

Gazette de l'association A Fleur de Pierres – N°2 – Printemps-été 2008

Siège social : Les Hermites – 04510 Saint Jurson – 04 92 34 64 56 – 06 10 56 74 34 – aflowerdepierres.com

EDITO

Les grands rendez-vous de l'Environnement (Kyoto, Bali, Grenelle...) ne semblent pas vraiment changer la donne, mais ont au moins le mérite de parler et faire parler de la nécessité écologique. Car la vraie (r)évolution écologique se joue à mon avis dans le quotidien, il s'agit de notre gestion individuelle, et peu à peu, d'une gestion de plus en plus collective, et c'est cela qui peut vraiment compter...

Ainsi, à propos des politiques municipales en matière de gestion des espaces verts communaux : de plus en plus de villes parmi les plus importantes se mettent aux pratiques biologiques. C'est le cas à **Paris**, à **Lille**, à **Bordeaux**... où l'on abandonne les pesticides chimiques, on adopte une fertilisation organique basée sur la fabrication de compost, on met au point des pratiques raisonnées d'arrosage... Ces villes souscrivent ainsi à la labellisation **Ecocert** (organisme de certification spécialisé dans le bio) pour leurs parcs et jardins. Un label particulier à ces espaces publics : **EVE**, est d'ailleurs en train de se mettre en place.

Autre évolution intéressante, dans une chaîne de magasins bien connue : **Botanic**. Désormais, plus de produits chimiques en vente dans leurs rayons, et un vrai effort de formation pour leurs vendeurs. Pour la petite histoire, un test a été effectué il y a quelques années dans diverses grandes surfaces spécialisées en jardinage (comme Jardiland, Leroy-Merlin...) au cours duquel de faux clients présentaient aux vendeurs des spécimens de larves de coccinelles pour les faire identifier. A 90 %, il leur avait été répondu qu'il s'agissait de ravageurs, et conseillé l'application d'insecticides !

Cette évolution qui nous réjouit bien évidemment, nous pouvons y participer. En tant que clients potentiels, déjà, nous pouvons encourager la démarche commerciale de Botanic, en préférant se rendre dans leurs magasins (même si c'est un peu loin), en demandant le même changement aux jardinerie plus proches, voire en boycottant carrément celles qui n'évoluent pas dans ce sens.

Et en tant que citoyens de nos communes ? Les villes ont un impact important sur l'environnement par leur gestion des espaces verts. Les équipes municipales sont toutes neuves, n'est-ce pas le moment de les interpeller sur une politique en matière de pratiques culturelles un peu plus respectueuse ?

Après tout, les jardins bio, ce n'est pas seulement chez soi...

Christel Ferré

SOMMAIRE

AFDP : où en sommes-nous ?	2
Paroles de jardiniers	3
Interview : Véronique, animatrice au CADA.....	3
Ventes, trocs, échanges, solidarité.....	3
Lectures et coups de cœur de Céline.....	3
Mon Jardin Bio... au printemps	4
Le jardin bio : un milieu vivant.....	4
Légumes de saison : penser aux oubliés.....	5
Tâche de saison : le (mon)travail du sol.....	5
Un auxiliaire au jardin	6
La coccinelle : une demoiselle vorace.....	6
Les jardiniers du logis.....	8
Le lombricompost	8
La lacto-fermentation	9
Quelques recettes.....	9
Les jardiniers bouquinent	10
Construire avec le peuple de Hassan Fathi	10
Les gens d'ici.....	10
Trois clubs CIGALES	10
Jardins d'ailleurs	11
Jardins de SIMPLES en Ubaye	11
Jardins d'enfants	12
Les insectes, quelles drôles de bêtes !.....	12

Ont participé à ce numéro :

- ❖ Christel FERRÉ
- ❖ Véronique BONDIL
- ❖ Céline COULON
- ❖ Florence GHESTEM
- ❖ Claire N'GUESSAN
- ❖ Isa SAINT-MARS
- ❖ Malika FERRÉ
- ❖ Patrick PINCHOT
- ❖ Pierre LAROCHE

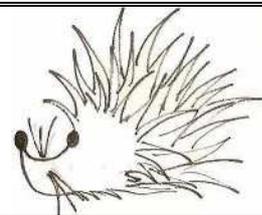
...et Léon,



le hérisson...



à fleur de pierres : où en sommes-nous ?



Les jardins

Au Jardin des Phacélies :

Fin d'hiver : c'est le moment de reprendre le chemin du jardin, et le rythme de nos travaux saisonniers. Une première réunion fin février permet au groupe de se retrouver. La chance est avec nous : il fait un temps magnifique, et un joyeux pique-nique se déroule sous le soleil. Ca sent le printemps !



L'heure est au remaniement : des demandes de parcelles affluent, des projets très intéressants, comme la demande du Centre d'Aide aux Demandeurs d'Asile, qui désire proposer l'activité jardinage à leurs protégés, si découragés dans l'attente du traitement de leurs dossiers... Pour ajouter des parcelles sur le terrain, les jardiniers déjà installés acceptent de reconfigurer les leurs, qui seront plus longues et plus étroites, sacrifiant au passage quelques carrés de fraisiers déjà en place. Bravo et merci à eux pour leur esprit de solidarité ! Nous décidons également de déplacer le cabanon et les bacs à compost, de réorganiser irrigation et cheminements. Il nous faudra plusieurs journées de travail collectif pour réaliser tous ces projets. Maintenant que c'est chose faite, chacun peut enfin se consacrer à son bout de jardin, il est temps de préparer les sols et de procéder aux premiers semis.

Tous les jardiniers sont forts aujourd'hui de leur année d'expérience : ils projettent mieux leurs travaux, leurs plannings, leurs espaces... Et leur esprit collectif n'est pas un vain mot : voilà que 7 ou 8 d'entre eux décident de cultiver ensemble un carré de pommes de terre...

Bienvenue aux « nouveaux » : Céline, Christophe, Laure, Maryline, Patrick, Véronique, Emma, Koffi, Zerfa, Albina... Et toujours une grande pensée pour la propriétaire du terrain, qui nous renouvelle sa confiance.

Du côté de la route des Thermes :

Depuis un an déjà, A Fleur de Pierres travaille sur le projet « Jardins Solidaires et Compostage Autonome au Pigeonnier-Barbejas » en partenariat avec l'association **GESPER**. Sur un terrain de 2500 m², qui est mis à disposition par la municipalité, les deux associations travaillent à la mise en place d'un double projet :

- **des jardins solidaires**, probablement sous forme de parcelles individuelles (à l'image du fonctionnement des Phacélies), et de parcelles pédagogiques, s'adresseront aux résidents et aux établissements scolaires du quartier ;
- **une station de compostage** permettra à tous les habitants du quartier de trier et d'apporter leurs déchets organiques (épluchures de légumes, restes de repas, papiers, marc de café...), et mettra ensuite à disposition de tous un compost de qualité, pour les jardiniers et même les particuliers qui possèdent des plantes vertes !



Durant l'hiver, toute une phase de sensibilisation a été réalisée auprès des résidents du quartier. Aujourd'hui, un groupe de « futurs jardiniers » s'est constitué. Le printemps est consacré au travail de ce groupe pour mettre au point l'aménagement des jardins, dans le respect de la Charte de l'Association : valeurs d'échanges et de

solidarité, méthodes culturales biologiques, respect du patrimoine... Mais il reste quantité de décisions à prendre, depuis la taille des parcelles jusqu'à l'agencement des équipements collectifs.

Les prestations paysagères

L'association propose des prestations de jardinage et d'aménagement paysager. Elle travaille entre autres en partenariat avec la Populaire, pour proposer à son public (des personnes âgées et/ou dépendantes) des interventions en accord avec son projet associatif : dans le respect de la personne et de son histoire, dans la dynamique relationnelle, dans le « faire ensemble »... Elle travaille également chez les particuliers.

Des nouveaux tarifs pour la solidarité : le travail de réflexion du Conseil d'Administration l'a amené à s'interroger sur sa politique de prix. Pour ses clients, A Fleur de Pierres a donc dorénavant établi une grille tarifaire proportionnelle aux revenus :

Revenu fiscal de référence Nombre de parts	Tarif horaire travail manuel	Tarif horaire travail machines
Jusqu'à 11 000 euros	13 €	15 €
Entre 11 000 et 16 000 euros	16 €	18 €
Au-delà de 16 000 euros	20 €	22 €

Nous désirons ainsi favoriser l'accès à tous à des interventions qui se distinguent par leur caractère environnemental et leur parti pris résolument écologique : produits naturels, prédominance du travail manuel, techniques traditionnelles, végétation locale... Nous espérons également favoriser ainsi l'esprit de partage et de solidarité.

