





Sommaire

✿ <i>Faire ses semis</i>	3
✿ <i>Récolter ses semences</i>	6
✿ <i>Des exemples</i>	7
✿ <i>Un petit jardin sur mon balcon</i>	9

Ce livret a été mis en page par le service Communication de la ville de Coulounieix-Chamiers
à partir du document réalisé par le site internet partageonslesjardins.fr.
Avril 2022

Faire ses semis

Rien de plus simple que de faire ses propres semis et voir grandir les plants de ses légumes préférés !

Matériel nécessaire

-  graines
-  contenant pour accueillir les semis. Quelques exemples :
 - caisses à poisson en polystyrène,
 - pots de yaourt,
 - gobelets,
 - boîtes de conserve,
 - boîtes d'œufs,
 - barquettes transparentes de viennoiseries, de viande ou de fruits (idéalement, avec couvercle transparent)
 - bouteilles de lait ...
Lavez-les bien, faites des trous de drainage dans le fond (évacuation d'eau).
-  terreau (ou dans l'idéal un mélange de substrat (terreau, compost, sable de rivière)
-  eau (si possible brumisateur)
-  étiquettes (pour distinguer vos semis)

Et éventuellement (facultatif) :

-  tesson (morceau de tuiles),
-  gravier ou billes d'argile ou coquilles d'escargots / de moules / de noisettes ...
-  semoir à graines.

Préparation

Il est parfois recommandé de faire tremper les graines dans l'eau la veille du semis. Ceci vaut pour les graines ayant une enveloppe très coriace. C'est indiqué sur le paquet. Ce n'est pas indispensable, mais cela permet de faciliter la germination en ramollissant l'enveloppe extérieure.

Placez un tesson sur chaque trou de drainage pour éviter qu'il se bouche.

Facultatif : Recouvrez le fond de la caissette d'une couche de gravier ou de billes d'argile de 2 cm d'épaisseur, pour assurer un bon drainage (le trop plein d'eau sera évacué à cet endroit).

Recouvrez de substrat (terre). Vous pouvez utiliser du terreau ou de la terre de votre jardin si elle est équilibrée.

Le substrat bien équilibré pour les semis c'est : 50% terreau + 25% compost + 25% sable de rivière.



- ⊗ fibreux pour favoriser le développement racinaire (terreau),
- ⊗ nourrissant pour une fertilisation à long terme (compost),
- ⊗ drainant pour éviter la pourriture (sable),
- ⊗ sans trop d'éléments grossiers pour faciliter la levée des petites graines (tamis).

Remarque : le compost est beaucoup plus riche que le terreau, mais seul, il peut brûler vos semis. Éviter les terreaux de tourbe.

Semis

Semez les graines une à une (ou avec un semoir si elles vous semblent difficiles à manipuler). Espacez-les de 4 ou 5 cm en tous sens. Saupoudrez ensuite d'une fine couche de terreau de 2 à 3 fois la largeur de la graine.

Exemples :

- ⊗ graines de salade :
petite taille : 1 cm max de terreau par-dessus.
- ⊗ graines de haricot :
grande taille : 2 à 3 cm de terreau par-dessus.



Semis au semoir à graines

- ⊗ Tassez délicatement la surface, avec le plat de la main ou mieux, à l'aide d'une petite planche en bois. Les graines seront ainsi mises au contact de la terre.



Tassement de la terre

Étiquettes

N'oubliez pas de planter de petites étiquettes, qui vous permettront de reconnaître les variétés au moment du repiquage (déplacement des petits plants dans un bac plus grand et adapté à la plante adulte ou en pleine terre).

Mise en place

Placez le tout dans une pièce très lumineuse de la maison ou dans une serre chauffée.

S'il fait froid (moins de 20°), recouvrez la caissette de son couvercle, d'une plaque de plexiglas, d'une bouteille en plastique coupée en deux ou d'une vitre. Lorsque les jeunes plants sortent de terre, ôtez le couvercle.

Arrosage

Il est nécessaire d'apporter de l'eau pour que la germination démarre. Employez de préférence un brumisateur afin d'éviter l'excédent d'eau.

Le semis doit toujours être humide mais pas détrempé pour éviter les risques de pourriture. Il n'est souvent pas nécessaire d'arroser tous les jours.

Vous pouvez tester avec le doigt : si le terreau est humide à hauteur d'une phalange, inutile d'arroser !

Trop d'arrosage : fonte des semis (les semis vont commencer à pousser puis pourrir).



Brumisation des graines

Contenant sans trou d'évacuation de l'eau (théière en porcelaine, bols, mixer...)

C'est possible de semer !

Il faut simplement être vigilant à ce que la terre soit humide mais pas détrempée (voir ci-contre l'opération arrosage : bien vérifier si la terre est encore humide ou non avant d'arroser de nouveau).

Arroser donc de préférence avec un brumisateur afin de **bien doser l'apport en eau**. Ou arroser en plusieurs étapes (fond de verre par fond de verre par exemple).



