Mot du jardinier

JANVIER

Section des membres

Les vrais amis sont comme les étoiles, on ne les voit pas tout le temps, mais ils sont toujours là.

Des souhaits pour 2023

Au début de chaque nouvelle année, il est coutume d'offrir nos souhaits à nos parents, nos amis et toutes les autres personnes que nous rencontrons. Pour les plus jeunes, on leur souhaite de nouveaux projets, des améliorations dans leur travail, des voyages ou des nouvelles vacances incluant de belles températures; pour les plus âgés, une bonne santé et surtout de demeurer en forme.

Depuis plusieurs mois, on (inclut la personne qui parle) vit sur un certain « **qui-vive** ». Notre santé mentale et physique semblent affectées. Les services de soins de santé sont souvent surchargés et plusieurs personnes se retrouvent en situation inhabituelle, souvent précaire. J'oserais dire qu'une bonne partie de nos maux est due à la solitude et à l'isolement que nous avons vécus et qui se poursuivent.

En temps normal, pour un jardinier, la chaleur, la lumière du soleil, le vert des plantes et l'éclat des fleurs que nous cultivons répondent partiellement à combler notre relation avec le vivant. Cette année, l'automne et le début de l'hiver pluvieux et sans soleil m'ont affecté personnellement ainsi que pour mes proches.

Pour me ressourcer, m'inspirer et retrouver une certaine sagesse, je lis avant de m'endormir. J'ai trouvé récemment une piste de réflexion * intéressante que j'aimerais vous partager.

> « Certes, l'être humain a besoin d'air pur, de nourriture, de vêtements, de sommeil et de repos, mais il a surtout besoin d'un sentiment d'appartenance. C'est inscrit dans son ADN. Se couper de cette source guérisseuse que sont les liens interpersonnels, c'est affaiblir ses défenses immunitaires. Rester « connecté » est, en ce sens, essentiel pour préserver l'équilibre émotionnel.
>
> Nous faisons tous partie de cette grande famille que l'on appelle « humanité ». Pour le découvrir, il suffit parfois de lever le regard de nos écrans, d'ouvrir les yeux sur l'autre, d'ouvrir nos esprits et nos coeurs pour lui offrir un « bonjour », un sourire sincère, un regard bienveillant, lui tendre la main, si besoin est. Ainsi nos solitudes sont nettement moins lourdes. » (*) Guérisons intérieures de Nicole Bordeleau Ed.Gallimard, 2022, pages 155 et 156

En 2023, on soulignera officiellement les 35 ans d'existence du R.J.É. On projète des activités et des moyens pour se reconnecter en tant qu'humains, en tant que jardiniers. Les administrateurs ont à coeur de planifier des activités répondant au maximum aux besoins des membres; c'est pourquoi nous avons préparé un questionnaire (facile à répondre) pour mieux connaître vos besoins, vos disponibilités et vos attentes. Celui-ci est annexé à cette publication; une fois complété, vous devez nous le retourner par la poste.

À titre de nouveauté, vous trouverez quelques petits changements pour notre outil de communication. Tout d'abord, notre lien sera plus palpable, plus personnel; il vous sera posté à une fréquence moyenne de 30-50 jours selon les besoins et les retours d'implication des lecteurs. Il a un nouveau nom : INFO-PARTAGE. Pour conserver les informations et les liens, on trouvera l'équivalent en format **infolettre** habituel dans la **section des membres** à l'onglet « **Archives des infolettres** ».

À chaque année, je me pose encore la même question : « qu'est-ce qu'on pourrait souhaiter pour notre association de jardiniers écologiques en ce début de nouvelle année? »
- En échangeant avec d'autres membres jardiniers, le besoin ou le thème qui s'exprime souvent est : « ***Pourrait-on jardiner plus simplement tout en étant moins exigeant pour notre environnement, nos efforts physiques, matériels et monétaires?*** » Plusieurs jardiniers sont encore actifs depuis la fondation du R.J.É., on aurait avantage à découvrir leurs petits trucs qu'ils ont développés et qui font qu'ils ont encore le plaisir et la santé de jardiner. Le thème pour 2023 sera ***« Jardiner avec simplicité en imitant la nature »***

Au niveau de l'organisation des activités, j'ai pensé que la simplicité sera bénéfique aussi. En pratique il faut alléger les tâches administratives et du secrétariat. Comme au début de son existence, ces responsabilités se font selon la disponibilité de rares bénévoles et des membres du CA. Je suis fier du travail accompli tout en reconnaissant que les services offerts par le R.J.É. ne peuvent compétitionner avec d'autres organismes et entreprises commerciales horticoles ou tout autres services.