Les formations



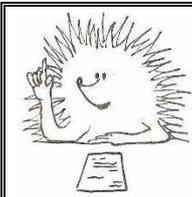
C'est fait ! Un premier module est en place et se déroule tout au long de l'année : il s'agit d'une formation en jardinage biologique, tout public, proposée aux adhérents de GESPER, et réalisée par notre animatrice. Elle se déroule sur 4 samedis répartis sur l'année. En effet, la formation suit le rythme des saisons :

- **en hiver**, c'est l'occasion d'étudier les fondamentaux du jardinage bio : le milieu naturel, le respect du sol, l'agencement de son jardin selon les associations et les rotations des végétaux...
- **au printemps**, la mise en place du jardin : semer, planter, arroser, nourrir, fertiliser...
- **en été**, le suivi des cultures : la lutte contre les maladies et les ravageurs, les méthodes pour économiser l'eau, etc...
- **en automne**, les récoltes, les méthodes de conservation, et les travaux d'hiver : les engrais verts, le compost, la taille des arbres...

Cette première expérience se déroule très bien, c'est promis, nous la renouvellerons ! Nous mettrons également prochainement en place d'autres thématiques (pierres sèches, gestion de l'eau...)

Une autre formule est à l'étude : nous l'appellerons (provisoirement ?) : **« Réalisation/Formation »**. En effet, nous désirons proposer un nouveau type de prestation pour les particuliers qui consistera à effectuer une réalisation paysagère **chez eux et avec eux**, en les formant aux techniques au cours du chantier. Ils pourront ainsi bénéficier d'une prestation moins onéreuse, puisque moins de main d'œuvre à payer, ainsi que l'apport de connaissances indispensables pour ensuite reproduire et/ou entretenir l'aménagement réalisé : murets en pierres sèches, calades, bassins, plantations... Plus d'infos prochainement à ce sujet !





Paroles de jardiniers ...



Interview : Véronique, animatrice au CADA

Véronique : Les familles en demande d'asile ne sont pas autorisées à travailler sauf sous certaines conditions et il est très difficile d'y prétendre. Elles sont dans l'attente d'une convocation et d'une réponse positive pendant un long moment, plaçant ces familles sous une épée de Damoclès. Pour les aider à mieux vivre cette attente, des animations sont mises en place et le projet d'un jardin collectif correspondait parfaitement aux objectifs attendus. Cela nous permettait d'organiser un jardin où chacun pouvait être acteur en mettant en valeur son savoir-faire, en créant une dynamique de groupe, mais aussi cultiver et consommer nos fruits et légumes, et surtout rencontrer des personnes extérieures pour favoriser l'apprentissage du français, rompre avec l'isolement et créer du lien social.

A Fleur de Pierres : Véronique, qui es-tu ?

Véronique : J'ai 28 ans. J'ai fait une partie de mes études sur Digne, puis sur Embrun, pour finir à Marseille avec un diplôme BTS économie sociale et familiale. J'ai emménagé sur Digne il y a 5 ans pour des raisons professionnelles. J'ai d'abord travaillé à l'APPASE, et je suis animatrice au CADA depuis 4 ans.



A Fleur de Pierres : Parle-nous du CADA...

Véronique : Le CADA, c'est le Centre d'Aide aux Demandeurs d'Asile. Celui de Digne existe depuis 4 ans. Il accueille 11 familles dans des appartements diffus. Il assure l'accompagnement socio-administratif des demandeurs d'asile en veillant au bon déroulement de la procédure de demande d'asile (constitution du dossier et recours auprès de la commission), en favorisant l'accès aux soins (ouverture et maintien des droits CMU), en offrant un suivi scolaire auprès des enfants, en proposant des cours d'alphabétisation pour les adultes, en organisant des animations. Le temps de la procédure est assez variable d'un dossier à un autre, il va de un à 2 ans. La mission du CADA s'arrête au terme de la procédure.

AFDP : Comment vous êtes-vous organisés entre vous sur la parcelle ?

Véronique : Après discussion et pour rester dans l'esprit de la solidarité, la parcelle est collective. Avec les familles, nous avons défini le plan de la parcelle et des jours de travaux, qui sont fixés pour l'instant tous les vendredis, afin de préparer le terrain, planter, puis récolter... Toutefois, les familles peuvent s'y rendre quand elles veulent. Un tour de rôle sera mis en place dans la semaine pour l'arrosage et l'entretien.

A Fleur de Pierres : comment es-tu devenue jardinière aux Phacélies ?

Véronique : Dans le cadre de missions d'animation, je me suis renseignée sur les différentes structures existantes sur Digne pouvant être de futurs partenaires. Suite à un article dans le magazine du conseil général, j'ai eu connaissance de la présence des jardins familiaux. Or, on était déjà en août 2007 et il était donc trop tard pour faire une demande de parcelle. En début d'année, j'ai contacté Christel pour connaître les modalités de fonctionnement et lui expliquer les missions de notre structure. Après cette rencontre et avec l'aval des membres de l'association, une parcelle nous a été octroyée. Depuis le mois de mars 2008, le CADA est devenu jardinier aux Phacélies.

AFDP : Que penses-tu de l'organisation et de l'ambiance au Jardin ?

Véronique : Chaque parcelle est bien délimitée. L'ambiance au sein du groupe du CADA tend à se fédérer de plus en plus. L'entente avec les autres jardiniers est également très bonne, ils nous font part de leur expérience, nous donnent des conseils, dans une ambiance bon-enfant.

A Fleur de Pierres : Qu'est-ce qui t'a donné envie d'y participer ?

AFDP : Et les travaux collectifs, ça se passe bien ?

Véronique : Les travaux collectifs sont importants pour tisser du lien social entre les jardiniers. Même si le travail est sérieux, la bonne ambiance rend ce moment agréable. Ils permettent également à chacun de se sentir responsable de l'ensemble du jardin des Phacélies et pas seulement de son bout de parcelle.

Ventes, trocs, échanges, solidarité...

■ Vends à bas prix matériel petite enfance (0-3 ans) : couches lavables, habits, porte-bébé, vélo etc. Contact : 04 92 32 37 89 (HR)

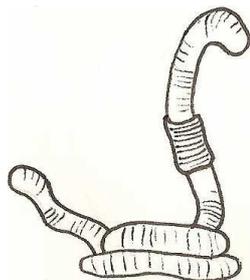
■ Jeune femme, dynamique, cherche activité sensée, ouverte et (un peu) rémunératrice dans l'animation ou le développement pour vivre mieux. Des diplômes, mais surtout l'envie de faire. Tél 04 92 34 64 52

■ Cherche à bas prix et rapidement du matériel d'occasion pour m'installer (électroménager, literie,...) dans le 04 - Tél 06 63 30 28 57

Lectures et coups de cœur de Céline

♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥ BIO, bio, bio... ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

« *Grosse, grosse, grosse légume* », de Jean GOURONAS, aux éditions du Rouergue, 2007



Wik, wik, wik... c'est l'histoire d'un petit ver de terre, wik, wik, wik... qui parcourt tout le potager, wik, wik, wik... pour finir sa ballade ...
(vous n'avez plus qu'à lire le livre)
Dans la rubrique « petite enfance » un livre à mettre cependant dans toutes les mains.

Les petits y apprendront le nom de tous les légumes... & les parents en apprécieront et la chute et le message ...

Pour plus d'info, www.lerouergue.com

♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥ Solidarité et regards sur les autres ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

« *La petite fille de Monsieur Linh* », Philippe Claudel, 2005

« *C'est un vieil homme debout à l'arrière d'un bateau. Il serre dans ses bras une valise légère et un nouveau-né, plus léger encore que la valise. Le vieil homme se nomme Monsieur Linh. Il est seul désormais à savoir qu'il s'appelle ainsi* »

Les premières lignes de ce roman vous conduisent sur les traces d'un Monsieur Linh qui a tout perdu : famille, pays, odeurs et repères... et qui rencontre un Monsieur Bark, qui lui aussi a perdu l'essentiel. Ces deux hommes ne parlent pas la même langue mais se comprennent, au-delà des mots...

Un petit livre de 200 pages à peine qui nous rappelle que l'on se (re)construit souvent du regard de l'autre...

A tous les Monsieur Linh qui un jour, se sont sentis ne pas être d'ici...

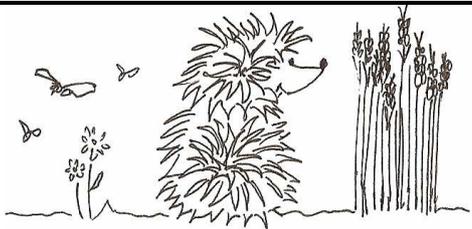
A tous les Monsieur Bark, qui pourtant d'ici, auraient voulu être ailleurs, ou dans un autre temps...

Et à tous ceux qui les ont croisés ou qui les croiseront un jour ...

Bonne lecture à tous



Mon Jardin Bio... au printemps



Le jardin bio : un milieu vivant...

Comment définir le jardinage bio ?

Question plus complexe qu'il n'y paraît. Si on y réfléchit, on a plutôt l'habitude de définir le jardinage bio par son contraire, on va expliquer **ce qu'il n'est pas** : on va dire qu'il n'y aura pas d'intrants chimiques, pas d'engrais, pas de pesticides... On va expliquer qu'il ne faut pas y faire de monocultures, et que pour le travail du sol, il faut abandonner toute idée de labours profonds...

Bien sûr, tout cela est vrai, mais rentre dans un processus complexe qui ne se limite pas à quelques recettes et quelques interdictions. Car, beaucoup plus largement, jardiner bio, **c'est donner au sol les moyens de fournir des produits sains.**

Le modèle, le parangon, la référence suprême, c'est la forêt.

