



L'OMBELLE

N°148
MARS
2019

**Bulletin d'information de
l'association P.J.H.**
62 rue de Tannay
59660 HAVERSKERQUE
Email lombelle@yahoo.fr
Tel. 03 28 50 05 23

**Si tu as de l'insomnie,
Prends un bouillon d'orties**

Actinidia

Et si un jardinier du moyen âge revenait visiter nos jardins, que penserait-il de nos fleurs, de nos légumes, de nos fruits ? « Où suis-je... », serait sans doute sa première pensée, l'étonnement et la curiosité domineraient ensuite rapidement sa réflexion....

Mais où sont toutes ces herbes qu'il cultivait autrefois, la mauve, la rue, le baume coq ou menthe coq, le plantain corne de cerf, la menthe pouillot, la benoite, l'oxalis etc. Elles sont toutes retournées à la vie sauvage, on peut parfois les rencontrer au hasard d'une ballade. Bien sûr il reconnaîtrait le céleri, la carotte, le chou, le poireau, l'ail, l'oignon, l'échalote, l'artichaut et quelques autres légumes, pour la plupart bien différents de ceux qu'il cuisinait. Au gré de la découverte de nouvelles contrées, de pays lointains, des nouvelles venues les ont remplacées, bouleversant complètement l'aspect de nos jardins et nos plaines agricoles. Totalement inconnus des temps anciens, les haricots, les tomates, les pommes de terre, le maïs, les piments, l'aubergine, le poivron ; même notre chou a évolué vers les choux fleurs, les choux de Bruxelles... Sans parler des fleurs qu'il aurait bien du mal à reconnaître, tant elles ont changées à force d'hybridations, ou encore totalement inconnues, comme les chrysanthèmes qui pourtant fleurissent abondamment nos cimetières à la toussaint, que penserait il des dahlias qu'il découvrirait pour la première fois...

Sans doute serait il plus à l'aise dans nos vergers, devant un pommier ou un poirier, mais que de nouvelles variétés ! Et ces pruniers qui n'ont plus d'épines...

Que de nouveautés en un millénaire ! L'avenir apportera sans doute encore son lot de découvertes, de saveurs nouvelles etc...



Justement un adhérent nous demande de revenir sur la culture du « kiwi », en France il est devenu un fruit à part entière, on le retrouve en abondance sur nos étals comme fruit de bouche, pour nos pâtisseries et autres recettes de cuisine, pourtant il y a 60 ans, peu d'entre nous le connaissait. Il en était tout autrement en Chine où sa consommation est ancestrale.

Le premier européen à le découvrir est le père jésuite Pierre Noel Le Cheron d'Incarville qui vécut en Chine de 1740 à 1757. Un siècle plus tard, l'herboriste Robert Fortin décrit la plante, mais pas les fruits, ce n'est qu'en 1886 qu'Augustine Henry envoie les premiers fruits en Europe, dans de l'alcool pour la conservation. Il arrive en France en 1903, on en plante un pied dans le jardin du Muséum d'Histoire naturelle de Paris.

C'est en 1940 qu'en Nouvelle Zélande on le cultive pour la production de fruits. Appelé alors « groseille de Chine, son exportation vers l'Amérique pose problème, à cette époque les Etats unis étaient farouchement anti communistes. Les Néozélandais, ont vite compris que pour en faciliter le commerce un nouveau nom s'imposait. La groseille de Chine devint « Kiwi », nom de leur oiseau emblématique.

On ne commencera à le cultiver en France qu'en 1967, et pourtant la France se place aujourd'hui parmi les premiers producteurs mondiaux de kiwis.



Le Kiwi est le fruit d'une liane, l'*actinidia chinensis*, de la famille des actinidiacées. Le genre *actinidia* comprend plusieurs dizaine d'espèces, mais c'est surtout l'*actinidia chinensis*, *actinidia arguta* et *actinidia Kolomikta* qui sont les plus connus.

Le système racinaire de l'*actinidia* est relativement superficiel et ne colonise que la partie supérieure du sol, il aura besoin d'un sol très riche en matières organiques, frais tout en étant perméable. Le sol doit être aéré en profondeur, car les racines de l'*actinidia* sont très sensible au manque d'oxygène, les sols argileux trop compact ne lui conviennent pas. Attention également, la plante ne supporte pas le calcaire.

