



Retournement du tas de compost.

broyeur». C'est effectivement mon principal outil pour découper les déchets végétaux trop longs que je mets à composter. En les laissant entiers, ils finiraient aussi par se décomposer, mais cela prendrait beaucoup plus de temps. J'ai aussi remarqué que les longues tiges rendent pénibles les retournements du tas de compost, car on est alors obligé de soulever une grosse masse végétale d'un seul coup, ce qui n'est pas du tout ergonomique. Je préfère donc passer du temps à les couper tranquillement lors de la constitution du tas. Tiges de sureau, de fève, de haricot, de tomate, de topinambour... elles prennent toutes quelques coups de sécateurs, pour les réduire en tronçons de 5 à 10 cm environ. Beaucoup d'autres matériaux constituant le compost n'ont pas besoin d'être découpés : feuilles, tontes, vieux paillis...

Lors de la constitution du tas de compost, j'apporte une attention particulière à l'empilement de couches de déchets verts et de déchets secs alternativement, en arrosant après le dépôt d'une couche de matériaux secs. En prenant mon temps pour constituer le tas de compost, je suis sûr qu'il « fonctionne » à tous les coups. C'est-à-dire que sa température va monter vers 50 °C en un ou deux jours, signe d'une activité microbienne intense. Je suis ainsi récompensé à chaque fois du temps passé à le préparer. Je profite aussi des retournements du tas, au moins une fois par mois, pour observer son évolution, ajouter de l'eau si nécessaire. Je dois également faire attention de ne pas blesser un orvet en le transperçant d'une dent de fourche, ce qui malheureusement m'est arrivé une fois. Depuis, je retourne les tas plus précautionneusement.



Un compost fait dans les « règles de l'art » fonctionne à coup sûr.

Privilégier les vivaces et les semis spontanés

L'une des façons de s'économiser au jardin, d'éviter des gestes inutiles, c'est tout simplement de laisser faire, ou d'en faire le moins possible, par exemple en privilégiant les vivaces et en favorisant les semis spontanés.

Les vivaces

Les légumes qui restent en place d'une année sur l'autre demandent moins de travail que ceux devant être semés ou plantés tous les ans. Ils nécessitent de l'attention au moment de leur installation, à réaliser au bon endroit puisqu'ils resteront en place plusieurs années, mais ensuite se contentent d'un suivi minimaliste : arrosage en été, désherbage, éclaircissage pour les espèces envahissantes. La plupart de ces vivaces trouvent davantage leur place en bordure du potager, car ainsi elles ne gênent pas l'installation des légumes annuels, et aussi parce que certaines d'entre elles sont volumineuses, comme l'artichaut ou la rhubarbe, ou envahissantes, comme l'hélianthus et le topinambour. Parmi les vivaces, citons aussi l'asperge, la livèche, l'oignon rocambole, le poireau perpétuel, la roquette vivace, ou encore le fraisier, bien que ce dernier aime à changer d'endroit tous les trois ou quatre ans pour rester productif. Les plantes sauvages sont aussi des vivaces, qui n'ont généralement pas besoin d'être semées.

Consommez les plantes sauvages

Une autre manière de passer moins de temps à travailler au potager, c'est de consommer les plantes sauvages, notamment au début du printemps. C'est une bien meilleure idée que de s'embêter à faire pousser des laitues sous tunnel plastique par exemple, et vous pouvez préparer des salades beaucoup plus variées. Parmi les espèces comestibles, citons l'ail des ours, la bourse-à-pasteur, la mauve, l'ortie, le pissenlit, le plantain, la roquette, le trèfle... Plus tard en saison, régaliez-vous avec le chénopode ou le pourpier.

Les semis spontanés

Laisser fleurir puis grainer sur place certains légumes offre plusieurs avantages : vous nourrissez insectes et oiseaux, et une partie des graines qui tombent au sol germeront spontanément. Votre travail consiste juste à biner légèrement la terre pour favoriser l'implantation des jeunes pousses, et à éclaircir ces dernières, car elles germent généralement en grand nombre. Ces semis spontanés nécessitent un peu de place, car bien sûr il faut du temps entre la montée à graines et l'installation de la génération suivante, ce qui mobilise une partie du potager. Vous pouvez d'ailleurs consacrer un coin plus ou moins sauvage pour laisser se succéder de la sorte un mélange de légumes. C'est ce que j'ai fait en associant au fond du jardin, des blettes, des arroches et des choux kales. Au printemps, je laisse également fleurir les derniers pieds de mâche dont les graines attendront la fraîcheur de l'automne suivant pour germer.



Privilégiez les légumes vivaces, comme ici l'oignon rocambole.



La mauve, plante sauvage à consommer en salade.



Semis spontané d'arroche.

Prendre soin de ses mains

Contrairement à ce que l'on pourrait imaginer, les opérations de jardinage demandent souvent du doigté et de la précision. Il en est ainsi des semis, des repiquages, de la taille, des cueillettes, etc. Tous ces travaux de précision sont beaucoup plus faciles à effectuer sans gants. Pour ma part je n'en porte que lorsque j'ai à manipuler des plantes à poils urticants, comme l'ortie, ou à épines, comme les ronces ou les rosiers, ou pour ramasser du foin pouvant contenir des chardons. Je réalise tous les autres travaux sans gants. Au printemps, pour éviter l'apparition de crevasses suite à un travail prolongé les mains nues dans la terre, je passe du beurre de karité sur mes mains en fin de journée.



Avoir la main verte...
La dextérité est en effet un atout indéniable pour réussir tous les travaux du jardin, donc prenez grand soin de vos mains !



La manipulation des orties nécessite des gants.



