouge orange écarlate l'automne.

Au printemps, l'arbuste se couvre complètement d'une profusion de grandes fleurs blanches délicates, en forme d'étoiles, de plus ses fruits sont comestibles.

A planter au soleil dans un sol riche, drainé mais humide.



Aegopodium podagraire (Herbe aux goutteux)



Qui n'a pas un jour pesté contre cette plante envahissante qui une fois installée est quasiment impossible à déloger. On a beau bêcher et enlever la moindre petite racine, il en reste toujours un petit morceau qui redémarre en catimini et si l'on n'y prend garde, en peu de temps il reforme une colonie bien opulente...

C'est le plus souvent à l'occasion des bourses d'échange de plantes, qu'on a plaisir à la ramener sans s'en rendre compte. Attention si vous n'y prenez garde, elle sera capable de faire disparaître vos plantes vivaces et même vos rosiers ne résisteront pas à son invasion. Malheureusement lorsqu'elle est bien implantée, le combat est quasiment perdu d'avance et je crois bien

qu'il vous faudra continuer à enlever les racines d'année en année. Mais peut-être que le fait de l'arracher systématiquement dès sa repousse, finira par l'épuiser, une solution consisterait à enlever le plus possible de racines, puis de couvrir le sol d'un plastique noir pendant au moins deux ans.

La plante se multiplie par rhizomes mais également par semis et une seule fleur contient des dizaines de graines.

Vous tomberez peut-être sous le charme de sa cousine, l'ægopode podagraire variégatum, variété aux fleurs vert grisâtre bordées de blanc crème, du plus bel effet pour illuminer un coin à mi-ombre. Pas aussi envahissante que la variété type, je vous conseillerai néanmoins d'enfouir un bidon plastique dans le sol, percez des trous au fond et plantez-la dedans, je pense que c'est la seule manière de la maîtriser.

Mais heureusement dans la vie, tout n'est jamais tout noir ou tout blanc !

Savez-vous que l'aegopodium était cultivée au moyen âge comme culture vivrière et herbe médicinale, d'ailleurs son nom : herbe aux goutteux vient du fait qu'elle soigne, en infusion, efficacement les rhumatismes, l'arthrite, la goutte, les troubles de la vessie et des intestins. En externe, on l'applique en cataplasmes sur les brûlures, piqûres, douleurs articulaires.

Au printemps, les jeunes feuilles s'utilisent en potage, quiche, gratin ou salade, sa teneur en vitamine C est quatre fois supérieure à celle de l'orange, elle est également riche en minéraux, oligo-éléments et flavonides. Sa décoction permet d'éliminer l'acide urique qui provoque la goutte (40g de feuilles séchées par litre d'eau que l'on boit dans la journée).

Ah, ah ! tout ça... Notre regard sur cette invasive risque de changer, surtout au printemps prochain au moment où les jeunes feuilles sortiront... A essayer et adopter. Tout compte fait, la manger crue en salade de printemps ou cuite en préparations diverses jusqu'en octobre est peut-être la bonne solution pour l'éradiquer ! Attention à ne pas se tromper de plante.



Soupe à l'ægopode

Ingrédients :

- 1 oignon coupé finement
- 1 carotte
- ¼ de céleri coupé finement
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 L d'eau, 1 bouillon de légumes
- 200 gr de pommes de terre coupées
- 400 gr d'ægopode coupée.
- Crème fraîche

Faire revenir les trois premiers légumes dans l'huile d'olive, verser l'eau bouillante dessus. Lorsque c'est cuit, passer au moulin à légumes ou au mixer, dans ce potage faire cuire l'ægopode et les pommes de terre avec le bouillon de légumes, rectifier l'assaisonnement et ajouter la crème.