La partie aérienne est une liane, toutefois avec le temps se forme un tronc ligneux d'où partent des pousses extrêmement vigoureuses, certaines peuvent atteindre 12m en un an, bien sûr dans des conditions optimales.

Plantez-le au soleil, à l'abri du froid et du vent, par exemple contre un mur ou derrière un brise vent. Surtout ne soyez pas trop pressé pour déguster les premiers fruits, ils n'arriveront qu'après cinq ans environ, ensuite la production augmentera chaque année jusqu'à atteindre largement plus de 100 kg.

Les premières années, il est recommandé de bien protéger les pieds en période hivernale et de faire un apport conséquent de compost chaque année.

Quelles variétés choisir : Vous avez le choix entre des variétés autofertile que je ne vous recommande vraiment pas, vous serez très déçu par la grosseur des fruits ... et des variétés dioïques, parmi lesquelles je vous recommande la variété **femelle « Hayward »** qui produit très bien chez nous, de gros fruits. Espèce dioïque, veut dire que les fleurs mâles et femelles ne se forment pas sur le même pied.

En choisissant un pied femelle Hayward, vous devrez planter un pied mâle pour obtenir une production, il faut bien sûr que le moment de floraison corresponde à celui de la variété femelle. Dans notre cas les variétés **mâles Tomury ou Atlas** conviennent pour la pollinisation de la variété Hayward.

Les pieds mâles et femelles ne doivent être plantés à moins de quinze mètres les uns des autres, pour un pied mâle, vous pouvez planter plusieurs pieds femelles.

La pollinisation est en partie **anémophile**, le pollen étant transporté par le vent, elle est également **entomophile**, ce sont les insectes qui se chargent de transporter le pollen jusqu'au pistil. Toutefois les fleurs d'actinidias ne sont pas celles qui attirent le plus d'insectes, elles ne produisent que peu de nectar, mais ceux-ci viennent surtout pour le pollen. L'action des abeilles est tout à fait indispensable à une bonne pollinisation.

Le calibre et la qualité des fruits dépendent d'une bonne pollinisation et cela est valable pour tous les fruitiers.

La variété Hayward donnent de fruits d'environ 90 à 95 g, si vous n'obtenez que des petits fruits, essayez la pollinisation artificielle, en frottant de fleurs mâle sur le stigmate de la fleur femelle. Dans notre région, on récolte les fruits encore bien durs vers la fin octobre, on le entrepose dans une pièce bien fraîche, et on en met un peu à la fois à température de la maison pour les faire mûrir, vous pouvez alors en manger jusqu'en mars.

Le Kiwi est très riche en vitamine C, dix fois plus que le citron et trente fois plus que la pomme.



Sève de bouleau (rappel pour les nouveaux adhérents).

Début mars, c'est le bon moment pour récolter la sève de vos bouleaux. La récolte se fait au moment de la montée de sève, avant l'apparition des feuilles. Après avoir percé un trou horizontal dans le tronc, (au diamètre exact d'une paille dont se servent les enfants pour boire, souvent diamètre 6 mm), il s'agit de laisser couler la sève goutte à goutte dans une bouteille grâce à une paille, en évitant l'intrusion de poussières et de salissures dans l'arbre.



Déposez au pied de l'arbre une bouteille d'eau minérale vide dont vous aurez remis le bouchon, percez celui-ci d'un trou au diamètre de la paille dans lequel vous introduirez celle-ci et un autre petit trou pour évacuer l'air. L'autre extrémité de la paille sera enfoncée dans le trou que vous avez percé dans l'arbre environ dix centimètres au-dessus de la bouteille. La bouteille sera maintenue au pied de l'arbre en la coinçant avec deux briques. Un arbre fournira facilement un à deux litres de sève par jour, voire jusqu'à dix litres en deux jours pour un arbre de grande taille.

Lorsque l'écoulement s'épuise (on peut percer un autre trou sur le pourtour de l'arbre) ou lorsque la récolte est achevée, il faut boucher les trous à l'aide de chevilles de bois pour protéger l'arbre contre les infections.

Vous récoltez la sève près du sol (+/- 0,50m), elle est dite "minérale" et sera plus trouble et plus bienfaisante que si elle est récoltée à 2 m de hauteur ou sur une branche.

La durée de conservation de la sève n'excède pas 24 heures. .

La sève de bouleau nettoie l'organisme des déchets et toxines accumulés depuis longtemps.

Par son passage dans l'arbre, la sève est dynamisée et se charge de minéraux. Elle constitue une eau biologique vivante qui va régénérer l'organisme.