La forêt... Voilà donc un milieu en cycle fermé, totalement autonome, et absolument, *naturellement*, équilibré. Il ne viendrait à l'idée de personne de mettre un engrais au pied d'un chêne, ou de bêcher autour des fraises des bois...

Ce qui caractérise une forêt naturelle, c'est la diversité des plantes : elles s'adaptent au milieu, certaines se concurrencent, d'autres s'associent, elles occupent les différentes strates, herbacées, arbustives, arborées, elles se volent la lumière ou se fournissent de l'ombrage, elles puisent chacune dans le sol ce qui leur faut, elles luttent contre les ravageurs grâce à leurs toxines, elles accueillent bon gré mal gré des hôtes de tous poils, toutes plumes, toutes carapaces...

La forêt, c'est aussi le cycle sans fin de la matière organique : les feuilles mortes, les branches cassées, les petites plantes annuelles, les excréments des animaux, les petits cadavres, tout cela se dépose dans la litière du sol, se décompose, retourne dans le processus de l'humus, participe à la genèse du sol et au stockage des matières nutritives.

Dans nos jardins, nous sommes bien loin de cet équilibre, particulièrement dans les potagers, dans les vergers, où tant de matière organique va en être exportée pour nous nourrir, où nous choisissons nous-mêmes un petit échantillonnage de végétaux, nourriciers, ornementaux, aromatiques, pas forcément les mieux adaptés, ni les plus solidaires entre eux... L'enjeu de la culture biologique va donc être de reproduire les phénomènes naturels, mais sans se faire d'illusion sur le mot « naturel » : le processus va se dérouler en accéléré, en concentré, en *exagéré*...

Pour réussir cet incroyable pari, il faudra alors mettre en place un système écologique cohérent, dont les procédés (travail du sol, gestion de l'eau, paillage, compostage, engrais verts, cultures associées et interventions des auxiliaires...) seront autant de « recettes » pour se rapprocher au mieux d'un milieu naturel.



La biodiversité, facteur d'équilibre : dans notre écosystème en miniature, il est tout d'abord nécessaire d'accepter, et même de favoriser, les espèces « indésirables » qui font partie de la chaîne : pas de prédateurs sans leurs proies, pas de pollinisateurs sans fleurs précoces, pas de sol vivant sans adventices.

Une haie libre dans son jardin permet de joindre l'utile à l'agréable en mêlant indigènes et ornementales adaptées, persistantes et caduques, floraisons échelonnées... Elle fera office de refuges et de nourritures (fleurs et fruits) pour les auxiliaires, de réserves de branchages (broyats, buttes, tuteurs, compost) et de feuilles mortes, d'ombrage et d'humidité.

Une prairie fleurie peut s'installer partout, même sous forme de bandes gazonnées dans le jardin potager, entre les planches, pour les cheminements. Les plantes spontanées sont bio-indicatrices : elles nous renseignent sur la nature du sol, sur ses déséquilibres éventuels. Elles

sont pionnières, leurs puissantes racines ameublissent la terre. Elles sont correctrices des déséquilibres. Elles sont refuges : accueillant, protégeant, nourrissant, la faune auxiliaire. Les semis de fleurs (mélange de fleurs sauvages et de fleurs des champs) permettront d'attirer le plus tôt possible les insectes. On fauche après la floraison, on fait sécher sur place pour le paillage, on incorpore au compost.

Une mare abreuvera les mammifères et les oiseaux, elle accueillera les grenouilles et les libellules. Les plantes aquatiques participent à la biodiversité.

Des refuges

complètent le dispositif. Tout d'abord, pas de jardin « propre », mais au contraire, des branchages, des tas de feuilles mortes, des pierres çà et là, des tuiles retournées...

Egalement, des installations, achetées ou bricolées, des nichoirs pour les oiseaux, les chauves-souris, des hôtels à insectes, des nids à hérissons...



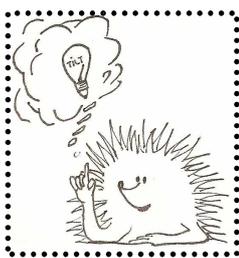
Les rotations et les associations : une même culture épuise rapidement son substrat, crée un déséquilibre en exportant les mêmes éléments minéraux, en exsudant les mêmes substances par les racines... Autrefois, la jachère permettait au sol de se reconstituer. Pour en tenir lieu, on joue maintenant sur l'alternance des cultures avec un rythme de 3 ou 4 années, on fait se succéder les plantes de familles différentes, qui n'attireront pas les mêmes ravageurs, on fait suivre les végétaux très gourmands en matière nutritive par de plus frugales, on différencie les cultures de feuilles, de fruits, de racines, qui ne puiseront pas les mêmes dosages d'éléments minéraux, ni dans les mêmes strates du sol... En outre, des plantes « amies » se protègent mutuellement, les aromatiques, véritables barrières olfactives, perturbent les prédateurs, des fleurs volent au secours des légumes par leur action nématocide et insecticide, comme les soucis ou les œillets d'Inde...

La restitution de matières organiques décomposées met la touche finale à ce dispositif : ce sera essentiellement le rôle du compost, véritable substitut en accéléré du processus de la litière du sol telle qu'elle se déroule dans une forêt naturelle. Mais nous aurons l'occasion de revenir sur les dosages et usages du compost...





Légumes de saison : penser aux oubliés...



On estime aujourd'hui qu'environ 75 % des variétés comestibles cultivées il y a 100 ans ont disparu : l'agriculture intensive a éliminé les plantes de faible rendement, la distribution à grande échelle a privilégié la standardisation des formats, le mode de vie urbain a favorisé l'émergence d'une alimentation expéditive.

Retrouvons les saveurs des variétés anciennes, celles que l'on cultivait avant les hybrides F₁, celles que l'on choisissait selon sa terre, son climat, ses goûts... Mais allons également à la découverte des légumes oubliés, le **topinambour** au goût de cœur d'artichaut, le **panais**, fruité comme le céleri rave et aussi doux que la carotte, les **crosmes**, plus gouteux que les salsifis, le **pissenlit** et l'**ortie sauvage**, délicieux en soupe et en salade, le **tétragone**, la **ficoïde**, l'**arroche**, ces cousins de l'épinard particulièrement riches en vitamine B9...

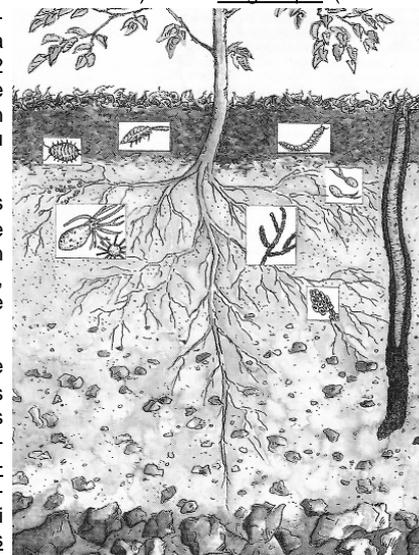


Arroche (*Atriplex prostrata*)

Planche gracieusement offerte par Pierre Laroche

Tâche de saison : le (non)travail du sol....

Le sol est un milieu vivant, c'est la rencontre du **minéral** (en provenance essentiellement du sous-sol) et de l'**organique** (issu des déchets végétaux et animaux à la surface). La magie s'opère quand les 2 éléments s'unissent, se combinent, se mettent en symbiose, et, au bout du compte, forment l'humus.



Cette genèse se fait dans une logique chronologique mais aussi spatiale : on parle des **strates** du sol, qui correspondent chacune à une étape, un état :

- **La litière** est le siège de la 1^{ère} étape du processus de **décomposition** des déchets organiques tombés au sol : les petits **invertébrés** (mille-pattes, cloportes) s'en chargent, ainsi que des **micro-organismes** (champignons, bactéries, algues) qui sont tous de type aérobie : ils ont besoin d'air. Sans air, s'installeraient des organismes anaérobies, la décomposition fermentée serait remplacée par le pourrissement, le sol deviendrait froid, trop humide, chargé de substances nocives pour la plupart des végétaux.

- **L'humus** est la couche de **reconstruction** où des micro-organismes transforment ces déchets en éléments minéraux assimilables par les plantes. C'est aussi un milieu aérobie dont la structure **grumeleuse** est formée d'agrégats petits et serrés liés à l'argile, qui retiennent l'eau et les matières nutritives. C'est la zone des racines (entre 5 et 20 cm).

- **Le sous-sol** est la réserve minérale. C'est un milieu de plus en plus anaérobie, de moins en moins vivant. Les racines les plus puissantes s'y ancrent, y puisent l'eau du sol et les sels minéraux.

