



GUIDE

**JARDINEZ
AU NATUREL**



Avec ce guide pratique du jardinage au naturel, le Syndicat Bil Ta Garbi souhaite vous apporter quelques pistes à développer pour réduire le poids de votre poubelle tout en montrant les bénéfices pour votre jardin.

En effet, si la mission principale du Syndicat Bil Ta Garbi est le traitement des déchets ménagers, il met en œuvre de nombreuses actions de sensibilisation du public à la réduction et au tri des déchets. En 2009, le Syndicat Bil ta Garbi a signé avec l'ADEME* un Programme Local de Prévention qui prévoit de réduire de 7% la production de déchets. Les actions de compostage et de jardinage au naturel participent à cette réduction.

Un premier pas avec le compostage

En compostant ses déchets fermentescibles (épluchures de fruits et légumes, marc de café, sachets de thé,...), on les transforme en amendement pour son jardin et/ou ses plantes. Ainsi, grâce au compostage à la maison, chaque année, un habitant évite de produire 40 kg de déchets. Un guide pratique du compostage est déjà disponible sur www.jetonsmoinsdionsplus.fr.

Le jardinage au naturel pour aller plus loin

Bien d'autres déchets issus de la pratique du jardinage peuvent être évités en adoptant de nouveaux gestes :

- Réduction de la quantité de déchets dangereux à traiter en limitant l'usage de produits phytosanitaires.
- Réduction des quantités de déchets végétaux apportées en déchetteries en réutilisant les déchets verts de son jardin : pratique du paillage, du compostage, du mulching,...

Ce guide a été réalisé suite à la formation de M. Jean-Pierre Auffret, intervenant à l'association des Jardiniers de France, et grâce à ses précieux conseils.



Sommaire

Avant de commencer | page 3 & 4

Enrichir le sol
et économiser l'eau | pages 5 & 6

Soigner « naturellement » | pages 7 & 8

Les plantations | pages 9 & 10

Le Syndicat Bil Ta Garbi
vous accompagne | page 11

Avant de commencer...

Organiser son jardin

Le jardinier au naturel doit penser son jardin : orienter le potager en fonction du soleil, placer le composteur dans un endroit ni trop au soleil, ni trop à l'ombre, installer des haies, des murets, des points d'eau, qui accueilleront la biodiversité.

Utiliser les bons outils

- Fourche-bêche, grelinette et rotogrif vous permettront de travailler votre sol sans pour autant retourner complètement la terre et désorganiser le sol.

POUR LA PETITE HISTOIRE !

Inventée par Jean Grelin, la grelinette est l'outil emblématique du jardinage au naturel. Pourvue de deux manches et de 3 à 5 dents, elle décompacte la terre sans la retourner, préservant ainsi l'activité biologique des différentes couches du sol. Une fois enfoncée dans le sol, on ramène les manches de l'avant vers l'arrière, sans se fatiguer... ou presque.

- Pour un désherbage manuel, vous pouvez utiliser le sarcloir ou la binette.

ASTUCE POUR DÉSHERBER !

Pensez à récupérer votre eau de cuisson des pommes de terre, riz ou pâtes et versez-la encore chaude sur les mauvaises herbes. Cette technique doit être réservée aux zones peu sensibles du jardin : allées, terrasses, escaliers...

- Au moment de semer, cordeau, serfouette, boîte à semis vous permettront de faire des semis bien droits, plus faciles à désherber.



Les éco-gestes du jardinier

- N'achetez que le nécessaire et pensez aux vide-greniers ou sites d'achats d'occasion sur Internet qui permettent de s'équiper à moindre coût.
- Entretenez bien votre matériel pour le garder plus longtemps (bien rangé, nettoyé).
- Pour les usages occasionnels (ex : tronçonneuse, broyeur), plutôt que d'acheter, empruntez (à vos amis, famille, voisins) ou louez.
- En cas de panne, ne jetez pas trop vite votre matériel, pensez réparation ! Un annuaire de la réparation est disponible sur le site www.jetonsmoinsstrionsplus.fr

Accueillir la biodiversité au jardin

Coccinelles, oiseaux, perce-oreilles ou hérissons sont des prédateurs des pucerons, limaces ou autres ravageurs et sont donc des alliés utiles pour le jardinier. Par exemple la mésange se charge des pucerons et chenilles des arbustes, la grive s'attaque aux limaces et autres escargots. Afin d'accueillir ces précieux auxiliaires, il faut leur laisser des abris dans le jardin.

