



Tout le monde jardine

Bulletin d'information et nouvelles des membres du R.J.É.

Bienvenue 2015

Quoi de neuf pour 2015 ?

- Une première rencontre-activité le 28 mars : notre colloque annuel se tiendra au C.I.H.M à Ste-Christine, sous le thème : **la Nature, une exemple à suivre**. De nouveaux produits ou techniques écologiques seront présentés par des exposants en début de journée. L'assemblée annuelle du R.J.É. suivra, et pour le dîner : un repas de cabane à sucre nous sera servi par un traiteur de la région (il faut réserver). Comme d'habitude en après-midi, notre populaire émission VIDÉO **Tout le monde jardine** sera enregistrée devant public, voir la liste des invités .

- Pour les autres activités de l'année, nous poursuivrons notre volet formation en suivant le rythme des saisons. Comme nous souhaitons jardiner et récolter le plus longtemps possible, nous présenterons des exemples de jardinage intensif en proposant des choix de variétés de fruits et de légumes à cultiver avec ou sans abris et des suggestions avec des calendriers de culture pour les 4 saisons. Plus de détails dans les prochaines info-lettres. Il y aura aussi nos visites de jardins comme d'habitude.

C'est le temps de renouveler son adhésion au R.J.É. pour 2015. Nous offrons à toutes les personnes qui se seront abonnées avant le 6 avril et qui commanderont l'édition 2015 de l'**Agenda du jardinier - calendrier lunaire**, un rabais de 3\$ équivalent aux frais de poste. À noter qu'un nouveau coupon d'adhésion est imprimé à la page 8 et aussi téléchargeable sur notre site : www.rje.qc.ca

Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux abonné(e)s qui se sont inscrits vers la fin de 2014, votre adhésion est valide pour 2015.

À la prochaine rencontre

Christiane Émond, présidente



Colloque et assemblée annuelle du R.J.É.
Samedi 28 mars 2015

Thème : La Nature, une exemple à suivre ...

Lieu : Centre Interprétation de l'Horticulture de la Montérégie, CIHM
au 1054 rang #1, Ste-Christine

Horaire de la journée et liste des activités

- | | |
|---------|--|
| 9:00 h | Inscription |
| 9:30 h | Mot de bienvenue |
| 9:45 h | Présentation des exposants et visite de leur kiosque |
| 11:00 h | Assemblée générale annuelle du R.J.É. |
| 12:00 h | Dîner de cabane à sucre par un traiteur |
| 13:30 h | Enregistrement de l'émission <i>Tout le monde jardine...</i>
sous le modèle de l'émission <i>Tout le monde en parle</i> . |
- Les animateurs: Sylvain Verville, Guy Dion,
assistés de Julien McDuff, Daniel McDuff et Louise Leblanc
- Les invités :
- Serge Fortier, horticulteur paysagiste écologiste
 - Robert Perras, producteur et transformateur de l'argousier
 - Nicole Lafleur et François Champagne jardiniers de coeur et de passion
 - Anny Schneider, herboriste et auteur et femme de paroles
 - Denis Greef, conservateur pour les plantes indigènes du Québec.
- 16:00 h Clôture de la rencontre

Le coût de l'activité du 28 mars incluant le repas : \$8/membre, \$12/non membre

N.B. Il faut confirmer votre présence avant le 20 mars (réservation pour le repas)

Réservations par courriel : info@rje.qc.ca

ou tél : Christiane : 450 539-3696

Le mot de l'éditeur

Même si je me relaxe de temps en temps, plusieurs projets nouveaux et anciens sont en cours : l'info-lettre, le calendrier lunaire, le site web, l'archivage des documents écrits et visuels sur le site du R.J.É. En hiver, je médite, je me repose, je prépare la mise en projets. Une chance que mon ordi ne prend pas de vacances....



Mon expérience de cultiver toute l'année



1-Construction d'un tunnel chauffée (ou serre) *

Depuis longtemps, je rêvais de jardiner dans une serre et ainsi pouvoir m'approvisionner en légumes frais durant les saisons où la température n'est pas favorable à l'extérieur.