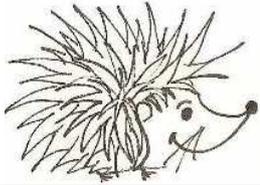
En dessous, **la roche-mère...**

Mélanger ces strates, les inverser, les bouleverser, sont des gestes à proscrire définitivement en pratique bio. Ils provoquent le transfert des micro-organismes dans un milieu hostile : soit ils y meurent, soit ils migrent. C'est une perte de temps, un appauvrissement du biotope. « Bêcher » ne veut donc pas dire : retourner la terre, mais simplement : aérer, décompacter, ameublir... La vieille pratique du labour, qui s'est pervertie au fil du temps jusqu'à devenir ce défonçage du sol bien trop profond, bien trop puissant, était à l'origine une simple ouverture de sillon, qui permettait surtout l'élimination des adventices avant le semis.

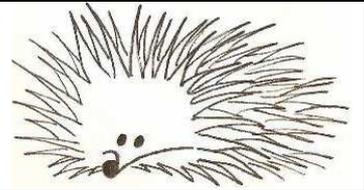
Le jardinage bio est un jardinage de « paresseux intelligent », où l'on ménage le sol... et son dos. On utilise pour cela des outils plutôt malins : les fourches-bêches, qui vont pénétrer la terre et la fragmenter sans la mettre dessus-dessous. Seuls les vers de terre traversent les différentes couches, transportent et prédisent les agrégats, fertilisent et aèrent, préparent les chemins des racines, facilitent la pénétration de l'eau : les vrais laboureurs, c'est eux. Puis, grâce aux couvertures de sol quasi permanentes (Cf. La Feuille de Chou n° 1), on travaille de moins en moins la terre. Enfin, le compost déposé sur la surface avec juste un léger griffage va tenir le rôle de la litière...

Techniques Culturelles Simplifiées : certaines pratiques agricoles plus respectueuses de l'environnement prennent aujourd'hui ce paramètre en compte : la remise en question des méthodes productivistes a permis d'élaborer le concept des « TCS » (ah ! cette manie des acronymes !), basées sur les semis directs et la matière végétale décomposée des résidus des précédentes cultures.





Un auxiliaire au jardin



Les auxiliaires sont les animaux qui vont vous aider à contrôler les ravageurs dans votre jardin. Leur présence est un gage de bon équilibre, leur mode de vie les programme à faire des ravages dans les rangs « ennemis ». Ils sont insectes, oiseaux, mammifères, batraciens, reptiles, annélides... La **coccinelle** est la plus célèbre, la **mésange**, la **chauve-souris**, la **musaraigne**, ne sont pas en reste, sans oublier la **grenouille**, la **couleuvre**, le **ver de terre**... Nous en étudierons un dans chaque gazette.



La coccinelle : une demoiselle vorace...

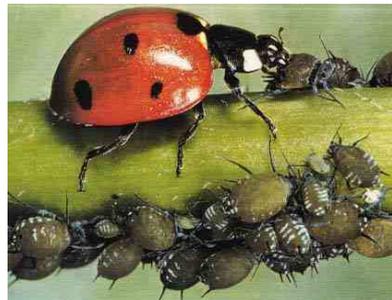
Son allure printanière et délicate ne doit pas nous faire oublier son terrible appétit. Un véritable cauchemar pour les pucerons !... une bénédiction pour le jardinier...

D'ABORD, SURVIVRE...

Chaque printemps, c'est la même gageure : après le long jeûne de l'hiver, les coccinelles n'ont qu'une idée en tête, se nourrir. Il leur faut donc trouver très vite leurs proies, les pucerons, apparus eux aussi dès les beaux jours.



Coccinella septempunctata



Elles se posent partout, sur les tiges, sur les feuilles, sur les boutons. Elles remontent vers les parties les plus tendres, les plus fraîches, les plus appétissantes. Elles explorent méthodiquement les chemins des nervures, des bifurcations, des pétioles. Elles suivent les traces olfactives des gouttes de miellat. Et quand un puceron se présente, elles lui fichent en un instant leurs deux mandibules dans le corps.

Les plus petits sont mangés tout ronds. Les plus grands sont prédigérés par des sucs, et aspirés. Ils ne se laissent cependant pas faire sans combattre : ils peuvent se laisser tomber hors de portée, ou abandonner une patte dans les mâchoires de leur adversaire, ou encore lui envoyer un liquide visqueux qui lui fait lâcher prise. Mais, en général, le combat se termine en faveur des coccinelles, qui peuvent faire des ravages dans une colonie...

PUIS SE REPRODUIRE...

Les larves aussi se nourrissent de pucerons, mais elles ne peuvent pas voler à leur recherche. Les coccinelles doivent donc pondre à proximité d'une colonie, pour assurer la survie de leur descendance. Et il faut bien choisir : si la colonie est trop jeune, les proies seront trop peu nombreuses – si elle est trop vieille, les larves n'auront pas le temps de terminer leur cycle.

POUR SE NOURRIR, LA COCCINELLE SUIT LA TRANSHUMANCE DES PUCERONS :

Les pucerons se multiplient à un rythme phénoménal. Ce sont les femelles qui vont engendrer des dizaines de rejetons également femelles issues de leur seul patrimoine génétique : celles-ci possèdent avant même leur naissance leurs propres progénitures déjà formées... Il leur faut faire très vite, car leur nourriture provient uniquement des végétaux en pleine croissance, dont la sève est riche en sucres et en protéines. Ils n'ont donc que quelques semaines au printemps, sur les nouvelles pousses et les boutons de fleurs (puis encore un peu en été dans les arbres) pour s'alimenter et se reproduire. Ils filtrent ainsi d'énormes quantités de liquide nourricier, et rejettent l'excédent sous forme de miellat. Ils doivent déménager d'une pousse à l'autre dès que la sève devient moins riche. Puis la colonie périclité : seuls quelques pucerons ailés parviendront à s'envoler pour fonder de nouvelles familles.



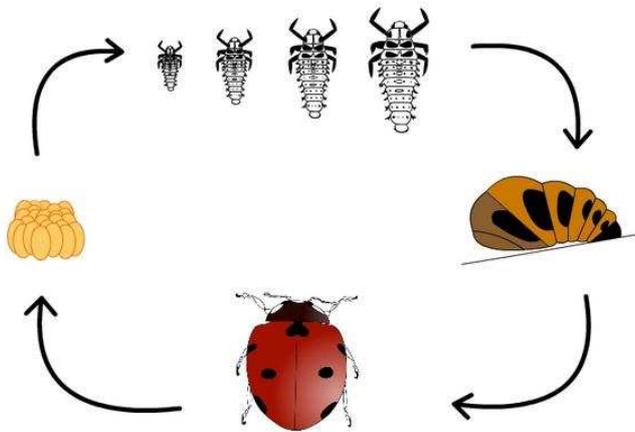
SE METAMORPHOSER...

Les œufs pendent au revers des feuilles. Les larves s'extirpent de leurs coquilles, les dévorent et partent en quête de nourriture. Elles ont 48 heures pour en trouver. Elles sont aveugles, affamées, assoiffées, elles zigzaguent, elles cherchent... elles ne pensent qu'à manger. En trois semaines, et trois mues, elles croquent de 400 et 800 pucerons, elles deviennent énormes. Puis elles rentrent en léthargie, pour devenir des nymphes, ces cocons hermétiques qui donneront naissance aux coccinelles adultes. Les carapaces d'abord toutes molles, fripées, de couleur jaunâtre, vont devenir en quelques heures dures, brillantes, parées de leurs célèbres points. Ces nouvelles coccinelles sont encore un peu pâles, mais elles peuvent déjà étirer leurs ailes et s'envoler.



Elles pondront à leur tour au printemps prochain. Elles vont d'abord passer l'hiver à l'abri, en semi-hibernation, dans des anfractuosités de rochers, des fentes d'écorces... Aux premiers réchauffements, les bêtes encore ankylosées procéderont d'abord à leurs accouplements, qui permettront aux femelles de se constituer une réserve de spermatozoïdes pour plusieurs semaines. Puis la faim se fera sentir, les ailes se déploieront et la chasse commencera...





UN CYCLE QUI PEUT S'ETALER SUR UNE ANNEE

L'incubation des œufs dure de 4 à 6 jours en moyenne selon les espèces. La larve connaît 4 stades successifs, sur plusieurs semaines, marqués par des mues : comme tous les insectes, c'est sa « peau », très rigide, qui lui sert de squelette externe. Régulièrement, elle doit être troquée contre une nouvelle peau souple et extensible qui se rigidifiera à son tour. Le stade de la nymphe dure une semaine. Elle est prostrée, immobile, tandis que, sous la carapace, d'immenses bouleversements se produisent, une complète réorganisation des organes, pour aboutir à la forme ronde et sympathique de l'adulte...

Les coccinelles à 7 points, les plus courantes chez nous, vivent environ 13 mois. Contrairement à d'autres espèces qui font deux générations par an, il leur faut presque un an après être sorties de l'œuf pour être capables de se reproduire à leur tour.

D'où la nécessité de leur offrir de bonnes conditions d'hivernation, et, surtout, de reprise d'activité au printemps...