Coupez les ronces sans les serrer dans les mains pour que les épines ne traversent pas les gants.



Le beurre de karité est excellent pour protéger ses mains.

Une hygiène alimentaire adaptée

Toute activité de plein air implique une hygiène alimentaire saine. Un régime de sportif de haut niveau n'est pas nécessaire, le jardinage ne demandant pas de prouesses physiques particulières, mais il est recommandé de respecter les bases d'une alimentation saine, notamment pour combler la dépense énergétique que nous effectuons en jardinant.

Respecter les bases d'une alimentation saine

Il y aurait une incohérence à manger n'importe comment tout en cherchant la santé au jardin. Il est évident que les bases relativement consensuelles d'une alimentation saine sont à respecter pour être en forme et jardiner sans problème. Ces bases sont la consommation des fameux cinq fruits et légumes par jour, qui en principe ne pose pas de problème quand on fait son potager ; la limitation des sucres rapides et des graisses animales ; une consommation accrue de céréales complètes et de légumineuses.

L'énergie biologique

Lorsque l'on jardine sans machine, ce que je recommande pour la quiétude de tous, c'est nous-mêmes qui apportons la force motrice au jardin. Il faut donc consommer suffisamment de sucres lents, contenus principalement dans les céréales et les légumineuses, qui seront progressivement brûlés pendant la réalisation de nos travaux de jardinier. Pas la peine de se gaver pour autant, il est préférable de ne pas aller jardiner le ventre trop rempli.



Cinq légumes par jour pour une alimentation saine.

peuvent vite être envahies si on ne les débarrasse pas rapidement de leurs proches concurrents. Une autre stratégie pour limiter le temps passé à désherber – mais qui ne fonctionne pas pour la carotte –, c'est de repiquer des plants élevés préalablement en pots (salades, céleris, etc.). On les installe ainsi directement dans des planches sans herbes, que l'on peut directement pailler si les légumes repiqués sont assez hauts.

Une terre humide facilite l'arrachage des herbes. Profitez donc des heures qui suivent une averse pour en éliminer un maximum. Enfin, les plantes s'extirpent beaucoup plus facilement d'une terre régulièrement amendée de compost. Et le paillage, toujours lui, évite d'avoir à désherber, car l'obscurité créée par le paillis empêche les herbes de germer, hormis quelques récalcitrantes comme le liseron, qui s'arrache cependant très facilement.

Il n'est pas nécessaire d'arracher toutes les herbes, qui sont aussi des plantes compagnes indispensables pour le potager. Ce sont en particulier toutes les petites plantes qui fleurissent au printemps : véronique, fumeterre, lamier pourpre, mouron des oiseaux... Vous ne les arrachez que lorsque vous aurez besoin de place, et après leur floraison. Elles ne sont pas envahissantes, autant les laisser se reproduire un peu au milieu du potager, car grâce à elles les insectes auxiliaires arrivent plus tôt en saison.

Traiter

Sous ce terme générique, on peut mettre toutes les actions de pulvérisation, poudrage et autres apports de produits sur les végétaux, soit pour éliminer des insectes ou éviter le développement



Le liseron est l'une des rares « mauvaises herbes » traversant le paillis.

de maladies, soit pour les renforcer. Je n'en réalise aucune, préférant par exemple consacrer du temps à faire du compost, car je sais que ce dernier permet aux légumes de se développer correctement, et de se défendre seuls contre leurs potentiels agresseurs. Pour ne pas traiter, il est aussi nécessaire de laisser fleurir le plus de plantes possible au potager, partout et toute l'année. C'est beaucoup plus plaisant et moins fatigant à faire que de détruire l'équilibre écologique en utilisant des insecticides. Que ces derniers soient naturels, fabriqués à base de végétaux (pyréthre, roténone), ne change rien : ils tuent tous les insectes, les « mauvais » (par exemple les pucerons), mais aussi les bons (abeilles, coccinelles, syrphes, etc.)!

Contre les champignons, des alternatives existent, comme replanter dans l'été des courgettes ou des concombres, qui produiront dans l'arrière-saison alors que les plants mis en place au printemps auront été atteints par l'oïdium. Pour éviter le mildiou, souvent présent dans certaines régions, choisissez des variétés de pommes de terre plus tolérantes, et pour les tomates, construisez-leur des abris pour éviter qu'elles ne soient trop mouillées à chaque pluie. Ne passez pas des heures à épandre du cuivre, c'est bien souvent trop tard, car l'action du cuivre est préventive, et non curative.

Les récoltes

Même si tout le long de l'année on se concentre sur les moyens de production et que l'on y prend du plaisir, qu'il s'agisse du bêchage, du compostage, du paillage, etc., le moment des récoltes est bien sûr celui d'une grande satisfaction pour le jardinier. Il serait dommage de ne pas en profiter au maximum ! Au niveau de leur qualité, vous avez tout fait pour obtenir des légumes savoureux, en choisissant des variétés goûteuses, que l'on ne trouve pas, ou rarement, dans le commerce, comme certaines variétés de tomates. Vous avez modéré l'arrosage pour ne pas récolter des légumes pleins d'eau, et pour favoriser leur conservation (oignon, courges, pomme de terre...). Les cueillettes peuvent être plus agréables si vous avez choisi de tuteurer le plus de légumes possible, en les invitant à grimper : petits pois et pois gourmands, haricots, concombres, courges, tomates... Attention, lors du transport des grosses récoltes, de bien répartir les poids, d'utiliser une brouette si possible (oignons, pommes de terre, courges).

Comme pour les arrosoirs, ne remplissez pas en entier vos paniers de récoltes, ils seraient bien trop lourds.



Transport d'une belle récolte de courges en carriole.