



Philippine De La Fayette
Lucie Barthe-Dejean

Démarrer son potager

en 5
étapes

ulmer

Sommaire



5 étapes pour démarrer

① Connaitre son terrain de jeu

- p.6 Nature du sol
- p.10 Acidité du sol
- p.12 Fertilité du sol
- p.16 Plantes spontanées
- p.20 Conditions climatiques

② Règles du jeu botanique

- p.26 Naissance d'une plante
- p.28 Cycle d'une plante
- p.30 Croissance d'une plante
- p.32 Vie du sol
- p.34 Familles botaniques
- p.38 Équilibre d'un écosystème

③ Planifier son potager

- p.44 Un potager à sa mesure
- p.46 Portraits de potagers
- p.48 Le plan du potager
- p.54 S'équiper
- p.56 Quand démarrer ?

④ Se lancer

- p.60 Délimiter les parcelles
- p.64 Préparer la terre
- p.66 Enrichir la terre
- p.68 Semer ou planter ?
- p.72 Faire ses semis
- p.74 Reconstituer un sol...
en lasagne
- p.76 Planter une haie

5 Prendre soin

p.80 Arroser

p.84 Pailler

p.86 Désherber

p.88 Nourrir le sol par le compost

p.92 Soigner les carences

p.96 Contrer les attaques

p.100 Attirer les auxiliaires

p.104 Tuteur

p.106 Butter

p.107 Récolter & stocker

Les incontournables du potager

p.110 Artichaut

p.111 Basilic

p.112 Blette

p.113 Carotte

p.114 Concombre

p.115 Courgette

p.116 Épinard

p.117 Fenouil

p.118 Haricot

p.120 Laitue

p.121 Menthe

p.122 Oignon

p.123 Poireau

p.124 Pois

p.125 Poivron & piment

p.126 Pomme de terre

p.128 Radis

p.129 Roquette

p.130 Tomate

Ce qui vous attend... par saison

p.132 Hiver

p.134 Printemps

p.136 Été

p.138 Automne

Bibliographie

p.140

étape ①

≡ Connaitre
son terrain!
de jeu!

Nature du sol

Votre sol est constitué
de 3 ingrédients principaux :



Connaître la nature de son sol donne des indications sur sa capacité à assimiler les éléments (matière organique et eau). Plus la teneur en argile est élevée, plus le sol est capable d'intégrer ces éléments.

On dit qu'elle est
"amoureuse" parce
qu'elle colle...

aux
boîtes!



Terre argileuse

- * Retient bien l'humidité et favorable à la vie du sol → dite "lourde"
- * Se réchauffe lentement, à éviter de travailler par temps humide
- * Du travail au démarrage (apport de compost, paillage, travail du sol) mais plus autonome ensuite.

Terre Limoneuse

- * Difficulté à assimiler l'eau et les apports car s'encroûte facilement en surface
- * A éviter de travailler par temps humide
- * A aérer chaque hiver et à nourrir régulièrement, par petite quantité.

Terre sableuse

dite
"légère"

- * Se réchauffe rapidement mais se refroidit aussi vite
- * Manque d'humus, retient mal l'eau et les éléments nutritifs car très filtrante
- * A nourrir régulièrement, par petite quantité.

COMMENT SAVOIR ?

Le test certifié! du boudin



Fastoche!

Prenez une poignée
de terre, humidifiez et
malaxez-la.

2

Tentez de faire
un boudin assez fin
(1cm de diamètre).



- * Si le boudin ne s'affine pas, la terre est sableuse ou limoneuse.
- * Si le boudin se tient, il y a au moins 10 % d'argile dans le sol.

3

Tentez de former
un cercle avec
le boudin



- * Si le boudin se casse, la terre est sableuse ou limoneuse.
- * Plus le boudin forme un cercle lisse, sans craquelure, plus la teneur en argile est élevée.

Acidité du sol

Votre sol contient aussi plus ou moins de calcaire.

Cela indique son acidité/son pH.

Plus il y a de calcaire, plus le pH est élevé (supérieur à 7) : on dit que la terre est "basique".
Moins il y en a, plus elle est acide (pH inférieur à 7).

Pour le maraîchage, on vise un sol neutre (pH autour de 6-7), pour une assimilation optimale du calcium, phosphore et fer.

Il est possible de diminuer le pH de son sol avec un ajout régulier de compost ou de fumier, ou bien du soufre ou du sulfate de fer

ou bien de l'augmenter en ajoutant des éléments calcaires à l'automne (chaux, cendre de bois...)



COMMENT SAVOIR ?

Le test du vinaigre & du bicarbonate

1



Versez un peu de vinaigre sur le sol.
S'il y a une réaction d'effervescence,
votre sol est basique.



2



Mélangez
un peu de terre
avec de l'eau
démminéralisée.

Ajoutez-y un peu
de bicarbonate
de soude. S'il y a
une réaction, votre
sol est acide.

S'il n'y a aucune réaction à ces
expériences, votre sol est neutre.

BON À SAVOIR :

Le même hortensia
fleura rose dans
un sol neutre
ou basique



... et bleu
dans un sol
acide !

Fertilité du sol

Votre sol est riche en humus ?

C'est signe que la microfaune du sol y est active et la terre fertile. L'humus est issu de la décomposition de la matière organique et minérale par l'action coordonnée de vers de terre, champignons, et bactéries.

cf. VIE DU SOL p.32

Les plantes raffolent de cet humus, sorte de buffet pré-mâché de molécules et d'atomes dont les plus recherchés au potager sont l'azote, le phosphore et le potassium :

N, P, K
pour les
intimes

N

P

K

... et les
boîtes
d'engrais !

Au lancement de votre potager,
si la terre est pauvre,
ajoutez du terreau ou du compost mûr



Maintenez la fertilité du sol par
un apport régulier en compost.

En effet, en récoltant les légumes,
on exporte une partie des éléments
que la terre a produit
(qui retourneraient à son milieu
dans un cycle naturel).

Pour rester à l'équilibre
et ne pas appauvrir le sol,
cette perte de matière doit être
compensée par une importation
dans le système (déchets
animaux ou végétaux)

cf. NOURRIR LE SOL PAR LE COMPOST p. 88



*Et si cultiver son jardin était
à portée de main ?*

Ce petit guide vous explique tout sur le fonctionnement des plantes, du sol, des insectes... bref du v.i.v.a.n.t. (coucou vos cours de SVT) pour que poussent partout des potagers agroécologiques !

Au programme pour avoir les deux mains vertes : ratrapages de botanique, conseils pratiques, plein de schémas et d'illustrations, des fiches pour apprivoiser les légumes stars du potager...

*De quoi faire germer votre âme
de maraîcher et maraîchère !*



ISBN : 978-2-37922-369-3

PRIX TTC FRANCE : 11,90 €



ulmer

éditeur du vivant