À la fin septembre 2013, je décide d'ériger une serre ou plutôt un tunnel chauffé qui me permettra de faire mes premières expériences de culture pendant les saisons froides.

Après un mois de travail continu, la serre est maintenant prête : chauffage et irrigation compris. À la fin d'octobre, juste avant les gelées, plusieurs plantes du jardin sont transplantées dans ce nouvel espace protégé: céleri, thym, romarin, tomates, choux, brocolis, fleurs, etc.

Je fais mes premiers semis vers la mi-novembre : épinards, laitues, pois mange-tout, fèves grim-pantes. La germination est lente, les laitues et les épinards poussent mieux. Puis viennent les grands froids de décembre avec 2 pannes majeures d'électricité. Comme la serre est chauffée à l'électricité, je panique un peu, j'essaie d'installer un chauffage auxiliaire avec un réchaud de camping; il fait trop froid, l'installation au propane ne suffit pas. J'abandonne les plants à leur sort...

À ma grande surprise, même s'il fait -25°C dehors et -5°C à l'intérieur de la serre, seuls les plants de tomates n'ont pas survécus. L'électricité revient, et la vie reprend dans ce petit jardin intérieur chauffé. Hydro-Qc est bien content de m'avoir comme client: je reçois un premier compte, une augmentation de 500\$ par rapport à la même période, un an auparavant.

Je décide de mieux isoler ma serre pour qu'elle soit plus facile à chauffer et surtout pour ne pas trop encourager l'Hydro-Qc... Janvier et février passent, tout est stable dans la serre ; malgré un chauffage d'environ 4500 watts, je ne peux garder la température de la nuit à plus 5-8°C. Le jour, la température se maintient facilement entre 18-25°C, quand c'est ensoleillé.

Vers la fin janvier, je décide de partir des plants de tomates de serre (à 1\$/graine) à l'intérieur de la maison; puis une fois germés, je les amène à la serre; il fait encore trop froid la nuit, les plants ne poussent pas. Ils seront finalement transplantés vers la fin mars dans des planches aménagées dans mon tunnel. Je commence à manger mes premières laitues et les pois-mange-tout, enfin une première récolte tant attendue...

Je mangerai aussi mes premières tomates à partir de la mi-mai et jusqu'au 1 novembre. La dizaine de plants de tomates de la serre m'ont permis de faire 80% de mes conserves.

Conclusion de mon expérience de tunnel chauffé:

- Le chauffage est trop dispendieux (plus de 1200\$/chauffage pour l'hiver) et insuffisant pour avoir un espace de culture adéquat pour des plantes qui ont besoin de pousser avec une température minimum de 18°C. Toutefois l'efficacité d'un tunnel ou d'une serre avec un double polythène permet sans chauffage de conserver des plants et des récoltes tout l'hiver, surtout si on peut y ajouter des toiles flottantes protectrices.

- En ajoutant des tablettes, j'ai presque doublé la superficie de la serre, ce qui m'a permis de repiquer plus de 40 caissettes de jeunes plants et de fleurs pour le jardin.

- En expérimentant le semis direct pour des plants de tomates (vers 1 avril) et concombres et courges (vers 15 avril), j'ai pu les transplanter directement au jardin sans stress de repiquage, d'étiollement ou d'acclimatation au soleil. Cette expérience a aussi comme avantage de faire ses semis intérieurs plus tard sans avoir besoin d'aménager une chambre à semis (éclairage artificiel et température contrôlée), donc pas d'achat ou de préparation de terreau ni besoin de nettoyer la maison...