Le plus grand changement s'effectuera au niveau des inscriptions et de la comptabilité. Désormais **seuls les paiements par chèque ou virement banquaire seront acceptés**; les inscriptions se feront exclusivement par la poste (voir questionnaire en annexe). En retour, la majorité de nos publications et annonces se feront de façon imprimée et postée; cela commence dès aujourd'hui avec cet INFO-PARTAGE. Pour faciliter la tâche des personnes qui travaillent à la réalisation et le montage des documents à partager entre les membres, l'envoi de textes et de photos peuvent se faire soit par courriel ou soit par la poste.

Pour les archives Vidéos et documentations, ils seront toujours disponibles via notre site WEB; aussitôt que nous recevrons votre inscription incluant votre questionnaire, vous recevrez un lien ou votre code d'accès (si vous le désirez). Comme aux années précédentes, nous vous sollicitons (nouveaux et anciens adhérents) pour votre partage d'expériences, de questions, de réponses, d'invitations et de suggestions pour les prochaines visites et rencontres. Nous vous invitons à continuer pour 2023 ce partage.

Jean-Jacques Marcil pour le R.J.É.

Pour les personnes qui se joignent depuis peu au Regroupement des Jardiniers Écologiques, voici des exemples d'activités qui ont été partagées entre les membres depuis 35 ans.
- Publications d'un bulletin de liaison (posté) ou d'infolettre antérieure (via section des membres).
- Ateliers pratiques et valorisation des techniques de culture bio-écologique.
- Visites de jardins privés et publics.
- Formation écrite sur les techniques de culture bio-écologique.
- Archives vidéo des activités des années antérieures sur notre site internet .
- Possibilité d'échange et de partage avec plus d'une centaine de jardiniers dans l'ensemble du Québec.

À titre d'exemples voici un lien pour **4 vidéos enregistrées lors de nos sorties :** https://vimeopro.com/rje1757172/visite-du-rje

C'est avec grand plaisir que j'accueille l'infolettre en version papier. Bien entendu, comme la plupart d'entre nous, je continuerai mes lectures à l'écran sur différents sujet traités sur Internet, mais quoi de plus plaisant que de recevoir par la poste un « petit quelque chose » qui nous est personnellement adressé. La version papier est pratique parce que je peux la lire facilement à l'extérieur ou à un endroit choisi sans devoir se brancher. Merci!

Louise Leblanc

RETOUR DE NOS ACTIVITÉS

Atelier de base sur la lacto-fermentation de légumes le 19 novembre 2022 avec Marie-Claude Morin,

Plus d'une dizaine de personnes ont partagé leurs expériences avec l'animatrice. Voici en vidéo le contenu de cette activité. Cliquez sur l'image pour voir les vidéos.

RECETTE DE CHOUCROUTE

INGRÉDIENTS

- 9 livres de chou en fines lanières
- 1 à deux livres de carottes râpées
- 2 c. table de gros sel
- 1 c. thé sel de céleri
- 1 c. thé de graines de céleri
- 1 c. thé de poivre rond
- 1 c. thé de baies de genièvre
- 1 c. thé de clous de girofle entiers

ou pour un bocal de 2 litres

- 1 kg de chou vert en fines lanières
- 2 feuilles de laurier
- quelques baies de genièvre
- quelques grains de poivre
- 1 c. table de sel non raffiné

TECHNIQUE - RECETTE de CHOUCROUTE

- Préparer les plats dont vous aurez besoin : un grand pour les rejets, un autre pour mélanger et masser avec le sel, un très grand pour la fermentation elle-même. Bien les laver avec du vinaigre au besoin.
- Peser les choux.
- Enlever le cœur et les feuilles du dessus ou celles qui sont altérées.
- Peser les éléments rejetés.
- Préparer les aromates en fonction du poids des légumes que vous aurez ainsi obtenu, bien mélanger :

  Sel : de 0,5 à 2 % du poids des légumes

  Poivre, laurier, baies de genièvre, cumin, aneth, graines de moutarde, etc.
- Couper le chou en fines lanières à la main ou au robot culinaire. Ne pas le broyer.
- Dans un plat, bien masser une partie du chou avec une partie des aromates, au fur et à mesure.

