



C2 RÉVÉLER LES BONNES PRATIQUES

Aménager des jardins potagers ruraux

Aperçu

- Décidez de l'objet du jardin – s'agit-il de nourrir la famille, d'apporter un petit revenu, d'aider l'environnement ou de contribuer à un projet communautaire ?
- Garantissez la participation des bonnes personnes.
- Décidez de l'emplacement et de la taille du jardin – au soleil ou à l'ombre, près d'une source d'eau et là où il y aura un sol de bonne qualité.
- Sélectionnez vos cultures et planifiez l'agencement du jardin.
- Maintenez le sol et les plants du jardin en bonne santé et sachez planter au bon moment.
- Veillez à prendre soin de votre jardin.



Pourquoi utiliser cet outil ?

Les jardins potagers produisent une alimentation variée et nutritive pour toute la famille, ce qui permet d'améliorer la santé et le revenu du ménage. Ils peuvent être une activité importante pour aider les communautés à s'adapter au changement climatique (voir l'**Outil A2 – Différentes façons de s'adapter au changement climatique**). Si vous travaillez dans un contexte urbain, veuillez lire l'**Outil C2 – Aménager des jardins potagers urbains**.



Explication des mots utilisés

Compost – un engrais obtenu à partir des résidus de végétation et autres matériaux naturels. Voir l'**Outil C2 – Compostage**.

Culture intercalaire – deux cultures ou plus associées qui se complètent mutuellement.

Irrigation – diriger de l'eau vers le sol pour favoriser la croissance des plants.



Brève description

Des conseils pour aménager et entretenir un jardin potager qui produit une variété d'aliments tout au long de l'année.



Temps nécessaire

Il faudra quelques jours pour concevoir votre jardin potager mais plusieurs mois pour préparer le sol, faire les semis et amener les plants à maturation en bonne santé.

Sensibilisation

Enfants et jeunes

Climat et environnement

Conflits et consolidation de la paix

Gouvernance et corruption

Gestion des risques de catastrophe

Discrimination et inclusion

Alimentation et moyens de subsistance

Égalité des sexes et Violences sexuelles

Santé et VIH

Influencer les décideurs

Migration et traite des personnes

Eau, assainissement et hygiène



Ce qu'il vous faut

- un lopin de **terre ou des jardinières suspendues**
- **des graines ou des plants** pour les types de cultures que vous voulez faire pousser dans votre jardin
- **des outils** pour vous aider à préparer le sol, comme des houes ou des bêches
- **des bâtonnets** pour faire un petit trou dans le sol pour y planter les graines
- **de l'eau** pour les cultures, surtout si vous voulez conserver le jardin tout au long de l'année
- **du compost ou de l'engrais** (souhaitable si le sol est de mauvaise qualité)



Les clés de la réussite

- **Garantissez la participation des bonnes personnes.** Il est particulièrement important de veiller à ce que les femmes participent à la planification et la conception du jardin potager – il est probable que ce soient elles qui s'occuperont du jardin et qui prépareront les aliments destinés aux repas.
- **Décidez de l'emplacement et de la taille appropriés de votre jardin** – au soleil ou à l'ombre, près d'une source d'eau et là où il y aura un sol de bonne qualité. Dans l'idéal, le jardin devrait être proche du domicile de façon à ce que les gens n'aient pas loin à marcher pour s'en occuper. Il est important d'éviter la contamination par des latrines, des décharges ou d'autres sources de pollution à proximité.
- **Réfléchissez aux cultures que vous allez choisir et à l'agencement de votre jardin.** Les cultures peuvent être plantées de manière échelonnée (plusieurs par semaine) de façon à ce que vous puissiez récolter et consommer les produits d'un endroit du jardin pendant que les autres cultures poursuivent leur croissance. Cela permet de préserver un approvisionnement en différents produits. Différents plants nécessitent différents nutriments du sol et sont porteurs de maladies diverses. Ils restituent également différents nutriments dans le sol. La rotation des cultures à différents endroits du jardin chaque année favorise l'amélioration naturelle de l'état du sol. L'association de plusieurs cultures (cultures intercalaires) est une autre façon d'améliorer l'état du sol et de contribuer à augmenter les récoltes.
- **Veillez à prendre soin de votre jardin.** Sachez planter au bon moment pour profiter des pluies et des saisons. Entretenez la santé du sol et des plants et envisagez une lutte biologique contre les ravageurs et des engrais organiques.

| |
|--|
| Sensibilisation |
| Enfants et jeunes |
| Climat et environnement |
| Conflits et consolidation de la paix |
| Gouvernance et corruption |
| Gestion des risques de catastrophe |
| Discrimination et inclusion |
| Alimentation et moyens de subsistance |
| Égalité des sexes et violences sexuelles |
| Santé et VIH |
| Influencer les décideurs |
| Migration et traite des personnes |
| Eau, assainissement et hygiène |



Que faut-il faire ?

