




Jardin potager surélevé avec flore ségétale

Un mélange de légumes et de plantes accompagnatrices

-  Utilisation optimale de l'espace
-  Urban Gardening
-  Élément structurant



1. Bénéfique pour l'homme et pour la nature

Les potagers surélevés sont particulièrement appréciés en milieu urbain où ils peuvent meubler agréablement une terrasse ou un grand balcon. On les trouve aussi de plus en plus souvent dans les parcs et jardins publics. Lorsqu'on y cultive, en plus des légumes, des plantes sauvages indigènes et des fleurs poussant naturellement dans les champs (flore ségétale), le potager fournira de quoi se nourrir à la fois aux humains et aux insectes tels que les abeilles, papillons et autres.

Les plantes accompagnatrice typiques des champs sont peu concurrentielles et n'entravent pas la croissance des plantes utiles. En plus d'apporter de la couleur au milieu des légumes, elles sont surtout nectarifères et nourrissent ainsi de nombreux insectes. Ces plantes prospèrent spontanément dans les champs cultivés dont la terre est régulièrement retournée. Elles ont besoin de lumière et ne supportent pas les herbicides chimiques, raison pour laquelle elles ont pratiquement disparu des champs cultivés dans de nombreuses régions. Il est possible de les implanter de manière ciblée au jardin, par semis. Lors de l'achat des semences, veiller qu'elles proviennent bien de la région.

Avantages des potagers surélevés

- Ergonomie, moins de risque de se faire mal au dos.
- Moins sensibles au gel du sol, les légumes du potager surélevé peuvent être plantés plus tôt dans l'année ou récoltés plus tardivement.
- L'accès aux légumes pour les escargots, limaces et autres parasites est plus difficile. Si nécessaire, des barrières anti-limaces peuvent toutefois être utilisées.
- Peuvent être utilisés comme élément d'aménagement paysager à des fins esthétiques.

2. Instructions

2.1. Possibilités d'utilisation

Les jardins potagers surélevés sont utilisés à différents endroits et, selon leur disposition, servent également d'élément de séparation, de protection visuelle, voire de structuration en terrasse dans un terrain en pente. Il existe des plates-bandes surélevées en forme de table, particulièrement adaptées aux personnes en fauteuil roulant.



Jardin potager surélevé accessible aux personnes à mobilité réduite

2.2. Choix de l'emplacement

L'emplacement doit être adapté à la future plantation et tenir compte des exigences des plantes. Il est important de veiller à la stabilité et l'horizontalité des bacs avant de les remplir de terre et de plantes car il est très difficile de corriger les défauts après coup. La plupart des légumes apprécient le soleil. C'est aussi le cas de la flore ségétale. La grandeur du bac dépendra de la place disponible et du nombre de plantes souhaitées, mais dans tous les cas, le centre du bac ne doit pas être trop éloigné du bord. Ainsi, si la longueur peut être augmentée à loisir, la largeur ne devrait pas dépasser 2 mètres. Le matériau des parois des bacs, à savoir bois, métal ou pierre, n'a qu'une importance secondaire pour les plantations et relève surtout d'un choix esthétique.

2.3. Réalisation du jardin potager surélevé

1. Bac ancré dans le sol : placer le cadre à angle droit sur le sol et ajuster l'alignement.
2. Bien ancrer le cadre dans le sol ou le poser sur un support solide, de sorte qu'il soit bien stable.
3. Pour les plates-bandes surélevées mobiles non solidarisiées avec le sol, protéger les fondations avec une natte drainante structurée. Pour les plates-bandes directement en contact avec la terre du sol, placez un grillage anti-rongeurs à l'intérieur du cadre et fixez-le solidement tout autour. Cela empêchera les souris de venir manger les racines de vos plantes.
4. Facultatif : ajouter un feutre dans le fond du bac et en fixer les bords solidement contre les parois du bac. Ce filtre ralentira à la fois l'apparition de plantes non désirées et le lessivage de la terre. Le feutre peut être remplacé par de la toile de jute ou un autre textile. Ne pas utiliser une feuille d'étanchéité car l'eau doit pouvoir s'évacuer.
5. Verser la terre et la répartir régulièrement dans le bac. Les couches inférieures peuvent être remplies de matériaux grossiers à peine décomposés (branches, brindilles) qui se décomposeront avec le temps et libèreront ainsi continuellement des nutriments. En plus de favoriser la croissance des légumes, cela améliore la perméabilité des couches de substrat. Il n'est donc pas nécessaire de remplir le bac uniquement avec de la terre de qualité. Bien tasser les couches inférieures car le contenu du bac va s'affaisser sous l'effet du processus de décomposition. Pour la couche supérieure, utiliser une terre fine et riche en nutriments. Les terreaux sans tourbe pour les potagers ou les plantes en pot ainsi que le compost conviennent bien.
6. Plantation : semer les graines selon les instructions figurant sur l'emballage ou mettre en place des plantons pré-cultivés. Ne pas semer trop tôt, car il peut geler pendant la nuit jusqu'à mi-mai. En ce qui concerne les fleurs des champs accompagnatrices, semer les graines suffit car ces espèces, généralement annuelles, germent facilement.
7. Placer des étiquettes résistantes aux intempéries afin de pouvoir distinguer plus tard les plantes souhaitées des indésirables à arracher.
8. Arroser précautionneusement en évitant que l'eau ne déplace les graines.