Construction et aménagement du tunnel

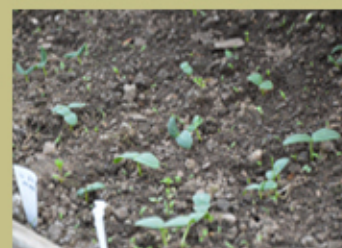


28 mars transplantation des tomates

15 avril repiquage des caissettes

15 avril installation des tablettes

18 avril germination des courges



*Plusieurs vidéos de mes expériences sont disponibles sur le site du R.J.É. (section des membres) ou via les info-lettres du RJÉ

Mon expérience de cultiver toute l'année

par Jean-Jacques Marcil

2- Construction d'une couche froide

- J'avais déjà par le passé, fabriquer une couche froide dans laquelle je conservais ma réserve de légumes racines pendant tout l'hiver. Les carottes et les betteraves étaient récoltées et placées dans des caisses de plastique, le tout recouvert d'au moins 10-12 pouces de feuilles mortes (non humides). Une couverture de polythène empêchait la pluie ou la neige de mouiller ou geler les légumes.

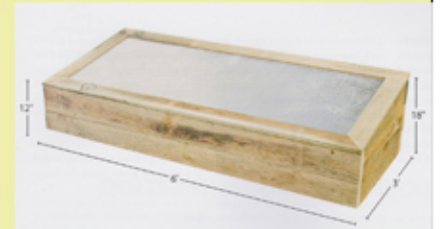
- Suite à la lecture de «*The Year-round Vegetable Gardener*» de Niki Jabbour, j'en ai construit une nouvelle cette année en suivant les dimensions de celle-ci : 6 pi de longueur X 3 pi de large avec une hauteur maximum de 18 pouces et minimum de 12 pouces. Le couvercle est fait du coroplast spécial translucide qui résiste aux rayons UV.

- Mon expérience de cette année est de cultiver directement dans la boîte (couche) des laitues, des épinards et des oignons à botte. Les semis doivent être effectués ou avoir germés avant pour le 1 septembre (région 4B) pour que les plants soient assez développés pour couvrir entièrement la surface cultivée.

- Lors de notre démonstration du 1 novembre 2014, plusieurs suggestions ont été avancées pour bien isoler le pourtour de la couche froide. À voir la vidéo de la construction et l'utilisation de la couche froide sur le site du RJE au www.rje.qc.ca (section des membres/activités 2014/atelier 1 nov. 2014).



Photos d'exemples de modèles de mini-serre et de couche froide tiré du Livre *The Year-round Vegetable Gardener* de Niki Jabbour.



Le Thym cet inconnu

«Si j'en crois mon expérience, trop nombreux sont les malades qui chassent à coup de canon, quand un fusil en bois suffirait amplement... Sages sont ceux qui n'utilisent l'artillerie lourde que quand elle devient vraiment nécessaire... C'est bien parce que les plantes constituent de petites armes légères, adaptées et efficaces contre une multitude de maux divers, que je crois en elles. » Maurice Mességué dans Mon herbier de santé.

J'aime bien cette citation de Maurice Mességué. Depuis très longtemps, les plantes qui nous guérissent, les médicinales, me fascinent, mais l'utilisation de celles-ci pour soulager les petits maux est récente dans ma vie, je dirais depuis environ deux ans...et ça marche! Je profite donc de l'occasion pour vous entretenir de mes petites découvertes.

Pour les jardiniers que nous sommes, chevronnés ou débutants, les plantes habitent notre environnement que ce soit au jardin, sur le balcon ou dans la maison. Ils nous est donc possible de cultiver quelques plantes de notre choix et de nous en servir. Aujourd'hui, j'ai choisi de vous parler du thym (*Thymus vulgaris* L.).

Originaire du bassin méditerranéen occidental, le thym appartient à la famille des Labiées tout comme le basilic et le romarin. Il croît à l'état sauvage dans une grande partie de l'Europe méridionale et au-delà. Les Égyptiens, les Grecs et les Romains appréciaient ses vertus curatives. Au Moyen Âge il était cultivé dans les jardins monastiques comme herbe culinaire et médicinale. À cette époque on lui attribuait aussi des propriétés magiques : une potion à base de thym suffisait pour acquérir le pouvoir de voir les fées.



Le thym est facile à cultiver et ne nécessite pas beaucoup d'entretien. Il se contente d'un sol pauvre et sec mais raffole du soleil. Malgré que le thym soit une plante vivace, il arrive qu'au Québec il ne survive pas toujours à l'hiver. Chez-moi, j'ai la chance de le revoir à chaque printemps. J'habite une région en zone 5.