Décidez de la finalité du jardin

Les jardins potagers ont beaucoup de finalités, qu'il s'agisse de nourrir la famille ou les animaux ou encore de vendre les produits de la récolte au marché. Si le but du jardin potager est d'apporter de la nourriture, quels types d'aliments sont absents des régimes locaux ? Un jardin potager peut être un excellent moyen de faire en sorte que les familles aient une alimentation variée et nutritive. Par exemple :

- Les racines et les tubercules comme le manioc, les ignames et les patates douces sont riches en énergie.
- Les légumineuses comme les pois, les haricots et les lentilles apportent des protéines, des graisses, du fer et des vitamines.
- Les fruits et légumes apportent des minéraux et des vitamines.

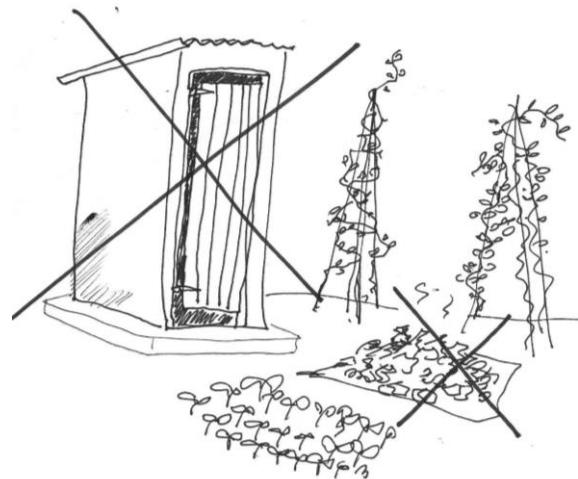
Quelles cultures pourriez-vous faire pousser pour accroître la nutrition ? Une alimentation nutritive est particulièrement importante pour les femmes enceintes, les jeunes enfants et les personnes qui vivent avec le VIH et le sida.

Garantissez la participation

Qui devrait participer à la conception et la planification du jardin ? Veillez à ce que l'emplacement, l'agencement et le choix des cultures conviennent à ceux qui sont le plus susceptibles de s'occuper du jardin et de préparer les aliments à consommer (le plus souvent les femmes). Il peut être intéressant de faire participer les enfants à cette activité pour leur apprendre à avoir une alimentation saine.

Sélectionnez le bon emplacement et la bonne taille

Les jardins potagers ont besoin d'être entretenus tous les jours. Y a-t-il un lopin de terre disponible près de chez vous ou près d'un point d'eau ? Quelle taille devrait faire le jardin potager ? Les jardins potagers peuvent être de n'importe quelle forme et de n'importe quelle taille – en fonction du terrain disponible. Il est préférable de commencer modestement et d'agrandir le jardin progressivement à mesure que le jardinier acquiert de l'expérience.



Avez-vous, ou pouvez-vous obtenir, le droit de faire pousser des cultures sur le terrain en question ? Devriez-vous partager le jardin avec des voisins ? Comment garderez-vous vos cultures à l'abri des animaux, des pluies intenses, du soleil et du vent ? Y a-t-il des latrines, une décharge ou d'autres sources de pollution à proximité ?

Il est important d'éviter la contamination par ces installations.

Sensibilisation

Enfants et jeunes

Climat et environnement

Conflits et consolidation de la paix

Gouvernance et corruption

Gestion des risques de catastrophe

Discrimination et inclusion

Alimentation et moyens de subsistance

Égalité des sexes et Violences sexuelles

Santé et VIH

Influencer les décideurs

Migration et traite des personnes

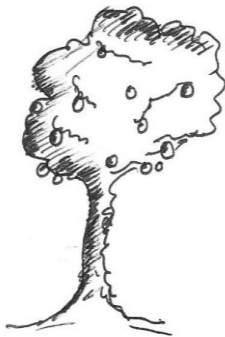
Eau, assainissement et hygiène

Sélectionnez les bonnes cultures

Il est important de faire pousser une variété de fruits et légumes, pas seulement les céréales. Il est également crucial de choisir une variété de cultures qui résistent aux ravageurs et aux changements environnementaux, notamment la sécheresse, les inondations ou les invasions de mouches. Choisissez une combinaison de légumes-racines (p. ex. carottes), d'arbres fruitiers, de légumineuses (p. ex. pois) et de brassicacées (p. ex. choux). Il est utile de choisir des cultures locales traditionnelles mais il peut parfois se révéler nécessaire d'introduire de nouvelles cultures pour arriver à l'équilibre nutritionnel requis.