Parterre de plantes vivaces indigènes

2.4. Choix des plantes

Vous trouverez en fin de cette fiche une sélection d'herbes sauvages comestibles et de fleurs ségétales appropriées.

En principe, les plantes qui aiment la chaleur conviennent bien, car les plates-bandes surélevées sont généralement installées dans des endroits ensoleillés. Procéder à une rotation des cultures, comme le font les agriculteurs dans leurs champs : cultiver les plantes dites à forte croissance comme les tomates, les choux ou les concombres pendant les deux premières années et les plantes à faible croissance comme les salades et les épinards seulement à partir de la troisième année. On peut y ajouter des oignons, des carottes, des haricots, des radis ou des fraises - en fonction de ses préférences. Mélanger diverses plantes est un bon moyen de prévention contre les nuisibles.

Les plantes sauvages sont tout à fait adaptées aux jardins surélevés. Contrairement à leurs cousines cultivées, elles sont très robustes et s'adaptent facilement. Elles croissent sur une terre pauvre en nutriments et n'ont pas besoin d'engrais. En fonction de l'espèce, leurs feuilles ou leurs fleurs peuvent être utilisées en cuisine.

3. Conseils d'entretien et autres recommandations

Le substrat de plantation des bacs surélevés s'affaisse constamment, de sorte qu'il faut régulièrement rajouter de la terre fraîche. Si nécessaire, après quelques années, on ajoutera un peu de compost ou d'engrais organique ou on videra le bac totalement pour refaire les couches inférieures et remplacer la couche de terre supérieure.

Ceux qui utilisent des cadres en bois doivent être conscients que ce matériau se détériore au fil du temps et doit être remplacé après quelques années.

4. Choix des plantes

4.1. Plantes sauvages comestibles

Nom français	Nom latin
Achillée millefeuille	<i>Achillea millefolium</i>
Alliaire officinale	<i>Alliaria petiolata</i>
Ciboulette	<i>Allium schoenoprasum</i>
Ail des ours	<i>Allium ursinum</i>
Pâquerette vivace	<i>Bellis perennis</i>
Cardamine des prés	<i>Cardamine pratensis</i>
Chicorée sauvage	<i>Cichorium intybus</i>
Carotte sauvage	<i>Daucus carota</i>
Reine des prés	<i>Filipendula ulmaria</i>
Fraisier des bois	<i>Fragaria vesca</i>
Gaillet mollugine	<i>Galium mollugo</i>
Gaillet odorant	<i>Galium odoratum</i>
Lierre terrestre	<i>Glechoma hederacea</i>
Lamier rouge	<i>Lamium purpureum</i>
Plantain lancéolé	<i>Plantago lanceolata</i>
Origan	<i>Origanum vulgare</i>
Ficaire	<i>Ranunculus ficaria</i>
Rumex oseille	<i>Rumex acetosa</i>
Sauge des prés	<i>Salvia pratensis</i>
Mouron des oiseaux	<i>Stellaria media</i>
Tanaisie commune	<i>Tanacetum vulgare</i>

Pissenlit officinal	<i>Taraxacum officinale</i>
Thym pouliot	<i>Thymus pulegioides</i>
Trèfle des prés	<i>Trifolium pratense</i>
Tussilage	<i>Tussilag farfara</i>
Ortie dioïque	<i>Urtica dioica</i>

4.2. Exemples de fleurs des champs accompagnatrices

Nom français	Nom latin
Nielle des blés	<i>Agrostemma githago</i>
Anthémis des teinturiers	<i>Anthemis tinctoria</i>
Buplèvre à feuilles rondes	<i>Bupleurum rotundifolium</i>
Bleuet	<i>Centaurea cyanus</i>
Carotte sauvage	<i>Daucus carota</i>
Ibérus amer	<i>Iberis amara</i>
Miroir de Vénus	<i>Legousia speculum-veneris</i>
Camomille vraie	<i>Matricaria chamomilla</i>
Muscari des vignes	<i>Muscari neglectum</i>
Orlaya à grandes fleurs	<i>Orlaya grandiflora</i>
Coquelicot	<i>Papaver rhoeas</i>
Réséda des teinturiers	<i>Reseda luteola</i>
Épiaire annuelle	<i>Stachys annua</i>

5. Annexes

5.1. Informations complémentaires

Sur le site www.votre-jardinier.ch vous trouverez les professionnels membres de JardinSuisse qui vous aideront à planifier et à réaliser des modules nature.

Vous trouverez d'autres fiches et des adresses de jardins sur le site www.naturmodule.ch/fr/.

5.2. Crédit photo

Un grand merci à Sebastian Meyer pour la mise à disposition d'images.