

EN ROUTE VERS LA TRANSITION

5 ÉTAPES POUR RÉUSSIR SON 1ER POTAGER À LA SAUCE PERMACOLE



UNE COOPÉRATION L'UNIVERSITÉ DES ALVÉOLES & AVEC LE VIVANT

AVANT VOTRE LECTURE...

Ce document est rempli d'informations précieuses et nous savons que vous avez hâte de découvrir tout ce qu'il contient. Nous y avons mis le fruit de l'expérience que nous avons accumulée ces dernières années à travers notre pratique jardinière et l'aménagement de potagers en permaculture et nous espérons qu'il vous aidera à obtenir les résultats que vous cherchez.

Si vous souhaitez profiter d'autres ressources gratuites pour vous aider à atteindre vos objectifs, nous vous invitons à rejoindre notre groupe de discussion sur Facebook, ou à visiter notre blog <https://potager-permacole.fr/> où nous vous partageons nos trucs et astuces chaque semaine. Vous pouvez nous rejoindre en utilisant le lien suivant: [Rejoindre notre groupe de discussion « Mon potager à la sauce permacole » sur Facebook.](#)

Antoine Talin

François Goldin

Samuel Bonvoisin

CETTE MÉTHODE EST POUR VOUS...

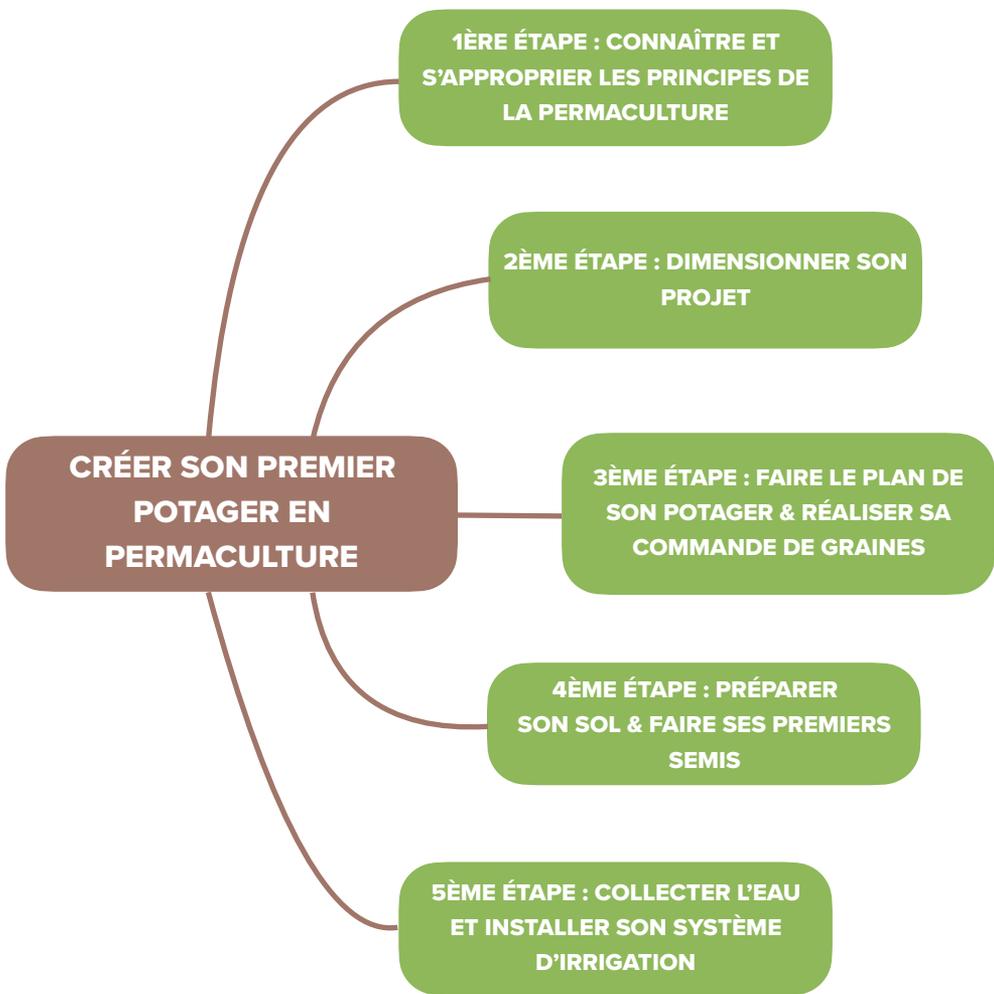
Ce document rassemble en quelques pages l'ensemble des étapes de la méthode que nous avons développée pour aider les personnes qui souhaitent se lancer dans la création de leur premier potager en permaculture.