Quelles cultures poussent bien dans la région ? Certaines variétés de fruits et légumes sont-elles plus résistantes aux ravageurs et aux maladies ? Quels sont les besoins qui peuvent être satisfaits grâce à un jardin potager ? Il peut apporter, par exemple, de la nourriture, du fourrage, des plantes médicinales, de l'ombre, etc. ? Quelles sont les conditions du sol ? Quelles sont les conditions météorologiques : connaissent-elles des changements ? Ce savoir est-il disponible au sein de la communauté ? Y a-t-il des experts locaux auprès desquels vous pourriez vous renseigner ? Y a-t-il des jardins potagers dans la localité auxquels il serait utile de rendre visite pour en tirer des enseignements ?

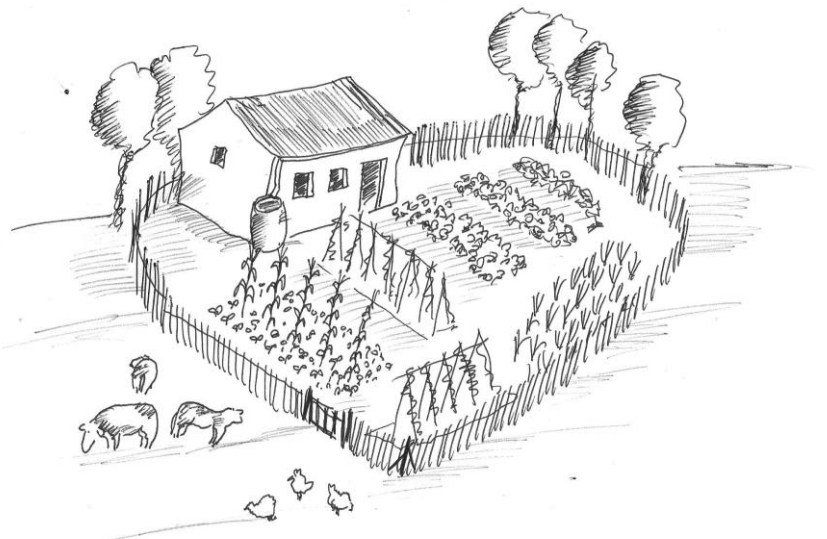
Est-il possible d'intégrer des arbres, d'autres cultures et du bétail dans le potager ?



Bien sûr ! Les arbres peuvent être une autre façon importante de satisfaire aux nombreux besoins de la famille, que ce soit en matière de revenu, de nutrition ou d'ombre. Le petit bétail peut être accueilli dans le jardin potager et avoir de multiples usages. Voir l'**Outil C2 – Élevage de bétail** et l'**Outil C2 – Élevage de volailles**. Vous souhaitez peut-être en savoir plus sur ces plantes que vous pouvez faire pousser pour protéger vos cultures des ravageurs et des maladies, comme les margousiers, les soucis ou encore les capucines.

Choisissez l'agencement qui convient à votre jardin

De quelle quantité de chaque type de récolte votre ménage a-t-il besoin chaque semaine ? Les cultures peuvent être plantées de manière échelonnée (plusieurs par semaine) de façon à ce que vous puissiez récolter et consommer les produits d'un endroit du jardin pendant que les autres cultures poursuivent leur croissance. Cela permet de préserver un approvisionnement en différents produits.



C2 AMÉNAGER DES JARDINS POTAGERS RURAUX

Le jardin potager peut-il être agencé de manière à faire tourner différents types de cultures à différents endroits chaque année ? Différents plants nécessitent différents nutriments du sol et sont porteurs de maladies diverses. Ils restituent également différents nutriments dans le sol. La rotation des cultures favorise l'amélioration naturelle de l'état du sol.

Ci-dessous figure un exemple d'une rotation typique en Afrique qui peut être adaptée à différents contextes :

Rotation 1 – 1^{ère} année :

| | |
|---|--|
| Zone 1 du jardin Choux Épinards Brocolis <i>(famille des brassicacées)</i> | Zone 2 du jardin Pois Haricots <i>(appelés légumineuses)</i> |
| Zone 3 du jardin Carottes Patates douces Oignons <i>(le plus souvent des légumes-racines et des oignons)</i> | Zone 4 du jardin Tomates Poivrons Aubergines Piments <i>(famille des Solanacées)</i> |

Rotation 2 – 2^e année

| | |
|---|--|
| Zone 1 du jardin Carottes Patates douces Oignons | Zone 2 du jardin Choux Épinards Brocolis |
| Zone 3 du jardin Tomates Poivrons Aubergines Piments | Zone 4 du jardin Pois Haricots |

Le fait d'associer plusieurs cultures (cultures intercalaires) est une autre façon d'améliorer l'état du sol et de contribuer à l'augmentation des récoltes. Ainsi, les haricots et le maïs peuvent être cultivés simultanément, en alternant un rang sur deux. Toutefois, il faut se rappeler que toutes les cultures ne sont pas compatibles. Parfois, elles se font concurrence, ce qui peut réduire les rendements. Y a-t-il des experts locaux, des agriculteurs ou des voisins expérimentés auxquels vous pourriez demander conseil ?