SUR LES COLONIES DE PUCERONS, LA CONCURRENCE PEUT FAIRE RAGE, ET LES PREDATEURS S'ENTREDEVORENT :

- ☞ Les fourmis qui raffolent du miellat sont des véritables bergers pour les pucerons : elles les rassemblent, les abritent, les transportent ailleurs quand la nourriture se fait rare. Et elles les protègent contre les coccinelles. Elles crèvent les œufs, attaquent les larves, chassent les adultes à coup de jets d'acide.
- ☞ Des punaises, elles, s'attaquent aux larves et aux nymphes, leur plantant leur stylet dans le corps pour en aspirer la substance.
- ☞ Des mouches pondent leurs œufs dans les larves : il en sortira des asticots qui les feront mourir petit à petit.
- ☞ Enfin, des guêpes s'attaquent aux coccinelles adultes : elles injectent un œuf dans un défaut de la cuirasse, juste derrière la tête. Après l'éclosion, une larve dévore lentement les réserves de graisse du coléoptère, puis fait son cocon sous son ventre. La coccinelle reste vivante, s'épuise, s'immobilise...

L'HIVER, UNE ETAPE DECISIVE



Pour passer un bon hiver, les coccinelles ont essentiellement besoin d'un abri bien sec : elles craignent surtout l'humidité, qui favorise un champignon les étouffant sous son feutre blanc. Elles résistent par contre assez bien au froid, en se serrant les unes contre les autres. Elles ne craignent alors que les gelées précoces ou tardives, quand leur léthargie est moins profonde. Pour toutes

ces raisons, elles vont souvent effectuer une spectaculaire migration dès la fin de l'été. S'il y a une montagne en vue, nombreuses seront les candidates au départ. Elles peuvent parcourir jusqu'à une quinzaine de km et monter jusqu'à 2000 m. En effet, à cette époque de l'année, les sommets sont encore riches de fleurs et d'insectes, et leur procurent ainsi de dernières réserves de graisse bienvenues. Mais surtout le froid sec et constant qui régnera là-haut tout l'hiver les préservera d'un réveil inopiné. Chez nous, en Haute Provence, elles émigrent même encore plus tôt, parfois dès juillet, fuyant les grosses chaleurs de l'été.

Accueillir les coccinelles dans son jardin

On l'a compris, pas de coccinelles sans pucerons. L'équilibre de survie entre proies et prédateurs est chose fragile, où la gourmandise est vite punie. Le jardinier bio le sait bien, qui favorise depuis longtemps la présence dans son jardin de plantes appréciées des parasites. Eradiquer tous les pucerons signifierait faire fuir les coccinelles vers des sites plus nourriciers, et prendre le risque de subir une nouvelle attaque sans l'aide, cette fois-ci, des précieux auxiliaires. La biodiversité, une haie libre, un bout de prairie sauvage, un peu de « fouillis » dans ses cultures, quelques plantes naturelles qu'on aura laissé fleurir, d'autres qu'on aura semées volontairement, parce qu'elles sont particulièrement précoces, particulièrement goûteuses, quelques abris à insectes... – autant de stratégies qui permettront à nos amies de se nourrir dès le printemps, de pondre au sein de prometteuses colonies de pucerons, d'assurer à leurs larves une bonne croissance et de les inciter à rester ensuite tout l'été.



La "Coccinelle asiatique" ou "chinoise", importée pour la lutte biologique, mais devenue invasive : *Harmonia axyridis*



Il est souvent conseillé d'acheter des coccinelles d'élevage et de les lâcher dans son jardin. Cette pratique, on l'aura compris, reste aléatoire. D'abord, il n'est pas sûr que les insectes déposés, sous forme de larves ou d'adultes, trouvent rapidement de quoi se nourrir et survivre. De plus, si l'espace jardiné n'est pas favorable au maintien des proies, les prédateurs s'envoleront ailleurs. Quoiqu'il en soit, en cas d'achat, il faut absolument préférer une espèce indigène : *Adalia bipunctata*, par exemple, la coccinelle à 2 points. En effet, il est proposé aux clients une espèce asiatique, *Harmonia axyridis*, importée comme auxiliaire en 1982 dans les labos de l'INRA puis commercialisée en 1995... Elle est



devenue une espèce invasive entrant en compétition avec nos Coccinelles indigènes et les mettant en danger : elle est plus grande (5-8 mm), plus active, plus vorace, elle s'attaque même à leurs larves, quand elle manque de pucerons. Sa grande variabilité de coloration l'a fait nommée "Multicoloured Asian Ladybug" : pour preuve, quand on voit ces photos de deux variétés différentes de coccinelles chinoises, difficile de s'imaginer qu'il s'agit de la même espèce ! On peut juste remarquer qu'elle est plus orange que rouge, et que ses taches sont irrégulières. Elle progresse depuis les années 2000 à partir du Nord de la France, repérée depuis 2004 dans le Nord-est, elle descend inexorablement vers le Sud. Aujourd'hui, il est proposé dans le commerce des espèces incapables de voler, donc théoriquement inféodées au terrain sur lequel elles sont introduites. Méfiance ! Il suffit de penser aux dangers d'hybridation avec des espèces volantes pour rester vigilant et privilégier, une bonne fois pour toutes, le maintien de nos espèces indigènes... s'il est encore temps !





Les jardiniers du logis

(...Cultivent l'écologie)

Le lombricompost

Faire son compost quand on a un jardin devient chose connue et, par bonheur, de plus en plus répandue. Rendre à la terre les déchets organiques reconvertis en humus nourricier, limiter les transports de déchets, éviter la pollution d'une combustion inutile, produire les apports nutritifs nécessaires à ses cultures... les avantages en sont innombrables.

Depuis peu, se répand également le concept du compostage à la maison, le **lombricompost**. La technique est très proche du compostage de jardin : les matières organiques sont revalorisées en terreau grâce à des processus de décomposition et de fermentation aérobie. A l'extérieur, cette opération est réalisée grâce à une faune qui vient naturellement s'installer dans le composteur (bactéries, micro-organismes du sol, larves et vers de terre...). A la maison, ce sont des lombrics bien particuliers, qui vont s'en charger : **Eisenia foetida**, le ver rouge du fumier, rouge tigré de gris ou de jaune, qui apprécie les matières en décomposition, et **Eisenia endrei**, le ver de Californie, de couleur très rouge, qui préfère, lui, les matières sèches. L'idéal est donc un mélange de deux espèces, dans une petite installation pas très compliquée, pas très encombrante.



Comment Ça marche ?

Ce sont les vers qui vont fractionner, consommer, digérer, transformer, et enfin rejeter, les déchets organiques que vous leur fournirez. Ils consomment jusqu'à 2 fois leur propre poids par jour. Ils en réduiront le volume de 5 à 6 fois. Ils en feront un terreau fertile, grumeleux, ainsi qu'un liquide très nutritif pour vos plantes. Ces vers ont juste besoin de chaleur (entre 15 et 25°), d'humidité, d'obscurité, de calme. Aucun risque de les voir s'échapper de leur boîte, où ils se trouveront très bien. Pas de danger non plus d'odeurs désagréables, si le compostage est bien mené, il sentira le sous-bois et la terre...

Que peut-on composter ?

Restes et épluchures de fruits et de légumes, filtres et marcs de café, sachets de thé, coquilles d'œufs broyées font le régal des vers. Ils apprécient également des fibres sèches, qui équilibreront le rapport azote/carbone du compost : du carton, des boîtes à œufs, des poils d'animaux... Il faut éviter les féculents, la viande, le poisson, les produits laitiers, les graisses, l'oignon, l'ail et les agrumes. Quant aux quantités compostées, elles vont dépendre de l'activité des vers, donc de leur nombre, mais aussi de la température (optimale à 20°), de l'humidité ambiante, et de la finesse avec laquelle seront découpées et broyées les épluchures.

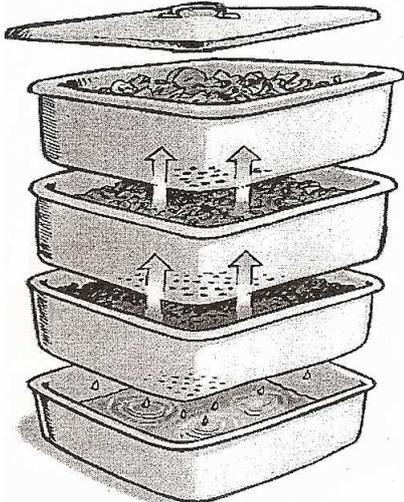
Comment récupère-t-on le compost ?

Grâce à un système de compartiments amovibles et percés de trous de communication : il suffit d'arrêter les apports de déchets dans celui qui est plein. Quand les vers auront décomposé toute la matière organique du premier, ils émigreront dans le compartiment suivant à la recherche de produits frais. D'autre part, le récipient à fond percé repose sur une soucoupe qui recueille le liquide nutritif libéré par le compostage.

Un lombricomposteur peut donc parfaitement trouver sa place dans une cuisine. Il existe un modèle commercialisé sous le nom de « Can-O-Worms ». Mais on peut aussi s'en confectionner un, de façon assez simple, et même avec des matériaux de récupération.