Des haies, des fleurs, des zones sauvages

- Leur allure touffue accueille de nombreuses espèces d'oiseaux et les feuilles mortes tombées à leurs pieds seront le refuge des coccinelles, scarabées...
- Leurs fleurs, dès la fin de l'hiver pour les plus précoces et jusqu'à la fin de l'automne, ainsi que leurs fruits permettent de nourrir les insectes pollinisateurs et de nombreux oiseaux.

Des nichoirs et des abris

- Afin d'accueillir les oiseaux, vous pouvez installer un nichoir dans votre jardin et pour les aider à passer l'hiver, installer une mangeoire garnie de graines de tournesol ainsi que de l'eau.
- Des fagots de bois et des tiges creuses dans les haies abriteront les hérissons, et les insectes prédateurs des pucerons.
- Des pots de fleurs garnis d'herbes sèches suspendus dans les arbres fruitiers et les rosiers attireront les perce-oreilles, grands dévoreurs de pucerons.
- Vous pouvez également installer des maisons pour insectes (abris d'hivernage pour les coccinelles, chrysopes, abeilles solitaires).



Connaître son sol

Avant de commencer à le travailler, le jardinier doit observer son sol (sa texture, sa structure, son pH) :

- **Est-il argileux ?** Imperméable, il retiendra bien l'eau mais la pénétration des racines y sera difficile.
- **Est-il sableux ?** Perméable, il faudra souvent l'arroser par contre il sera idéal pour faire pousser les carottes et les plantes racines.
- **Y-a-t-il de nombreux vers de terre ?** C'est le signe d'une terre aérée et biologiquement active.

Enrichir le sol et économiser l'eau

Plusieurs moyens existent pour réduire la consommation en eau et enrichir le sol en reproduisant ce qui se passe dans la nature.

Penser au paillage

Le paillage est une technique qui consiste à recouvrir le sol de matériaux organiques, minéraux, pour le nourrir et le protéger. Ces matériaux sont déposés au pied des plantes et des massifs. Il existe différentes sortes de paillis réalisés à partir de tontes de gazon, feuilles mortes, déchets du jardin broyés,...

LES AVANTAGES DU PAILLAGE

- Il limite la croissance des herbes indésirables.
- Il limite les arrosages en diminuant l'évaporation de la terre.
- Il apporte un peu de matière organique au sol, favorise sa vie biologique et en limite le tassement.
- Il protège le sol de la chaleur et du soleil en été et du froid en hiver.

Pratiquer le mulching

Le mulching est une technique de fertilisation naturelle, c'est un paillage à partir de matières fraîches. Par exemple, la tondeuse mulcheuse (carter fermé et lame bifonction : coupe et hachage) permet d'obtenir un gazon en fines particules qui restera sur place : plus besoin de sac à herbe. Cette technique évite le ramassage puis la gestion des tas d'herbe.

LES AVANTAGES DE CE TYPE DE MULCHING

Il permet de fertiliser le sol : l'herbe étant composée à 90% d'eau, sa dégradation s'opère naturellement et permet de nourrir le sol.



Utiliser des engrais verts

Les engrais verts sont des plantes à croissance rapide qui occupent la terre restée nue après la récolte comme par exemple la moutarde, la phacélie, le sarrasin, la féverole...

LES AVANTAGES DE L'UTILISATION DES ENGRAIS VERTS

- Ils capturent les reliquats d'éléments fertilisants présents dans le sol et empêchent ainsi qu'ils soient emportés par les pluies vers les ressources en eau et perdus pour les plantes.
- Ils enrichissent le sol en humus et contribuent à améliorer sa structure : élément clé d'un sol fertile.
- Ils évitent le développement d'herbes indésirables.