Il y a 10 ans, il existait très peu de ressources en français sur le potager en permaculture. Aujourd'hui, internet et les rayonnages des librairies regorgent de littérature et de conseils sur le potager bio, et la permaculture, au point qu'il est parfois difficile de s'y retrouver. En tant que formateurs, consultants ou plus largement acteurs engagés depuis de nombreuses années dans la transition écologique, nous sommes régulièrement sollicités par des personnes, peut-être comme vous, qui recherchent une méthodologie simple, clé en main, pour débiter leur projet de potager.

Entre les personnes qui vous disent que « c'est pas sorcier », et vous impressionnent avec leur jardin qui déborde de beaux (et bons) légumes en été et celles qui vous découragent en vous narrant leurs déboires, vous vous demandez si jardiner est « fait pour vous » ?

Grâce à notre expérience de designers et formateurs en permaculture depuis 2014, nous avons petit à petit construit une méthode dont nous connaissons l'efficacité, et dont nous savons qu'elle peut aider des gens comme vous à démarrer en douceur un projet de potager en permaculture, que vous soyez en ville ou à la campagne.

Donc si vous sentez que « cette année c'est la bonne », et que vous sentez l'appel du jardin résonner en vous, sachez que vous êtes entre de bonnes mains : vous avez dès maintenant accès à l'ensemble des étapes de notre méthode dans ce document.



ÉTAPE 1.

CONNAÎTRE ET S'APPROPRIER LES PRINCIPES DE LA PERMACULTURE

Les 20 principes issus de l'observation du vivant. Associés à un cadre éthique (prendre soin de la Terre, prendre soin de l'Humain, partager équitablement les ressources), les principes forment une boîte à outils, guidant les choix, cadrant l'action.

Voici une liste de 20 principes :

- Travailler avec le vivant, plutôt que contre lui
- Accélérer les successions
- Rester en mouvement, préserver/développer son énergie
- Favoriser les associations mutuellement bénéfiques
- Ne pas produire de déchets
- Privilégier les ressources locales et renouvelables
- Valoriser les bordures
- Intégrer plutôt que séparer
- Utiliser et valoriser la diversité
- Un élément remplit plusieurs fonctions
- Une fonction est assurée par plusieurs éléments
- Favoriser les effets de lisière
- Observer, puis interagir
- Partir des structures d'ensemble pour aller vers les détails
- Obtenir un résultat et le célébrer
- Privilégier toujours les solutions lentes à petite échelle
- Le problème est la solution
- Les seules limites sont la connaissance et l'imagination
- Accepter le feedback et y réagir positivement

ÉTAPE 2.

DIMENSIONNER SON PROJET

Au centre de la démarche en permaculture se trouve la notion de « design », à la fois une manière d'assembler des éléments dans un système, mais aussi de préciser votre intention. C'est avant tout un travail d'observation de vous-même et du terrain.

2.1. Faire la liste de ce que vous souhaitez cultiver

Établissez une liste raisonnable qui comprend les légumes que vous aurez plaisir à trouver sur votre table. Pour une 1ère année, évitez de trop vous compliquer la tâche en prenant beaucoup de variété de légumes, même si c'est très tentant ! Certains légumes sont plus faciles que d'autres (courgettes, courges, radis,...) : une bonne récolte en première année vous encouragera à poursuivre.