✿ Récolter ses semences

Le plaisir de récolter ses semences est une manière économique, libre et solidaire de faire (re)découvrir les trésors de la nature à nos enfants, à nos voisins...

Les graines reproductibles abondent dans nos jardins, profitons-en !

Pour commencer quelques notions de botanique indispensables :

Certaines plantes sont capables de se féconder avec leur propre pollen. Elles sont dites **AUTOGAMES**. Les générations issues de sa semence seront fidèles à la variété.

Les autres sont dites **ALLOGAMES**. Elles sont fécondées par le pollen d'une autre fleur ou d'une autre plante. Lorsque l'on veut récolter les graines, il est recommandé de faire une fécondation manuelle pour être sûr de la variété (sinon les variétés peuvent se croiser et les graines suivantes devenir stériles).

Remarque : les fruits issus d'hybride F1 donnent des graines stériles ou qui dégénèrent.

Récolter ses semences

Quelques règles d'usages valables pour toutes les récoltes dans l'optique de récolter ses graines :

Plantes autogames :

- ✿ Pensez à noter la date de récolte et le nom de la plante ou de la fleur afin de savoir ce que l'on plante l'année suivante.
- ✿ Choisissez les légumes ayant été les plus robustes et en bonne santé.
- ✿ Il est préférable de choisir des fruits porte graines sur plusieurs pieds, afin que les graines ne soient pas toutes issues de la même plante.
- ✿ Toujours ramasser un légume bien mûr (il y aura 50% de graines en plus !!)
- ✿ Bien séparer les graines de la chair pour une bonne conservation.
- ✿ Lorsque vous les ensachez, veillez à ce que les graines soient bien sèches.

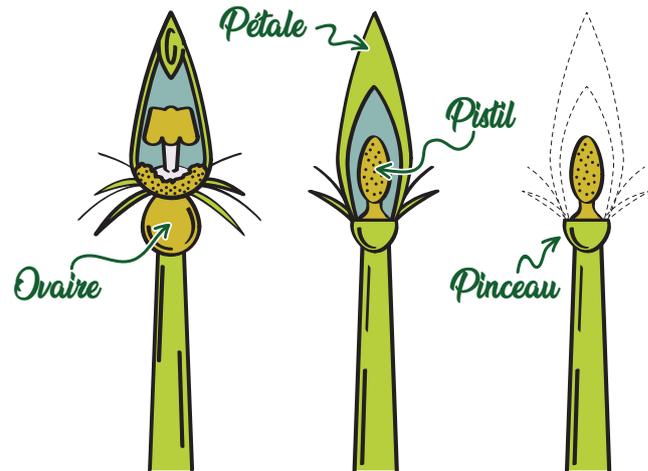
🌸 Des exemples

Les plantes allogames :

🌸 Les courgettes, les courges :

Fécondation manuelle :

- Le soir, repérer les fleurs fermées qui vont s'ouvrir, mâles et femelles (la femelle porte un pédoncule plus proéminent).
- Il faut les fermer précautionneusement avec un bout de ficelle.
- Au matin, enlever la ficelle d'une fleur mâle. Couper la fleur, ôter les pétales et badigeonner avec ce pinceau l'intérieur d'une fleur femelle qui s'ouvre en ôtant la pince.
- Refermer la fleur femelle, vous enlèverez la ficelle deux jours après, pour être sûr de la fécondation.
- Repérer votre fleur fécondée (à l'aide d'une ficelle par exemple).
- Lorsque le fruit est à pleine maturité, ôter et nettoyer les graines. Laisser sécher.





Les plantes autogames :

🌻 **La salade :**

- Laisser la plante monter en graines (en général les graines arrivent fin août).
- Attendre qu'apparaissent environ 50% de plumeaux sur la salade montée en graines.
- La récolte se fera de préférence le soir, par temps bien sec et non venteux.
- Mettre une enveloppe kraft sur la tige, agraffer.
- Couper la tige, faire sécher le pied la tête en bas (les graines tomberont dans l'enveloppe).
- Faire sécher.

Et voilà ! Sachez qu'une salade peut produire jusqu'à mille graines !

🌻 **La tomate :**

- Récolter une tomate qui a bien mûri sur le pied (elle ne doit être ni ouverte, ni moisie).
- Presser la tomate sur un sopalin.
- On laisse bien sécher.

🌻 **Les haricots, pois, fèves (se conservent 4 ans)**

- Laisser sécher les cosses sur le pied. Elles vont devenir brunes et bien sèches, mais non ouvertes.
- Les mettre une semaine au congélateur (pour tuer les insectes qui seraient présents dans les cosses).
- Ensuite les écosser et les faire sécher.

Pour aller plus loin :

🌻 « **Récolter ses propres semences manuel des cultures de graines légumière** ».

Nature et progrès.

🌻 « **Le plaisir de faire ses graines** ».