Ajouter des amendements

Un amendement est un produit d'origine minérale ou organique, que l'on ajoute à la terre.

LES AVANTAGES DE L'UTILISATION DES AMENDEMENTS MINÉRAUX

Ils augmentent le pH des sols acides en les rendant plus neutres. Ainsi la majorité des éléments minéraux sont mieux assimilés par les plantes. Ils exercent également une action positive sur les phénomènes à l'origine du tassement du sol.

Exemple :

- la chaux pour neutraliser l'acidité ;
- le sable pour supprimer l'effet collant des sols argileux ;
- la cendre de bois qui contient du potassium à hauteur de 5% en moyenne, ainsi que du phosphore, du fer, ...

LES AVANTAGES DE L'UTILISATION DES AMENDEMENTS ORGANIQUES

Les amendements organiques sont issus de la décomposition des végétaux (compost) ou de fumures d'animaux. Ils permettent d'améliorer la structure du sol en facilitant la circulation de l'air et de l'eau. Les racines pénètrent plus facilement et les éléments fertilisants sont mieux stockés.

Le compost peut être réalisé en tas ou dans un composteur, dans un coin du jardin. Pour plus de renseignements, rendez-vous sur le site www.jetonsmoinstrionsplus.fr

Installer un récupérateur d'eau de pluie

L'arrosage est une des clés d'une plante en bonne santé, le récupérateur d'eau de pluie permet d'obtenir une eau gratuite, abondante, sans puiser dans les ressources.



Soigner “naturellement”

Les extraits fermentés de plantes ont des actions fertilisantes, insecticides ou fongicides selon leur degré de macération.



La fougère

Contre quoi ?

Le purin de fougères est tout indiqué pour repousser les pucerons de vos plantes et légumes. Il permet également de lutter contre les acariens, cochenilles, cicadelles et taupins.

Comment l'utiliser ?

Plongez 1 kg de fougères dans 10 litres d'eau de pluie. Laissez macérer pendant une dizaine de jours.

Le purin de fougère s'utilise en pulvérisation sur vos légumes, fruitiers ou plantes ornementales. Le mélange a une durée d'action d'environ 1 semaine. Si les pucerons sont toujours là, répétez l'opération.

En plus, je peux aussi utiliser la fougère en paillage contre les limaces

En se décomposant, les feuilles de fougères attirent puis empoisonnent les limaces et escargots grâce au formaldéhyde qu'elles dégagent. Une fois bien décomposées vous pouvez ensuite les ensevelir pour fertiliser votre sol. Placez-les en fin d'automne et laissez-les en place jusqu'au printemps.

Les orties

Contre quoi ?

Le purin d'orties est un répulsif naturel contre les pucerons et acariens. Il permet également de prévenir certaines maladies.

Comment l'utiliser ?

Plongez 1 kg d'orties fraîches dans 10 litres d'eau de pluie. Couvrez.

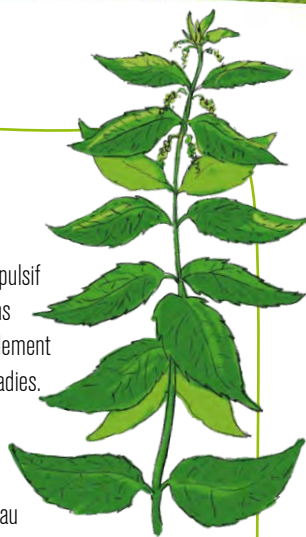
Laissez macérer pendant 15 jours. Filtrez la préparation. Diluez 1 volume de préparation pour 9 volumes d'eau puis pulvérisez sur les feuilles.

En plus, j'utilise l'ortie comme engrais naturel

Une macération d'orties peut aussi servir d'engrais naturel car elle va stimuler la croissance des plantes et en fortifier ainsi les défenses naturelles.

Plongez 1 kg d'orties fraîches dans 10 litres d'eau de pluie. Laissez macérer pendant 1 jour. Utilisez sans dilution en engrais au pied des plantes.