- Bien écraser le tout, couche par couche, dans le plat à fermentation. Il faut faire sortir l'eau des légumes, tranquillement, mais de plus en plus, en écrasant et en extrayant tout l'air possible.

Rarement, l'eau des choux n'est pas suffisante, il faudra alors ajouter une saumure.

- Quand le tout est terminé, que les légumes sont bel et bien dans leur jus et bien pressés, sans air, poser des feuilles de chou ou un linge propre, de sorte que les morceaux de chou ne puissent pas ressortir et être exposés à l'air. Poser une pierre ou une assiette sur le tout, et un poids qui permettra de garder la pression sur les légumes. Si vous utilisez des pots fermés, il est important de laisser au moins un à deux pouces de libre par-dessus le chou afin de permettre la libération des gaz tout au long de la fermentation. Vous pouvez utiliser un pot Masson fermé hermétiquement, ou un pot à joint à eau, ou simplement procéder à la fermentation dans une chaudière ouverte, en prenant soin de simplement bien couvrir le tout avec un linge.

- Faire démarrer la fermentation à la température pièce (20 à 22 degrés) au moins quelques jours. Au besoin, écraser en extrayant l'air à nouveau, pendant un ou deux jours. Mais seulement au besoin.
- Mettre ensuite à fermenter à une température tiède, aux alentours de 15 à 18 degrés, pendant trois semaines. Par contre, la choucroute est comestible avant; vous pouvez en prélever en remettant le tout à sa place pour que la fermentation puisse continuer dans les meilleures conditions.

Par Marie-Claude Morin

GRATIN DE CHOUCROUTE ET POMMES DE TERRE

INGRÉDIENTS

- 3 c. à table d'huile ou de beurre moitié-moitié ou de beurre
- 2 oignons hachés
- 2 gousses d'ail émincées
- 2 livres de pommes de terre pilées avec du lait et de l'huile ou du beurre, sel et poivre au goût
- 1 ½ t. choucroute crue
- 1 c. à café de sel
- 1 c. à café de poivre
- ¾ tasse de fromage Emmenthal râpé, ou de fromage suisse ou de cheddar fort.

PROCÉDURE

- Cuire les pommes de terre avec du sel.
- Faire revenir l'oignon et l'ail, dans l'huile, dans le beurre ou le beurre moitié-moitié quelques minutes, à feu doux.
- Ajouter la choucroute et faire revenir encore quelques minutes, jusqu'à ce que la majorité du liquide soit évaporée. Ajouter le poivre.
- Mettre les pommes de terre en purée, en ajoutant au goût : du lait, de l'huile, du beurre, du sel et du poivre. Il faut que le mélange soit homogène et modérément solide.
- Mettre un peu plus de la moitié des pommes de terre en purée au fond d'un plat en pyrex huilé (environ de ¾ à un pouce d'épaisseur).
- Déposer le mélange de choucroute et d'oignons sur les pommes de terre.
- Recouvrir avec le reste de pommes de terre pilées.
- Saupoudrer de fromage râpé.
- Faire cuire 10 minutes au four à 350 ºF, jusqu'à ce que le fromage soit bien fondu.
- Mettre quelques secondes sous le gril, si désiré.
- Servir aussitôt, avec un légume vert.

Par Marie-Claude Morin

GRATIN DE NOISETTES À LA CHOUCROUTE

INGRÉDIENTS

- 200 grammes de sarrasin blanc
- 100 grammes de noisettes
- 300 ml de bouillon
- 2 oignons
- 2 c. à soupe de d'huile d'olive
- 1 feuille de laurier
- 2 pommes de terre
- 400 grammes de choucroute crue
- 50 grammes de raisins
- 125 ml de jus de pomme
- 1 c. à thé de cumin en poudre
- 1 pincée de cannelle
- 1 pincée de clou de girofle
- 250 ml de crème, ou crème de soya, ou de lait condensé ou ordinaire, plus sel et poivre

PROCÉDURE

- Rincer le sarrasin, bien l'assécher et le faire griller avec les noisettes hachées.
- Ajouter le bouillon et cuire à feu doux pendant 15 minutes ou moins.
- Couper les oignons en rondelles fines et faire dorer dans l'huile.
- Ajouter aux oignons, la feuille de laurier, les pommes en dés, la choucroute, les raisins secs.
- Ajouter ensuite le jus de pommes et laisser mijoter 10 minutes.
- Mélanger le sarrasin et le mélange de choucroute.