Elle s'emploie depuis des siècles comme dépuratif pour les surcharges diverses de l'organisme et les problèmes de peau.(un verre par jour)

Micro-organismes Efficaces. (Effective microorganisms) EM.

C'est en cherchant une solution pour utiliser moins de produits chimiques, que dans les années 1980 le professeur Higa de l'université de Ryukyu s'intéresse aux micro-organismes. Après avoir travaillé sur une seule souche de bactéries, un concours heureux de circonstances l'orienta dans ses recherches, en effet un seau contenant plusieurs souches de bactéries se retrouve par hasard dans un fossé, quelque temps plus tard, à cet endroit l'herbe est de bien meilleure qualité que celle autour. C'est ainsi qu'il a découvert les EM, micro-organismes Efficaces et c'est en 2000 qu'il trouve la combinaison de 80 espèces composant la base des EM. (Bactéries photosynthétiques, lactiques, les champignons et les levures, tout ce petit monde vit en symbiose et produit des nutriments).

Le sol de votre jardin est vivant, les micros et macros organisme du sol décomposent, toute la matière organique, les plantes mortes etc, pour les transformer en humus, un sol vivant produit une nourriture saine.

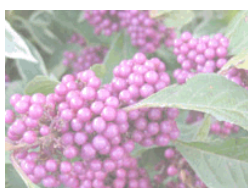
Les EM jouent un rôle important dans la vie du sol puisque ses nombreux micros organismes vont jouer un rôle important dans la formation de l'humus. Les EM avec ses nombreux micros organismes naturels recolonisent les sols même stérile. Dans le compost l'apport d'EM limite la formation de d'ammoniaque, évite les mauvaises odeurs.

- Les EM améliorent la santé du potager, Créent une vie équilibrée dans le sol
- Fermentation des déchets végétaux et d'animaliers
- Comme accélérateur de compost (meilleure transformation et moins de nuisances olfactives)

- Pour combattre les mauvaises odeurs (p.ex. de la litière du chat ou de la corbeille du chien)
 - Crée un équilibre naturel dans l'étang
 - Pulvérisé sur les plantes, il a un effet de répression de maladies.
- * Dosage : 1 litre par 100 litres d'eau

Pour faire ses EM soit même il faut au préalable avoir une amorce d'EM déjà prête, nous reviendrons sur les préparations dans une prochaine ombelle. L'année prochaine PJH proposera des EM en commande groupée, par contre le conditionnement est en bidon de 10 litres, mais nous pourrons le mettre dans des bouteilles de 1 litre. A l'utilisation il faut diluer 1l d'EM pour 100l d'eau. Dès cette année nous l'utiliserons au Jardin de l'ermite.

Callicarpa bodinieri 'Snowstar'



Tout le monde connaît le Callicarpa bodinieri 'profusion' aux superbes baies violettes brillantes.



Ou encore le Callicarpa 'dichotoma' au magnifique feuillage d'automne. (Voir ombelle 144).



Un autre Callicarpa, bodinieri 'Snowstar' est également très intéressant par sa fructification de nombreuses 'perles' d'un blanc pur, très attractif au jardin.

C'est vraiment un arbuste très décoratif, qui se couvre de baies blanches à l'automne, on peut bien sûr en couper quelques branches pour des compositions florales de Noël.

Très facile à cultiver, il est tolérant à la plupart des sols et ne demande que peu d'entretien. Plantez-le au soleil ou à mi ombre dans un sol si possible humifère.

Le Callicarpa peut se passer de taille, toutefois les premières années, vous pouvez opérer une taille de formation en mars avril pour lui conserver un port équilibré. Ensuite il suffira d'éliminer les branches mortes, abimées ou mal placées

Manger mieux, votre cœur vous dira merci.

Des chercheurs avaient mis en évidence un lien entre la consommation régulière d'aliments biologiques et un moindre de risque de développer un cancer. Ils viennent d'établir qu'une alimentation bio nous prémunit du syndrome métabolique, connu comme facteur majeur du risque cardiovasculaire. Son diagnostic est établi lorsqu'au moins trois des cinq critères suivants sont présents : Obésité, hypertension, triglycérides, diminution de HDL-cholestérol, glycémie. Sur les 8174 volontaires de l'étude, ceux qui consomment du bio ont un risque de développer un syndrome métabolique diminué de 31% comparé à ceux qui en consomment le moins. (Alternative santé)