Des feuilles d'ortie jetées directement dans son compost permettent de l'enrichir. De même, il est possible de déposer quelques feuilles d'orties au fond du trou avant de mettre le plant de tomate. En effet, l'ortie est très riche en azote et la tomate en a besoin. Ces quelques feuilles, apportées à la plantation, vont nourrir la tomate pendant les premières semaines.





La prêle

Contre quoi ?

La décoction de prêle a une action fongicide et permet de lutter contre les maladies cryptogamiques : mildiou, rouille, oïdium, cloque...

Comment l'utiliser ?

Hachez 200 g de prêle fraîche. Laissez macérer quelques heures dans 2 litres d'eau. Ensuite portez le mélange à ébullition pendant 30 mn. Laissez refroidir une journée puis filtrez.

En prévention du mildiou, et en remplacement de la bouillie bordelaise, pulvérisez sur les feuilles de tomates une fois par semaine en 3 pulvérisations : 1^{er} jour, 8^{ème} jour et 15^{ème} jour. Ne pas conserver au-delà du 15^{ème} jour.

La sauge officinale

Contre quoi ?

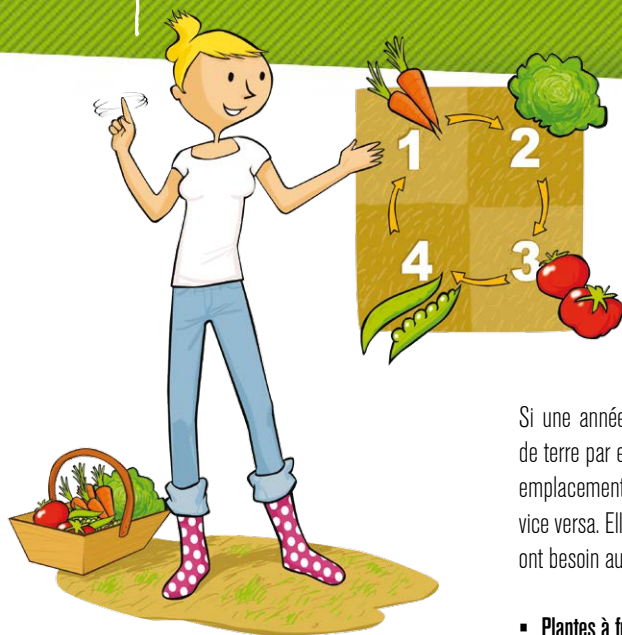
La décoction de sauge permet de traiter des tomates (et autres plantes) déjà atteintes par le mildiou.

Comment l'utiliser ?

Faites bouillir 1 litre de lait demi-écrémé. Jetez 100 g de sauge officinale dans le lait bouillant. Laissez bouillir, à petit feu, pendant 30 mn. Laissez refroidir. Filtrez. Diluez 1 volume de préparation pour 9 volumes d'eau puis pulvérisez sur le feuillage sain et les pieds des tomates, après avoir enlevé toutes les feuilles et tous les fruits tachés. Utilisez ce mélange dans les 24 heures.



Les plantations



Alterner
les plantes qui
ont des besoins
différents

Si une année vous plantez des plantes à racines (pomme de terre par exemple), l'année suivante, plantez plutôt à leur emplacement des plantes à feuilles, comme des épinards, et vice versa. Elles ne vont pas chercher les éléments dont elles ont besoin au même endroit.

- **Plantes à fruits** : cucurbitacée, maïs, haricot . . .
- **Plantes à fleurs** : chou-fleur, engrais vert jusqu'à la floraison.
- **Plantes à feuilles** : chou, épinard, salade, poireau . . .
- **Plantes à racines** : pomme de terre, céleri, betterave, oignon, carotte . . .

Pratiquer la rotation des cultures

Alterner les familles botaniques

Pensez à ne pas cultiver plus de deux années consécutives des plantes de la même famille au même endroit car les maladies et les prédateurs sont souvent communs aux plantes d'une même famille.