2.2. Estimer le potentiel de votre terrain

De quelle surface disposez-vous ? On comptabilisera uniquement les espaces qui reçoivent au minimum 6 heures de lumière chaque jour. On vérifiera que le sol n'est pas pollué, et qu'on bénéficie d'un accès à l'eau. Une surface de 300 m² sera probablement nécessaire pour nourrir 2 personnes, mais bien s'occuper d'un potager de 50 m² sera déjà un beau défi pour un.e débutant.e !

2.3. Déterminer le bon emplacement

Il est toujours possible d'améliorer un sol, d'installer un niveau robinet, de protéger un espace des vents dominants, etc.. Pour choisir l'emplacement de votre potager, privilégiez des critères structurels, comme la proximité avec la cuisine ou l'ensoleillement (>6h par jour).

ÉTAPE 3.

FAIRE LE PLAN DE SON POTAGER

Une fois que l'emplacement et les dimensions de votre potager sont déterminés, entrons dans la logique d'aménagement de cet espace proprement dit. On peut commencer par travailler sur les cheminements (suffisamment larges pour que cela reste confortable au quotidien), puis on va s'intéresser au choix des plantes.

3.1. Etablir un calendrier de semis et de plantation

Préparez un tableau et notez la période idéale pour le semis ou pour la plantation de chaque variété de légume. Sachez que toutes les variétés d'un même légume ne se sèment pas à la même période : par exemple, les petits pois à grains lisses ne se sèment pas à la même période que ceux à grains ridés. Même chose pour les salades : certaines ne supportent pas la chaleur alors que d'autres s'en moquent !

3.2. Déterminer l'emplacement futur de chaque légume

Déterminez sur un plan les différents espaces de culture (qu'on appellera ici par commodité « planches », même si ces espaces n'ont pas besoin d'être rectangulaires !), et identifiez pour chaque espace quels légumes vous allez associer. Il existe de nombreux tableaux des associations de légumes, qu'on trouve désormais facilement sur internet.

3.3. Préparer sa commande de graines

Passez commande de vos graines chez un semencier bio, idéalement situé près de chez vous : en + de soutenir l'artisanat local, les graines obtenues seront probablement plus adaptées à votre contexte pédo-climatique !

ÉTAPE 4.

PRÉPARER SON SOL

En attendant que vos graines arrivent, vous pouvez commencer à préparer vos planches de culture. La première étape peut être de faire un petit diagnostic de votre sol : est-il plutôt argileux, plutôt sableux ? Riche en matière organique ? Ensuite vous pourrez vous retroucher les manches : désherber, aérer, amender, semer, et pailler.

4.1. Mieux connaître son sol (diagnostic initial)

Récolter des informations sur son sol est essentiel pour en prendre soin : les carottes et les asperges préféreront les sols sableux, tandis que les courges aimeront un sol riche, chargé en humus. Prenez le temps de vous renseigner et de faire quelques petits tests simples (test du boudin, du bocal).

4.2. Désherber, aérer, amender

Si l'on s'y prend à l'avance, on peut couvrir le sol avec des cartons, ou une bâche : ainsi, les vers de terre travailleront pour nous pendant tout l'hiver ! Si l'on a plus le temps, on peut se lancer dans des techniques plus élaborées, comme les « lasagnes ». Quoi qu'il en soit, ne négligez pas d'apporter du compost, ou du fumier bien décomposé en surface.

4.3. Protéger, pailler

Une fois les semis réalisés et le sol réchauffé par les belles journées du printemps, on peut pailler copieusement, surtout si l'on craint de fortes sécheresses. On peut continuer à apporter de la matière en surface tout au long de la saison. Si vous avez des poules ou des canards, pensez à protéger vos jeunes plants à l'aide de « cages à plantes mobiles ».

ÉTAPE 5.