Jérôme Goust.

🌻 « **Produire ses graines bio** ».

C. Boué, édition terre vivante

Un petit jardin sur mon balcon

Il n'est pas nécessaire de disposer d'une grande terrasse sur le toit d'une maison pour pouvoir cultiver et récolter quelques légumes ! Un ou deux bacs et jardinières, quelques pots suffisent pour savourer le plaisir de faire soi-même.

La bonne orientation pour un balcon :

Si votre balcon est orienté à **l'est ou au nord**, il ne reçoit que peu de lumière au cours de la journée. Il est idéal pour prendre le frais en été mais peu propice à la culture de légumes fruits.

Vous pouvez cependant cultiver les légumes feuilles et légumes racines : salades, betteraves, blettes... Ils apprécieront cette exposition protégée.

Si votre balcon est orienté **plein sud**, il est très ensoleillé. Adoptez les tomates, les poivrons, les aubergines, les courgettes. Ces légumes ont besoin de soleil pour développer leurs fruits.

L'exposition **ouest** est idéale pour nombre de légumes qui pourraient « cuire » sur un balcon trop ensoleillé.

Le choix du pot ?

D'un simple pot à une chaussure, les contenants les plus originaux se prêtent à la culture des plantes.

Il suffit seulement que le récipient contienne assez de terreau (d'éléments nutritifs) pour répondre aux besoins de la plante.

Il faut donc prendre en compte son développement racinaire et de la place qu'elle peut prendre pour se développer en surface.

Le matériau idéal ?

Compte tenu des contraintes de charges sur les balcons ou même les rebords de fenêtres (côté intérieur), il est sage de privilégier les matériaux légers, comme le plastique plutôt que la terre cuite, le bois plutôt que le béton ou le métal.

Optimiser l'espace

Vous pouvez suspendre des pots en hauteur, d'aromatiques par exemple : de solides chevilles accrochées au mur et le tour est joué !



Vous pouvez aussi utiliser les murs, les cloisons séparatives, les rambardes du balcon et autres parois verticales pour cultiver les légumes grimpants. Les haricots dits à rames, les tomates si on ne les taille pas, les courgettes qui peuvent être guidées sur un treillis (fabriqué à l'aide de bambous, branches ou acheté dans le commerce) solidement fixé sur une paroi du balcon. Il suffit alors de placer un bac ou une jardinière en bas de la paroi, et d'y installer les plantes alpinistes. Vous pourrez également planter des légumes « bas » (laitues, radis) au pied de ces plantes grimpantes.



Place aux plantations !

🌱 Préparation du substrat (mélange terreau, compost sable), cf. page 3.

Voici quelques exemples de plantation en pot :

Vous trouverez à chaque fois la profondeur et la dimension dont la plante a besoin pour se développer.

🌱 Les légumes nécessitant peu de profondeur et de largeur (20 cm) : les laitues, le persil, les radis rose, les poivrons, ciboulette ...

Les aromatiques : idéal pour cuisiner avec des herbes fraîches !

🌱 Les légumes ayant besoin d'une terre profonde :

- les choux pommés ou frisés (D 40 x 40 cm de substrat)
- les haricots grimpants (35 cm de substrat)
- les carottes (D 40 x 40 cm de substrat),
- l'aubergine (D 30 x 30 cm de substrat),
- la tomate (D 30 x 30 cm de substrat),
- la betterave (D 20 cm x 20 cm de substrat)
- la blette (D 30 x 30 cm de substrat), elle développe un important volume racinaire, en rapport avec ses larges feuilles, elle aime donc une terre profonde et fraîche. Si vous êtes exposé au sud ou à l'ouest, la blette en sera ravie.

🌻 Les légumes nécessitant de la place en surface :
les cucurbitacées

Pour les courgettes : il leur faut un bac large d'au moins 50 cm de côté et 20 à 30 cm de substrat.

C'est l'une des plantes les plus spectaculaires du balcon, tant pour son envergure que par la diversité de ses fruits. Pour la culture en pot où les mètres carré sont comptés, il est important de choisir des variétés non coureuses. Retenez les noms de « Eight ball » précoces et originaux fruits ronds, ou « One Ball » aux fruits jaunes d'or ou encore « Sunny » aux fruits à la forme classique mais dont la longueur ne dépasse pas 10 à 15 cm.

La courgette aime une terre riche, fraîche et elle apprécie les coins ensoleillés.

La courgette se récolte au fur et à mesure, plus vous cueillez, plus la plante produit d'autres fleurs !

SOS : Si les fleurs femelles ne donnent pas de fruits, il passe sans doute trop peu d'insectes pour polliniser vos plants. Il va donc falloir les polliniser vous-même ! (cf. p.7)



La Grainothèque

Bibliothèque F.Rabelais | 24660 Coulounieix-Chamiers
☎ 05.53.54.88.65 ☒ grainotheque@coulounieix-chamiers.fr