Tiré de Nature et Cuisine, Ed. Culinaria/Könemann, 1997

Évolution et nouvelle présentation du calendrier lunaire

modèle original (A)

Pour innover et satisfaire certaines personnes qui utilisent depuis 10 ans l'Agenda du jardinier, deux nouveaux modèles sont maintenant disponibles.

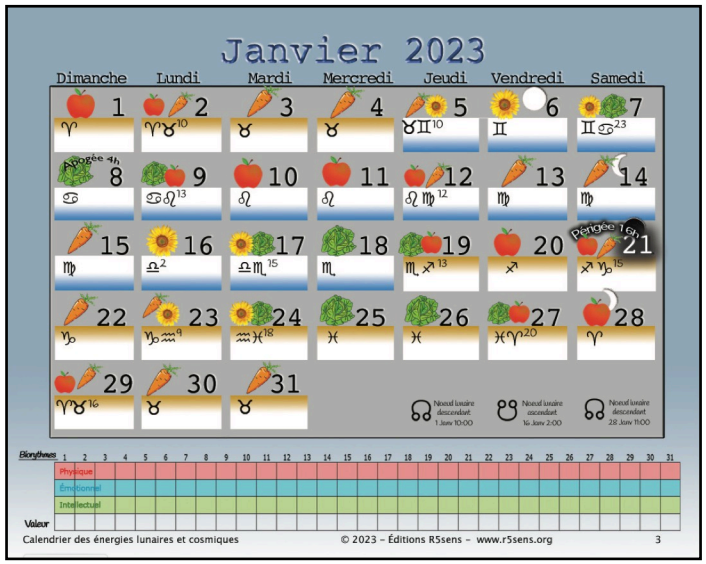
- (B) Modèle de bureau : Calendrier des énergies lunaires et cosmiques
- (C) Modèle papier : Calendrier avec énergies lunaires et biorythmes personnels imprimés

Ces nouveaux modèles sont disponibles seulement auprès de l'éditeur ou via le R.J.É.

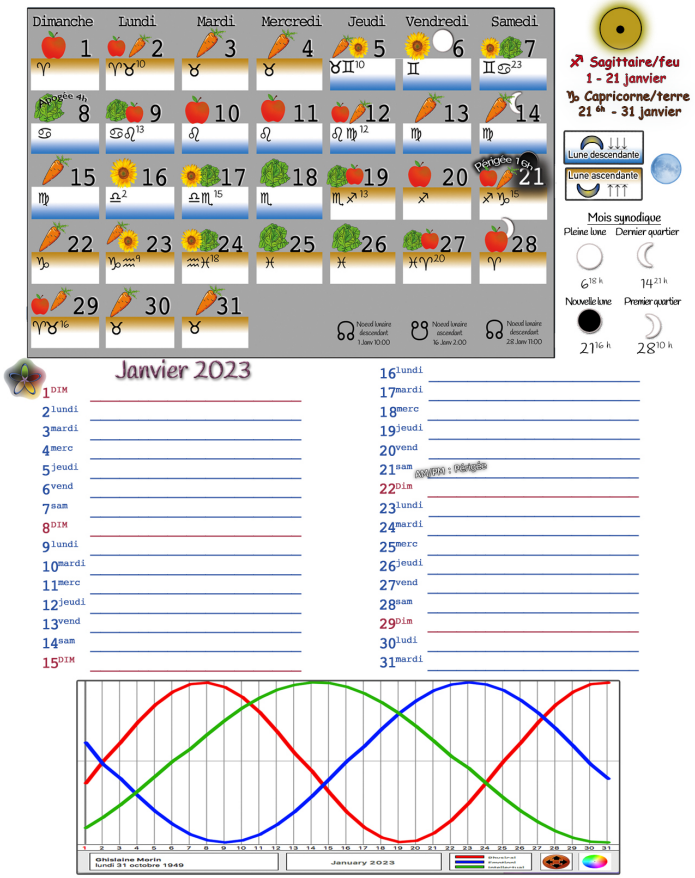
Pour commander et obtenir plus d'informations, consultez le site internet suivant :

https://ressources5sens.com/Accueil.html

Nouveau modèle de bureau (B)