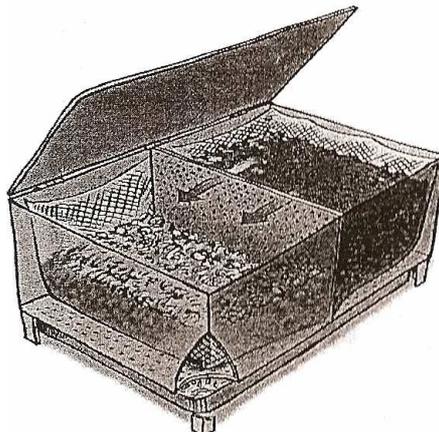
Bac à compartiments verticaux

- des bacs en polystyrène
- une planche pour le couvercle



Bac à compartiments horizontaux

- un bac en bois, ou un caisson en plastique
- une plaque en aluminium ou en acier inoxydable percés de trous.
- Une bassine pour la récupération du jus, placée sous le bac.



Bac cylindrique

- une poubelle d'une cinquantaine de litres
- une cloison de séparation permettant le passage des vers.
- un double-fond percé de trous plus fins
- un petit robinet à visser (de cuve d'eau)



Il faut ensuite installer et acclimater sa petite colonie de vers. L'idéal est de commencer avec un minimum de 1000 vers (soit 500 g) pour 1 à 2 personnes. Dans la région, on peut désormais s'en procurer à la **Ferme Lombricole de Cabriès** au tarif de 36 € pour ½ kg et de 56 € pour 1 kg.

Confectionner d'abord une bonne litière : de la paille, de l'herbe coupée, une bonne poignée de compost ou de fumier. Les vers raffolent du carton, ne pas hésiter à en mettre des petits morceaux bien imbibés. Ajouter quelques épluchures, mais très peu au début. Les vers doivent s'habituer à leur nouveau milieu, il faut attendre qu'ils aient consommé de petites quantités avant d'en rajouter d'autres. Au bout d'un mois ou deux, l'équilibre va se créer entre l'effectif de vers et les apports en matières organiques.

Informations en grande partie reçues à Jardilien, jardins solidaires d'Aubagne

Pour acheter des vers : <http://desbois-lombriculture.info/1.html>
Pour acheter un lombricomposteur : www.verslaterre.fr



La lacto-fermentation : Conserver et consommer différemment les légumes

Contrairement à la conservation par le froid (surgélation, congélation) ou à la chaleur (stérilisation), la lacto-fermentation ne nécessite aucune énergie et ne détruit pas les nutriments. Elle fournit ainsi un aliment de haute qualité nutritive à moindre coût financier et écologique.

Un peu d'histoire...

On raconte qu'elle aurait été découverte par hasard. Des Chinois chargés de construire la Grande Muraille auraient apporté des provisions de chou dans des jarres. Surpris par la neige et par un froid intense, ils auraient quitté le campement pour aller dans un village voisin.

Le mauvais temps continuant, le chantier aurait été laissé à l'abandon pendant plusieurs semaines. A leur retour, les ouvriers s'attendaient à trouver leurs provisions moisies. Quelle ne fut pas leur surprise en enlevant la couche de neige glacée qui les recouvrait. Non seulement elles ne sentaient pas mauvaises, mais elles étaient appétissantes. La neige, en tombant dessus puis en gelant, avait formé un couvercle hermétique qui les avait protégées de l'oxydation.



Lactobacillus, pediococcus, leuconostocs...

C'est en milieu anaérobie, c'est à dire en l'absence d'oxygène, que les bactéries lactiques fermentent les sucres qu'elles transforment en acide lactique (conservateur naturel de légumes), acide acétique (vinaigre) et éthanol (alcool comestible du vin).

Sur le plan nutritionnel, la transformation qui s'opère dans les aliments soumis à la lacto-fermentation s'apparente à une pré-digestion. Les légumes deviennent plus digestes que ceux consommés frais, crus ou cuits. Finis les ballonnements et les flatulences ! Enfin, cerise sur le gâteau, le processus assure non seulement une bonne conservation des vitamines présentes dans les légumes, mais il permet la synthèse de nouvelles vitamines (notamment B et C).

Si vous aimez le petit goût aigrelet de la choucroute, vous apprécierez celui des carottes, navets, fenouils, choux-fleurs, haricots verts, tomates, poivrons, courgettes, concombres, betteraves rouges, etc...

La lacto-fermentation : quelques recettes

Bâtonnets de Carottes marinés

Cette recette vous fera 6 pots de 500 ml de belles petites carottes prêtes à servir. Impossible de trouver cette marinade au marché ! Portez des gants de caoutchouc quand vous manipulez des piments forts, et n'oubliez pas de vous laver les mains, la planche à découper et la lame du couteau après.

Ingrédients :

- 3 litres de carottes préparées
- 4 c. à s. de poivron rouge haché fin
- 2 c. à s. de poivron vert haché fin
- 2 c. à s. de piment haché fin
- 2 c. à s. d'ail haché fin

Marinade :

- 1 litre et ½ de vinaigre
- 350 g de sucre
- 50 cl d'eau
- 4 c. à c. de sel pour marinade
- 2 c. à s. d'origan déshydraté

Pour un maximum de saveur et de valeur nutritive, utiliser des jeunes carottes cueillies du jour. Bien les brosser ou les peler. Les couper en petits bâtonnets d'environ 5 mm sur 10 cm de longueur. Dans un bol, mélanger le poivron rouge, le poivron vert, le piment fort et l'ail ; réserver. Dans une grande casserole émaillée ou en acier inoxydable (évitiez l'aluminium) mélanger le vinaigre, le sucre, l'eau et le sel pour marinades. Porter à ébullition ; laisser bouillir 5 minutes. Ajouter les carottes ; remettre à ébullition et laisser bouillir 2 minutes. Déposer 5 c. à thé (25 ml) de mélange de piments et d'ail et 1 c. à thé. (5 ml) d'origan au fond de chaque pot. Égoutter les carottes en conservant la marinade. Reporter la marinade à ébullition. Tasser les bâtonnets de carottes debout dans les pots. Remplir de marinade bouillante jusqu'à 1,5 cm du goulot. Stériliser à l'eau bouillante pendant 10 minutes.

Voilà ! Vos marinades seront prêtes dans un mois.



Recette express de haricots lacto-fermentés

Prendre des haricots fraîchement cueillis. Couper les bouts, ébouillanter les haricots quelques minutes et les mettre, bien tassés, dans des bocaux soigneusement lavés à l'eau chaude. Ajouter une saumure (froide) contenant 30 g de sel par litre d'eau, jusqu'à 1 cm du haut des bocaux. Verser par-dessus une mince couche d'huile. Laisser fermenter 1 à 2 mois dans un local frais.

Les haricots fermentés, qui sont croquants et d'une agréable saveur acidulée, peuvent être mangés crus (tels quels ou coupés en morceaux dans une salade) ou cuits, après rinçage, comme des haricots frais.

Des légumes de fin d'hiver au parfum exotique : Palak baingan aur channa (épinard et pois chiches)

(d'après « La cuisine traditionnelle de l'Inde »)

Pour 4 personnes :

- 500 g d'épinards frais lavés et hachés, du jardin ou du marché
- 5 grosses tomates de conserve (maison...), coupées en quartier
- 100 g de pois chiches secs
- 2 x 50 g de beurre
- 2 piments forts écrasés (quand on aime le relevé)
- 1 c. à c. de graines de cumin
- 2 c. à c. de gingembre frais râpé
- 2 c. à c. de coriandre en poudre
- 1 c. à c. de curcuma en poudre

Mettez les pois chiches à tremper toute une nuit. Faites-les bouillir dans leur eau jusqu'à ce qu'ils soient tendres (45 minutes en cocotte-minute), puis égouttez-les. Dans du beurre chaud, dans une cocotte, faites frire les graines de cumin, le gingembre, les piments, et en dernier lieu, les autres épices. Dès que toutes ces épices brunissent, jetez-y les quartiers de tomates et les épinards hachés. Laissez réduire jusqu'à ce que les légumes soient tendres et que l'eau soit presque entièrement évaporée. En fin de cuisson, incorporez délicatement les pois chiches et le beurre restant. Salez.

A consommer sans modération avec du bon pain ou... des chapatis ! (céréales + légumineuses + légumes). Bon appétit.

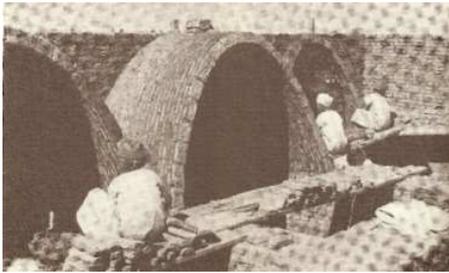




Les jardiniers bouquinent

Construire avec le peuple Hassan Fathy

C'était à l'Institut du Monde Arabe, Paris, 2002 : j'ai feuilleté ce bouquin, parmi tant d'autres. C'est son titre qui m'a interpellée. Et puis je l'ai lu... Et aujourd'hui, je le relis, pour la Feuille de Chou, afin de partager le message d'une expérience architecturale, si humaine, dans ses traits de génie comme dans ses déboires.



D'abord, le concept d'architecture épuré jusqu'à le ramener à son socle fonctionnel premier : habiter. La méthode architecturale attribuée non pas aux penseurs et autres intellectuels mais bel et bien à ceux qui auront à jouir de l'espace créé. La façon à ces mêmes personnes, les habitants-artisans, et dans ce cas les paysans, ceux dont l'auteur dit qu'ils ne parlent jamais d'art mais le produisent.