PRINCIPALES FAMILLES BOTANQUES :

- *Chénopodiacées : betterave, épinard, poirée . . .
- *Astéracées (ou Composées) : artichaut, endive, laitue . . .
- *Brassicacées (ou Crucifères) : chou, navet, radis . . .
- *Cucurbitacées : concombre, courgette, melon . . .
- *Fabacées (ou Légumineuses) : haricot, lentille, pois . . .
- *Liliacées : asperge, ciboulette, poireau . . .
- *Apiacées (ou Ombellifères) : carotte, céleri, persil . . .
- *Solanacées : piment, poivron, tomate . . .

De plus, certaines cultures ont plus ou moins besoin d'amendement :

- **Cultures exigeantes** : aubergine, artichaut, betterave rouge, carotte, céleri, chou, concombre courgette, épinard, fenouil, fraisier, maïs, oignon, poireau, poivron, pomme de terre, rhubarbe, tomate.
- **Cultures peu exigeantes** : ail, échalote, asperge, cerfeuil, cornichon, cresson, échalote, fève, haricot vert, laitue, mâche, pois, radis, salade.
- **Cultures moyennement exigeantes** : les autres légumes.

Pratiquer les associations de plantes

Certains voisinages sont favorables aux légumes, d'autres sont défavorables. Par exemple, la carotte repousse la mouche du poireau et le poireau repousse la mouche de la carotte. Il est conseillé de les placer à côté.

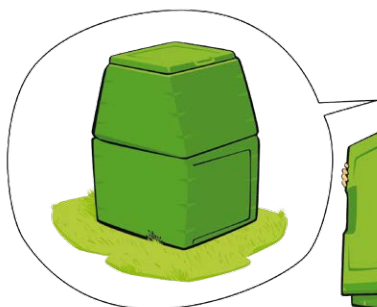


	Associations favorables	Associations défavorables
Betterave	céleri, chou, laitue, oignon	asperge, carotte, poireau, tomate
Carotte	ciboulette, poireau, radis, tomate, persil	betterave
Courgette	basilic, maïs, pomme de terre	radis
Concombre	asperge, chou, ciboulette, laitue	pomme de terre, radis, tomate
Fraise	ail, épinard, laitue, navet, oignon, thym	chou
Haricot	aubergine, carotte, céleri, chou, épinard	ail, betterave, oignon
Laitue	betterave, carotte, fraisier, radis, poireau	persil
Poireau	asperge, carotte, fenouil, fraisier, tomate	betterave, chou, persil, pois, poivron

Le Syndicat Bil Ta Garbi vous accompagne

Où se procurer un composteur ?

Consultez le site www.jetonsmoinstrionsplus.fr
rubrique « j'habite à » ou contactez-nous
au 05.59.44.26.48 ou contact@biltagarbi.fr



Des formations gratuites aux méthodes et à la pratique du jardinage au naturel pour aller plus loin...

Trois jardins de démonstration ont été mis en place sur le territoire du Syndicat.
Ils vous proposent des ateliers gratuits d'initiation au compostage et au jardinage
au naturel (inscriptions obligatoires).

Contact des trois jardins partenaires du Syndicat :

- La Plaine d'Ansot - Maison des Barthes - 64100 BAYONNE.
Direction du patrimoine naturel et environnemental :
05 59 42 22 61 - museum@bayonne.fr - www.ansot.bayonne.fr
- Le Jardin du TROCŒUR - Bourg - 64520 BARDOS.
Association Aïma : 06 83 56 54 49 - sigrid.dumaz@gmail.com
<http://aïma.over-blog.com/> - <http://www.aïma-letrocœur.org/>
- Le Jardin botanique littoral Paul Jovet - 31 avenue Gaëtan Bernoville - 64500 SAINT-JEAN-DE-LUZ.
Ville de Saint-Jean-de-Luz. Inscription : 05 59 44 26 48

Des sites pour aller plus loin

www.jardinaunaturel.org

www.binette-et-cornichon.com (rubrique purins et décoctions).





Retrouvez d'autres éco-gestes qui font la différence sur www.jetonsmoinstrionsplus.fr

Ce guide vous est remis par :



2, allée des Platanes - BP 28555 - 64185 BAYONNE CEDEX
Tel. : 05 59 44 26 44 - contact@biltagarbi.fr - jetonsmoinstrionsplus.fr