Nouveau modèle avec biorythmes personnels (C)



Des fêtes des semences sont de retour au Québec.
Voici des informations tirées d'un site WEB (*) :
https://notreheritage.ca/semences/

28 janvier 2023
Fête des semences / Petite-Nation
Centre communautaire
378 C, rue Papineau à Papineauville

Samedi 28 janvier 2023
Fête des semences / La Pocatière
ITAQ, La Pocatière

Dimanche 19 février 2023
Fête des semences / Saguenay-Lac-Saint-Jean
St-Coeur-de-Marie

18 au 19 février 2023
Fête des semences / Estrie
Les Serres St-Elie, 4675 boul Industriel, Sherbrooke

4 au 5 février 2023
Fête des semences / Montréal
Planétarium Rio Tinto Alcan, 4801, avenue Pierre-De Coubertin, Montréal

4 et 5 mars Volet en présentiel
Fête des semences / Québec
Université Laval, 2325 Rue de l'Université, Québec, QC G1V 0A6

1Samedi 18 mars 2023
Fête des semences / Blainville
1000, chemin du Plan Bouchard, Blainville

Samedi, 11 février 2023
Fête des semences / Thetford Mines
Espace culturel Le Vitrail, 1254, boul. Ste-Marthe, Thetford Mines

Dimanche, 12 février 2023
Fête des semences / St-Apollinaire
Centre multifonctionnel, 20 rue Terry-Fox Saint-Apollinaire

Dimanche 29 janvier 2023
Fête des semences / Laval
Centre de formation horticole de Laval,
1051, Croissant Pierre-Bédard, Laval, QC H7E 1Y8

Pour la liste des semenciers québécois voir le lien ci-dessous :
https://notreheritage.ca/semences/semenciers/

En janvier-février on commence à préparer son jardin, comment?

- Faire l'inventaire de ses semences. Sélectionner parmi les catalogues des semenciers et se procurer (ou échanger) les graines nécessaires pour le jardin.
- Par simplicité, je classe les plantes que je cultive selon leur forme végétative. Ce choix est semblable à celui utilisé dans le calendrier lunaire; on retrouve 4 catégories :

légumes-racines, légumes fleurs, légumes feuilles et légumes-fruits.

- Ensuite on peut classer les semences ou les enveloppes en sous-groupe selon la date des semis : intérieur ou extérieur.

- Les variétés de semences n'ont pas nécessairement la même énergie de germination selon notre méthode de conservation. Un test de germination sera utile.

- Sous la forme d'un tableau EXCEL (voir au verso), noter les variétés que vous avez conservées, celles que vous avez testées la germination et celles que vous avez achetées.

Nom	Variété	Fournisseur	Date d'achat	Quantité	Commentaires
Tomate	Brandywine	McFayden	2010	1 env.	rouge ind.
Tomate	Black Plum OP	Patri-semence	2009	1 env.	rouge ind
Tomate	Golden Delight	Ecoumènes	2009	1 env.	jaune dét.
Tomate	Jubilée	Grand portage	2008	1 env.	orange ind.

(*) Ce site est une collaboration entre Christian Sauvé et Lyne Bellemarre.
Christian est jardinier amateur (membre RJE), passionné des fruitiers et Lyne est oordonnatrice du volet francophone des Semences du patrimoine Canada depuis 2009 et fondatrice de Terre promise, semencière artisanale.

Pour télécharger le fichier PDF, cliquer sur le lien suivant : https://rje.qc.ca/Info-RJE-2023/23-doc_files/2023-Inv-sem-RJE.pdf

2023 Inventaire et évaluation de mes semences

Préparé par le R.J.É.

				Date					Récolte		
Nom/espèce	variété	Origine	année	Semis		germination		repiquage	Évaluation personnelle		
		Semenciers	d'achat	int.	ext.	date	%	int./ext.	qualité	quantité	autres observations

Regroupement des jardiners écologiques

Semenciers Québécois	
1	Semences personnelles
2	
3	
4	

Autres semenciers Ca/US	
5	
6	
7	
8	

Évaluations : qualité/quantité
A :parfaite / très abondante
B :excellente / suffisante
C : moyenne / moyenne
D : laisse à désirer / faible

Pour télécharger le fichier EXCEL, cliquer sur le lien suivant : https://rje.qc.ca/Info-RJE-2023/23-doc_files/2023-Inv-sem-RJE.xlsx