Puis la vocation «d'architecte du peuple» d'Hassan FATHY, influée par un cruel constat des campagnes égyptiennes du milieu du 20^{ème} siècle subordonnées à l'économie. Des campagnes « où rien n'était fait en fonction des êtres humains qui passaient leur vie là ». Des taudis déshumanisants, il tira le matériau de la solution au problème de la construction rurale :

la brique de boue extraite du sol et séchée au soleil. Il l'expérimenta, la mettant en œuvre et faisant rejaillir des techniques ancestrales de construction telle la voûte de briques, effectuée sans coffrage : trop peu de bois, trop peu d'argent là-bas... Il retrouve les « moallem », les maîtres en la matière, des nubiens, leur confie des apprentis, et il construit. Il construit, au point de se voir confier la maîtrise d'ouvrage d'un projet pharaonique, bâtir un village entier. Commanditaires : le Palais et son roi, son service des Antiquités, son service des Fellah. Motifs : les pillages incessants à Gourna, petit village sis en plein cœur de la Vallée des rois, cœur de l'Égyptologie, ont motivé l'expropriation de ses habitants, pour les éloigner des trésors ancestraux. Et les techniques redéployées par Fathy sont rapides et surtout économiques : des briques de terre !

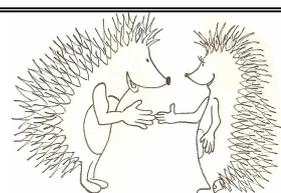
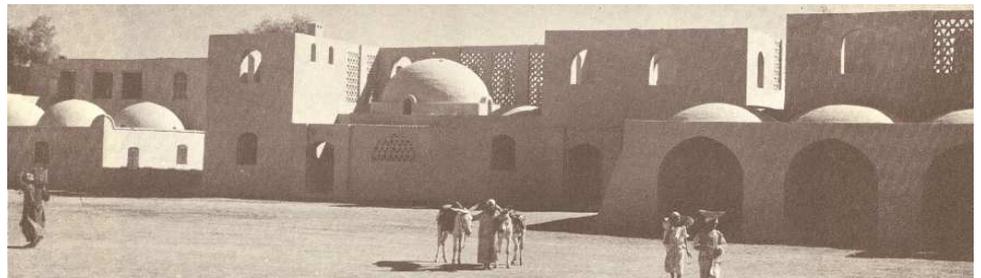
Enfin, c'est le chantier expliqué, du plan du village aux détails esthétiques ou techniques choisis pour les habitations. L'architecte s'est vu confié la responsabilité de « 50 arpents de terre vierge, 7000 Gournis qui devront y créer leur nouvelle vie ». La responsabilité d'une microsociété, démantelée en un point, recrée ailleurs. Sa réforme, pour lutter contre la décadence culturelle de l'architecture «abimée

par le délire de modernisme, la soif de clinquant, l'enchevêtrement de laideurs disparates », c'est d'associer le peuple à la conception, voire à la réalisation de son espace habitable. Ce peuple, qui a «ses lignes préférées, qui lui sont aussi spécifiques que sa langue, son costume ou son folklore... [qui] a su développer un langage visuel coloré et généreux qui convient parfaitement à son caractère et à son pays ».

*La Culture venue des racines
traverse tiges, bourgeons, feuilles et fleurs
D'une cellule à l'autre comme un sang vert
Et nourrit l'espace sous la pluie
De cette odeur de jardin arrosé.*

*Mais une culture venue d'ailleurs
Renversée sur les hommes les pétrifie ;
Les voici comme des poupées en sucre
Que les pluies généreuses de la vie
Transforment en une pâte informe et lourde*

Gourna a été vécu comme une expérience et un exemple du « faites-le vous-mêmes » ; il a cependant souffert du carcan du modernisme bureaucratique, informe et lourd, comme tant d'idées audacieuses, brillantes, humanistes, qui s'y retrouvent engluées, pétrifiées.



Les gens d'ici

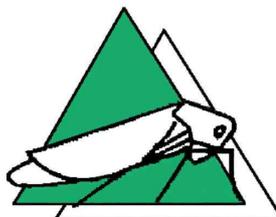
Trois clubs CIGALES

Quel point commun entre la **Brûlerie des Mondes** (torréfaction de café issu du commerce équitable), le **Sablier Editions** (société d'édition de livres pour enfants), **Autopartage Provence** (coopérative de voiture partagée à Marseille) et la **Case à Palabres** (salon de thé et commerce équitable) ? Ces entreprises, qui produisent des biens ou services à utilité sociale, ont toutes bénéficié d'un investissement par des **Cigales**.

Une Cigales, qu'est-ce que c'est ?

Un **Club d'Investisseurs pour une Gestion Alternative et Locale de l'Épargne Solidaire** (Cigales) rassemble entre 5 et 20 personnes qui épargnent ensemble pour investir dans des entreprises collectives (SA, SARL, SCIC, SCOP) qui remettent l'Homme et l'environnement au centre de leur activité. Les « Cigaliers » utilisent leur argent autrement. Ils le gèrent collectivement pendant 5 ou 10 ans en prenant des parts de capital dans des entreprises locales, dans des projets alternatifs dans les manières de produire, de consommer et d'échanger.

Les Cigales chantent aussi dans les Alpes de Haute Provence

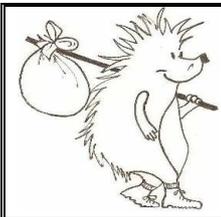


Nous partîmes cinq ou six, mais par un prompt renfort, nous nous vîmes, non pas 3000, n'exagérons rien, mais quand même 30, 40, bientôt 50, bref, largement de quoi fonder un, puis deux, puis trois clubs Cigales ! **Noisettes** à Forcalquier, les **Robines** à Digne et les **Quatre Coins** à Sisteron sont donc nés de la double scission d'un seul groupe de départ, réuni un soir de décembre à Volonne... Rapidement ses effectifs ont gonflé, jusqu'à exploser en trois équipes qui se sont réparti le territoire du 04...

Si les Cigales vous intéressent, n'hésitez pas à rejoindre le mouvement de ces épargnants actifs, qui se rassemblent pour développer une économie citoyenne !

Et si vous portez un projet et cherchez des financements, pourquoi ne pas faire appel à ces investisseurs solidaires ?





Jardins d'ailleurs

Jardins de SIMPLES en Ubaye

Rencontre autour d'une expérience racontée, un jour de neige, mois de mars à Méolans-Revel.

Simple. Et tellement complexe.

Simplicité volontaire, tel est le choix d'Isabelle Chayet.

Complexité du système dans lequel il peut s'exercer.

De l'énergie déployée à partir d'une passion qui est devenue un métier.

Dangerosité de l'expérience.

Bonjour... : on se présente, on s'installe à la table, on évoque la Vallée : le Lauzet, la petite Provence, un bonheur botanique où le thym, le figuier, la lavande y trouvent leur limite.

Marjolaine, hysope, sauge, origan, sarriette, menthe, mélisse..

Et malgré une mentalité difficile à intégrer, on s'y installe volontiers dans cette vallée, avec son soleil, ses montagnes, son lac, ses plantes. Surtout ses plantes. Pour l'apprentissage permanent qu'elles suscitent, pour le marché qu'elles représentent. Il faut bien vivre. La clientèle ? les touristes. Car les locaux ont leur propre pratique, qui de cueillette, qui de jardin. Le produit offert ? des plantes séchées, une quarantaine de variétés, moitié glanées, moitié cultivées. Leur valeur ajoutée ? leur origine et leur conditionnement ; la plante sèche, c'est un gros boulot (récolte, mondage, séchage, tri, mise en sachet). Même si les acheteurs sont d'ailleurs, l'offre n'est proposée que micro-localement. L'essentiel est écoulé à la maison de Pays de Jausiers. Plus une trentaine de marchés par an en local.



Le syndicat des S.I.M.P.L.E.S. : une marque de qualité

La production se fait, un peu ici, un peu là. Et la glane aussi, un peu ici, un peu là. En Basse Vallée de l'Ubaye exclusivement. Isabelle a choisi d'être petite, et d'intégrer le syndicat des SIMPLES, syndicat protecteur, initiateur, au cahier des charges très strict : normal, il en va de la santé des gens qui boivent, avalent, s'enduisent, se massent du pouvoir des plantes. Ainsi le syndicat préconise : des exploitations à taille humaine, des cultures et récoltes éloignées des grandes routes et autres lieux de pollution, un laps de temps court entre récolte et commercialisation, des cultures adaptées au biotope...

A Méolans, Isabelle Chayet assiste au jeu des saisons. Elle intervient, dès fin mars-début avril sur la taille. Et la biodynamie dans tout ça ? Oui, mais seule, ce n'est pas facile. Mieux vaudrait être à plusieurs. Il reste qu'elle ne récolte pas en jour « feuille », ni en jour « pointillé » (cf. le calendrier lunaire 2008), ni en lune montante, et que la tisane d'ortie a remplacé le purin, trop dur à manipuler, trop puissant. Encore une astuce, contre l'invasion des sauterelles : faire une barrière d'humidité autour du jardin : elles détestent. Elles détestent aussi les poules, prédatrices es-sauterelles, qui sont un peu délicates à gérer... Moins biobio, le voile de protection sur les semis, une fois passé le mois de mai. On peut être convaincue sans être dogmatique !