Dans le potager, il fait un bon compagnonnage avec les aubergines, les tomates et les pommes de terre.

Qui est Maurice Mességué

Selon Wikipedia, Maurice Mességué est un passionné d'herboristerie et écrivain français qui a contribué à vulgariser et faire connaître les plantes médicinales au grand public dans les années 1970 par de nombreux ouvrages.



Les propriétés du thym

Je vous présente ici quelques propriétés et utilisations du thym qui sont parmi les plus importantes. À noter que des dosages thérapeutiques sont à éviter durant la grossesse, le thym étant un stimulant utérin.

Le thym est une plante **antiseptique** et est excellent, entre autre, pour le système respiratoire. Expectorant et antispasmodique, il est efficace lors de toux grasse tout comme lors de toux sèche. En tisane, à raison de trois ou quatre fois par jour, il vous aidera dans les cas de rhume ou de grippe. Personnellement, je l'ai pris en tisane dans laquelle j'ajoutais un peu de miel. Cela a été très efficace pour contrer ma toux qui habituellement durait jusqu'à trois ou quatre semaines. Avec l'aide du thym, la toux a cessé après une semaine. À partir de ce jour, le thym est devenu mon ami et je l'utilise dès les premiers symptômes de rhume.

En **infusion** (tisane), le thym est aussi un désinfectant des voies digestives et peut donc soulager la digestion difficile et le mal de ventre.

Autres utilisations :

En gargarisme en cas de mal de gorge; en bain de bouche pour les soins buccaux et dentaires; en inhalation pour dégager les voies respiratoires; en compresse chaude sur les boutons infectés, les piqûres d'insectes; dans l'eau du bain pour soulager les rhumatismes, la goutte, l'arthrite.

Comment préparer une infusion ou tisane de thym

Comme le goût du thym est amer et assez prononcé, mieux vaut y aller doucement avec les quantités. 1,5 à 2,5 ml par 250 ml d'eau bouillante. Laisser infuser 5 minutes. On peut y ajouter un peu de miel pour adoucir et du jus de citron, pour le goût.

Comment faire un inhalation de thym

Dans un grand bol, verser de l'eau bouillante et y ajouter 1 c. à table de thym. Laisser infuser 5 minutes. Se couvrir la tête avec une serviette et placer le visage au dessus du bol pour respirer la vapeur. Prendre garde de ne pas se brûler avec l'eau ou la vapeur.

À la prochaine!

Louise Léblanc

Sources : RAUSCH, Andrea et LOTZ, Brigitte, Les herbes aromatiques, coll. Les Petites Encyclos, éditions Gründ, Paris, France, 2006

EVANS, Hazel, Le Panier d'Herbes Thym, Tanaisie et Estragon, éditions Soline, Courbevoie, France, 1996

P.S. : si vous désirez partager une expérience de jardinage ou d'usage des plantes, vous êtes plus que les bienvenus à raconter votre histoire en envoyant votre texte à: info@rje.qc.ca



Un jardin comme le vôtre ...

Du potager de Lacolle Un jardin sur-élevé

J'ai ajouté à notre potager une boîte en bois pour sur-élever une planche.
Les dimensions de la boîte : 20 pouces de haut X 15 pi X 4 pi

C'est un charme d'y travailler et la récolte.
Le seul problème les plantules peuvent se déshydrater et périr à la mi-juillet lors de la deuxième plantation.
Il faut donc prévoir un système d'irrigation si dame Nature ne fournit pas assez d'humidité.



Photo prise le 28 sept 2014.



De belles laitues espagnoles
Les laitues sont à 20-25 cm de distance de centre à centre à maturité.
Les laitues ont poussées dans le bac sur-élevé du sol de 50 cm.
Il y a eu un gel qui a affecté les haricots verts vers le 15 spt 2014.
Les laitues ont très bien résistées.
Voici une belle trouvaille pour la laitue précoce et tardive.