GÉRER L'EAU AU POTAGER

Vos semis sont réalisés, il est temps de vous organiser en prévision de l'été ! Eh oui, l'eau est bien souvent désormais l'élément limitant au potager, alors il est important de bien concevoir son système d'arrosage ! Mais avant ça, on peut mettre en place quelques stratégies pour réduire au maximum les besoins, et ainsi économiser cette ressource qui se fait rare...

5.1. Avant toute chose : réduire ses besoins

Les stratégies pour limiter les besoins en eau sont nombreuses : couvrir le sol avec un paillage bien épais, utiliser des ombrières pour protéger les semis, sélectionner des variétés de légumes plus résistants à la sécheresse...

5.2. Dimensionner son système d'irrigation

Que vous optiez pour un système d'irrigation par aspersion ou par goutte-à-goutte, il vous faudra d'abord récupérer et stocker l'eau. Une cuve de récupération d'eau de pluie fera l'affaire, connectée à votre châteaueau, et protégée de la lumière et du rayonnement solaire pour éviter le développement d'algues et de bactéries.

5.3. Anticiper pour les épisodes extrêmes

Quelles ont été les plus longues périodes sans aucune pluie ces dernières années dans votre région ? Connaître cette information vous aidera à prévoir le volume d'eau dont vous devriez disposer en dernier recours, lorsque surviendront des épisodes extrêmes. Et pourquoi pas faire évoluer votre potager vers un jardin-forêt, qui sera plus adapté et résilient face aux changements climatiques ?

TÉMOIGNAGES

« Tout simplement bluffant ! Connaissances ultra pointues tant au niveau scientifique que pratique. La transmission se fait dans l'esprit de partage, dans la bonne humeur ! ».

Victoria, août 2018.

« J'ai été très frappé par le très haut niveau des intervenants et aussi par leur très bonne pédagogie. C'était passionnant ! Ils ont transmis de manière exemplaire leurs connaissances à tous les stagiaires présents. Les cours étaient variés et complets, les exercices pratiques très appropriés. Ils nous ont également conseillé beaucoup d'auteur(e)s et d'ouvrages à lire, de sites internet intéressants, ils nous ont conseillé des lieux à visiter et encore plus. Grande disponibilité et qualité des réponses. »

Pierre-Edouard, permaculture avril 2019.

« J'ai été absolument épatée très positivement par les contenus très riches et très diversifiés du stage. La maîtrise des responsables du stage est impressionnante. ».

Isabelle, juin 2019.

« J'ai rencontré une équipe de gens passionnés, impliqués et qui m'ont redonné de l'espoir pour l'avenir. J'ai appris énormément de choses sur les plans technique, scientifique, pratique, humain... ».

Valérie, août 2019.

ET VOILÀ !

Vous connaissez maintenant toutes les étapes de notre méthode. Il s'agit de la même méthode que nos étudiants ont utilisée ces dernières années et qui leur a permis d'obtenir des résultats parfois extraordinaires.

Ces personnes venaient de tous les milieux et avaient vécu des parcours différents ! Elles partageaient toutes le même besoin de passer à la pratique. En plus de produire de bons légumes et de ressentir la satisfaction de « mettre les mains dans la terre », ils témoignent que cela donne plus de sens à leur existence et ils éprouvent la joie de se rapprocher du vivant !

Ces dernières années nous avons eu la chance de voir notre travail mis en valeur par des magazines comme les 4 saisons du jardin bio de terre Vivante, ou des références dans le domaine de l'agro-écologie comme Les Amanins ou l'éco-centre du Bouchot.

Aujourd'hui cette même méthode vous est accessible à vous aussi ! Nous savons que certains d'entre vous utiliseront les étapes que contient ce document pour démarrer leur 1er potager, ou lui donner un nouvel élan. Et c'est super! Nous savons aussi que d'autres souhaiteront profiter d'un accompagnement plus rapproché et c'est la raison pour laquelle nous proposons une formation en ligne dédiée à ce sujet...

[Cliquez ici pour en savoir plus sur notre formation en ligne "Démarrer et concevoir son potager en permaculture"](https://potager-permacole.fr/)