Dans le panier d'Isabelle, bon nombre de plantes sont des vivaces. Vivaces et résistantes au froid de la saison hivernale, à la brièveté de la saison estivale. Elle partage son univers sensoriel avec qui veut bien : lecteurs, consommateurs... - et les stagiaires investissent son labo, s'appuient sur son expérience. Elle s'alimente de leur science... Elle nous apprend que les plantes s'adaptent au climat ; le thym regorge de thymol s'il est exposé aux vents, bien plus qu'à l'abri ; le romarin est dépuratif lorsqu'il est coupé au printemps, antibiotique lorsqu'il est coupé à l'automne...



Une science qui se perpétue chez les SIMPLES. lorsqu'on analyse le produit d'une distillation tantôt dans un alambic en cuivre, tantôt dans un alambic en inox. Lorsqu'on suit, gravement, l'évolution du projet de loi REACH qui vise à recenser les produits chimiques, en y incorporant les huiles essentielles, vouées ainsi à être soumises à étiquetage chimique...Le vivant mis en boîte. Isabelle se sent concernée, même si elle ne produit pas d'huiles essentielles, parce que la plante est en danger dans cette labellisation du vivant.

S'adapter, oui, et proposer aussi des hydrolats, qui demandent

une moins grande quantité de plantes (sauvegarde et respect des espèces), qui sont issus d'une distillation moins longue, pour un produit plus léger, plus facile à utiliser. Et de là, s'adapter aux limites de la législation. Qu'est-ce qui relève de la médecine ? du soin ? du bien-être ? Les produits sont sur la sellette mais les mots aussi : les « jambes lourdes » relèvent d'une terminologie médicale...



S'adapter et garder sa ligne de conduite : ses plantes ne sont pas celles qui débarquent de tous les coins d'Europe et de l'Afrique du Nord. Elles poussent dans la vallée, se récoltent dans la vigilance et le respect des règles. Elles demandent du soin, de l'attention, un véritable engagement. C'est une vie simple en Ubaye, telle qu'Isabelle Chayet la vit, à emprunter cet univers comme une chance, à en subir les contraintes et en apprécier les plaisirs...

Simple et complexe donc.

Le Syndicat S.I.M.P.L.E.S., créé en 1982 en Cévennes, regroupe 80 producteurs-cueilleurs de plantes médicinales aromatiques, alimentaires, cosmétiques et tinctoriales, installés en zone de montagne ou dans des zones préservées. Ils suivent un cahier des charges (agréé en 1988 par le Ministère de l'Agriculture) très strict en ce qui concerne la protection de l'environnement, la préservation des ressources floristiques, la qualité de la production et le respect du consommateur.

C'est un état d'esprit... Le syndicat organise des fêtes des simples, comme à Rosans dans les Hautes-Alpes. Il dépoussière les simples de l'oubli, découvrant aujourd'hui ce que l'on savait. Il veut contribuer au maintien des agriculteurs en zone de montagne et faire reconnaître le statut professionnel de cueilleur de plantes sauvages, informer et sensibiliser un large public à la protection de l'environnement et aux démarches alternatives de production agricole (agroécologie, biodynamie, cueillette raisonnée, etc.) ainsi qu'aux démarches alternatives de santé et d'hygiène de vie (alimentation sauvage, phytothérapie...).





Jardins d'enfants

Les insectes, quelles drôles de bêtes !

Au jardin, toutes sortes d'animaux, petits et grands, cohabitent : chacun occupe son territoire, et cherche à se nourrir et à se reproduire. Certains parmi eux sont les « ennemis » des jardiniers : les pucerons, par exemple, ou les cochenilles, qui se régalent et dévorent toutes les nouvelles pousses des plantes – ils s'attaquent aux rosiers, aux légumes du potager, aux arbres fruitiers. C'est au début du printemps, quand les végétaux se réveillent et ouvrent leurs bourgeons, qu'ils s'installent et pompent la sève dans les jeunes feuilles et les boutons de fleurs.



Coccinelle

Heureusement, la nature est bien faite, et les pucerons ont eux aussi des ennemis : ce sont des animaux, oiseaux, insectes, qui se nourrissent de pucerons, et qui vont pouvoir ainsi limiter leur nombre dans le jardin... On les appelle des **prédateurs**.

Alors plutôt que d'utiliser des produits chimiques dangereux qui vont polluer la terre et empoisonner les plantes, on peut lutter contre les pucerons en accueillant leurs prédateurs, par exemple en leur préparant des refuges pour s'installer dans nos jardins...



Chrysope



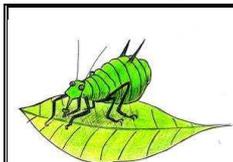
Syrphe

Qui mange les pucerons ? En fait, de nombreux insectes : coccinelles, chrysopes, syrphes... et surtout leurs **larves***...

Les adultes vont pondre près des colonies de pucerons, et dès que les œufs éclosent, les jeunes larves trouvent à manger et se précipitent sur leurs proies (c'est-à-dire les animaux qu'elles mangent).



Les larves des insectes, ce sont leurs bébés : ils sortent de l'œuf sous forme de petits vers qui doivent manger et grossir avant de se blottir dans leur cocon et de s'y transformer en adultes. Ça se passe comme ça chez tous les insectes : les papillons (leurs larves s'appellent les chenilles), les abeilles, les coccinelles...



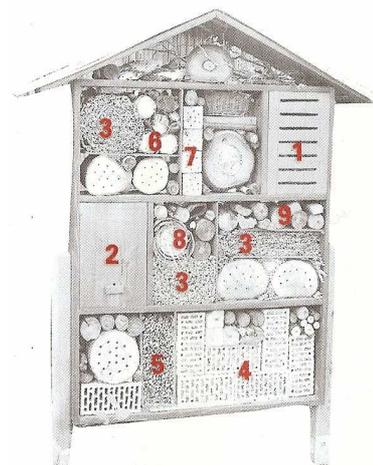
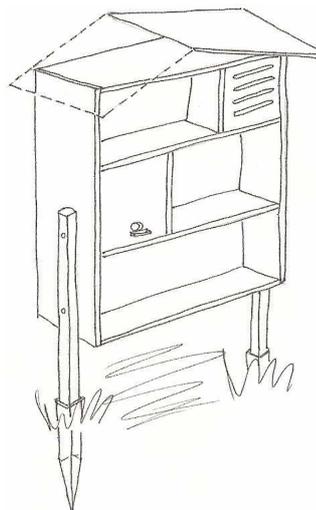
Le puceron n'arrive pas à digérer tous les bons éléments nutritifs contenus dans la sève de la plante qu'il pompe. Alors, il en rejette une bonne partie par l'anus, (comme du caca !) : c'est un produit très riche en sucre qu'on appelle le **miellat**.

Or, la fourmi est très gourmande de ce miellat, et du coup elle est devenue bergère ! Elle rassemble les pucerons en troupeau, elle les élève, elle les protège, et elle les « traite » pour déguster ce nectar...



Installe un hôtel à insectes dans ton jardin

Il te faut une structure en planches de bois brut résistant aux intempéries (mélèze, sapin, acacia...) préparée par un adulte : le modèle présenté ci-dessous est un vrai « immeuble », vous pouvez faire beaucoup plus simple (il y a en page 7 la photo d'un petit modèle en forme de triangle qui est très sympa).



Ensuite, tu y installes toutes sortes de matériaux pour loger tes insectes :

- ❶ Une boîte rouge remplie de fibres d'emballage attirera les **Chrysopes**
- ❷ Une autre boîte avec un trou de 10 mm de diamètre et une planchette d'envol pour les **bourdons**
- ❸ De la natte de roseau roulée pour la **mégachile** (abeille découpeuse)
- ❹ Des briques creuses remplies d'un mélange de glaise et de paille pour les **abeilles solitaires**
- ❺ Des tiges à moelle creuse (ronce, rosier, sureau...) pour les **syrphes**
- ❻ Des vieux bois pour les **insectes xylophages** (qui mangent le bois)
- ❼ Du bois sec avec des trous de 7mm de diamètre et de 6 cm de longueur pour les **osmies** (abeilles maçonnes)
- ❽ Un pot de fleur rempli de fibres de bois pour le **pince-oreille**
- ❾ Et des morceaux de branches pour les **Carabes**

Installe ton hôtel dans ton jardin, au moins à 30 cm au-dessus du sol, orienté vers le sud, et à l'abri de la pluie. Choisis un endroit planté de fleurs sauvages pour que les insectes trouvent de la nourriture. Sois patient et ne dérange pas trop tes nouveaux locataires...

Plan de l'hôtel tiré des « Quatre Saisons du Jardinage »

La mégachile, ou abeille découpeuse, est fascinante. Elle fabrique son nid avec des morceaux de feuille tout ronds qu'elle sectionne elle-même ! Puis elle les emporte un par un...