Daniel Reid



Du potager de Roxton Pond

Mon expérience de jardinage en lien avec l'utilisation de toiles et paillis de plastique 2014

- Suite aux visites des Jardins de la grelinette de Jean-Martin Fortier et l'atelier du R.J.É. le 24 mai et 8 juin à Shefford, j'ai fait plusieurs expériences avec les toiles et paillis de plastique. Les résultats ont tous été positifs et encourageants.

- J'ai utilisé le **filet anti-insecte** pour protéger mes brassicacées (famille du chou) contre la piéride du chou, qui fait toujours des ravages chez moi, et en deuxième lieu, les altises. En fait j'avais abandonné depuis plusieurs années ces cultures sauf pour le kale. J'ai eu plusieurs beaux choux de bonne apparence et qualité ainsi que des brocolis et des choux fleurs. Ils sont tous sortis indemnes de la présence de piérides et aussi des altises. Résultat : positif et concluant.

- J'ai utilisé le **paillis plastique noir biodégradable** en combinaison avec une **toile flottante de 25 grammes** pour cultiver des patates sucrées. C'est aussi une culture que j'avais abandonné suite à des rendements décevants, n'ayant eu qu'une bonne récolte en cinq ans de tentatives, les étés ici n'étant pas assez chauds. Avec ces toiles j'ai pu récolter soixante livres de patates sucrées à partir d'une butte de quinze pieds avec une dizaine de plants. Avec l'été pas tellement chaud qu'on a connu, je n'en attendais pas autant. Donc, résultat : positif et concluant.

- J'ai utilisé le **paillis noir** couvert avec des feuilles et de la paille dans mes allées pour empêcher les mauvaises herbes. Les résultats ont été très satisfaisants. Presque aucune mauvaise herbe. Le paillis noir n'est pas encore décomposé. Je verrai son état au printemps prochain.

Pour moi, l'efficacité de ces toiles est démontrée. Étant un puriste, j'hésitais à utiliser ces toiles par le passé à cause de l'impact environnemental de l'utilisation du plastique. Mais je n'ai pas trouvé d'autres solutions pratiques si je veux cultiver des brassicacées ou des patates sucrées. Je n'aime pas non plus utiliser le BT contre la piéride et entre les deux, je préfère les toiles. On m'a dit que les filets étaient aussi utilisés pour protéger les poireaux, l'ail de la teigne et les carottes de la mouche de la carotte mais je n'ai pas encore fait d'expérience pour ces cultures.



Alain Blondin

Documentation et références

Un livre qui va m'inspirer ...

The Year-round vegetable gardener écrit par Niki Jabbouraux Editions Storey Publishing.

Ce livre s'adresse aux petits jardiniers comme nous qui veulent prolonger la saison de jardinage et surtout étaler leurs récoltes sur une année. On y présente en plus de plusieurs techniques de construction de couche froide un calendrier des semis et des récoltes pour les 4 saisons de l'année.

Un livre qui explique en détails toute l'expérience d'une jardinière émérite que nous présentait Radio-Canada à la semaine verte l'année dernière.

Jean-Jacques Marcil, Shefford



La nouvelle édition de l'Agenda du Jardinier et Calendrier lunaire est maintenant disponible. Prix : 15\$ / membre RJE 16\$/ non-membre plus frais de poste : 3\$ s'il y a lieu.



Les vidéos des activités du R.J.É.

- Depuis le début de 2015, plusieurs vidéos de nos activités sont déjà en ligne sur le site du R.J.É.

à la section des membres. A noter que cette section est accessible que par le lien inclus dans l'info-lettre envoyée mensuellement à chacun des membres qui ont une adresse courriel valide.

- Si vous avez de la difficulté à les trouver, faites une demande par courriel:

info@rje.qc.ca

De nouveaux documents à consulter ou télécharger via la section des membres du R.J.É.

Nos publications sont en format PDF, faciles à consulter ou à télécharger.

l'Agenda du jardinier - Calendrier lunaire
Version complète 2014 Version démo (Janvier-février) 2015



Regroupement des jardiniers Écologiques

Bulletins de liaison :



Sept-2014



Janvier 2015

Publications en PDF de Loïc Vaublin : Mon potager en carré, Plan et instruction pour une mini-serre.



Plan pour Format 120 cm X 120 cm



Plan pour Format 240 cm X 120 cm

Le calendrier lunaire et moi...

En plus d'être un guide pour jardiner, le calendrier lunaire est un de mes outils de croissance personnelle.

J'ai voulu, par ce court texte, vous partager mon expérience.

- Il y a maintenant 25 ans que le calendrier lunaire fait partie de ma vie au quotidien...

- Au début, je me suis intéressée au calendrier pour jardiner. J'avais cette sensation de mieux prendre soin de mes légumes et fruits les jours correspondant à leurs développements : racine, fleur, feuille, fruit. Je me suis vite rendue compte que j'avais de meilleurs résultats. Par exemple : les **jours Racine**, je consacrais mon temps aux carottes, betteraves, patates. Les légumes-racines récoltés un **jour Feuille** pourrissaient alors que récoltés un **jour Racine** se conservaient très bien tout l'hiver.

- Le calendrier lunaire est devenu un compagnon de vie!!! J'ai commencé à m'en servir pour mieux me connaître. Il m'a appris que la Lune et son déplacement devant les constellations du Zodiaque ainsi que l'emplacement des planètes avaient sur moi une influence: sur mon ambiance, ma vitalité intérieure, la réalisation de mes projets et également sur mon humeur (tout comme celui des personnes que je côtoie). À tout moment, pour toutes sortes de raisons, je me réfère à lui:

- pour prendre des décisions importantes, pour m'apaiser, pour choisir une date de rendez-vous...
- pour entretenir les liens avec ma famille, mes amis...
- pour relativiser des humeurs chagrines... entreprendre une discussion ou me taire!!!

Jour Racine : Le rationnel sert de base: planifier son horaire, ses projets...

Jour Fleur : Journée odorante pour (se) faire plaisir : repos, vacances, cadeaux, surprises...

Jour Feuille : Journée de plus grande sensibilité, plus émotive,

un rien (un autre jour) peut me paraître une montagne!!! À fleur de peau !

Journée Fruit : Résultat attendu, les projets commencés viennent à terme ...

Journée Noire : Mieux vaut rester calme et prudent, ne pas s'attendre à des résultats ...

Pleine Lune : Nuit perturbée, émotive

Nouvelle Lune : Envie de solitude

Opposition : Chaque planète a ses qualités et forces (ex. Vénus = Amour et victoire);

lorsque la lune est en opposition avec une planète, nous ne pouvons pas recevoir l'énergie de cette planète.

Hélène Valcourt



Bulletin d'adhésion ou ré-abonnement au R.J.É.

M Mme NOM ----- Prénom -----

Nom du (de la) conjoint (e) -----

Adresse -----

Code postal ----- Ville -----

Tel ----- Courriel (lisible) -----

Souhaite adhérer ou renouveler au « Regroupement des Jardiniers Écologiques » R.J.É.

La cotisation annuelle est de 35\$ (individuel ou par couple) , valable jusqu'au 31 décembre 2015 donne droit :

- à recevoir par la poste les bulletins de liaison du R.J.É. publiés durant l'année,
- à recevoir l'info-lettre des membres du R.J.É. donnant accès à toutes les publications audio-visuelles produites durant l'année.
- à consulter ou télécharger les documents publiés par les membres dans la section «archives» du site web du R.J.É. depuis sa fondation.
- à assister gratuitement aux ateliers, aux rencontres du R.J.É. durant l'année en cours.

N.B. Des frais peuvent être chargés pour défrayer le matériel distribué lors de certaines activités ou pour les groupes d'achat.

Veuillez nous indiquer si vous ne voulez pas que vos coordonnées soient publiées sur la liste des membres.



Poster votre chèque au nom du R.J.É. au 283 chemin Allen, Shefford, Qc, J2M 1E7

ou

Payer votre cotisation 35\$ via un compte paypal , demander le transfert du montant au compte : info@rje.qc.ca