Gardez le sol en bonne santé

Le sol peut aussi être amélioré en y ajoutant du compost (voir l'**Outil C2 – Compostage**) ou du paillis (voir l'**Outil C2 – L'agriculture de conservation**).

D'autres façons d'améliorer le sol comprennent le retrait des grosses pierres ou, éventuellement, l'incorporation de sable, si l'on peut s'en procurer, dans du sol argileux.



Sachez planter au bon moment

Tous les légumes ont un moment idéal pour être semés qui dépend aussi de la saison et du calendrier des précipitations. Il est important de trouver le meilleur moment pour planter différentes variétés de légumes localement, notamment si l'accès à l'eau est problématique. Certains légumes et certaines plantes (par exemple les haricots, les pois et les carottes) peuvent être directement plantés dans le jardin sous forme de graines. D'autres légumes (comme les poivrons, les tomates ou les oignons) survivent mieux s'ils sont cultivés en serre puis transplantés dans le jardin.

Veillez à prendre soin de votre jardin

Avant de faire des plantations dans votre jardin potager, le sol a besoin d'être préparé en enlevant les mauvaises herbes. Un désherbage régulier est également requis pour veiller à ce que les cultures puissent croître et n'aient pas à faire concurrence aux adventices pour l'eau, le soleil et les nutriments. Beaucoup de plantes auront aussi besoin d'être arrosées, surtout si elles sont cultivées durant la saison sèche. Lorsque l'eau est rare, utilisez des eaux usées ou collectez les eaux de pluie. En travaillant régulièrement dans le jardin, vous pourrez surveiller les progrès et identifier les problèmes éventuels dès qu'ils surviennent. Vous pourrez ainsi étaler les tâches dans le temps de façon à ne pas avoir trop de travail d'un coup.



Si les plantes du jardin potager sont affectées par des ravageurs ou des maladies, il existe des méthodes à bas coût dont beaucoup de gens vantent les mérites pour une lutte efficace contre les ravageurs. Par exemple, un mélange d'oignon, d'ail et d'eau peut être pulvérisé directement sur les feuilles, les tiges et les fruits ou appliqué dans le sol autour des plantes touchées.

Le jardin potager peut-il être utilisé comme source de revenu ?

Les jardins potagers peuvent fournir une source de revenu intéressante pour les familles lorsque les produits excédentaires sont vendus. Toutefois, il y a beaucoup de choses importantes à prendre en compte si la génération d'un revenu fait partie des objectifs du jardin potager.

Veillez consulter l'**Outil C2 – Créer une entreprise**, qui comprend des conseils et des questions à poser au moment de démarrer des activités de subsistance pour la première fois.



Vous pourriez aussi suggérer à vos voisins de travailler tous ensemble. Ainsi, chacun de vous pourrait faire pousser une culture différente et vous pourriez ensuite partager les produits pour nourrir vos familles et les vendre au marché. Cette initiative permettrait de réduire la charge de travail et de maintenir des relations de bon voisinage.

Le sol aura besoin d'être travaillé régulièrement à mesure que de nouvelles cultures y seront plantées.



Pour en savoir plus

Pour un complément d'information sur les jardins potagers :

- Tearfund (2002) *Pas à Pas 52 – Jardiner pour une meilleure nutrition* http://learn.tearfund.org/fr-fr/resources/publications/footsteps/footsteps_51-60/footsteps_52/
- Tearfund (1991) *Pas à Pas 7 -- Les jardins familiaux* http://learn.tearfund.org/fr-fr/resources/publications/footsteps/footsteps_1-10/footsteps_7/
- FAO (2004) *Developing home gardens* <http://www.fao.org/docrep/006/y5112e/y5112e05.htm>

Pour un complément d'information sur la nutrition :

- Tearfund (2003) *Guide PILIERS – Pour une bonne alimentation* http://learn.tearfund.org/fr-fr/resources/publications/pillars/healthy_eating/

Pour un complément d'information sur la gestion des ravageurs et la lutte contre les maladies :

- Tearfund (2014) *Pas à Pas 94 – La valorisation des aliments, article sur la gestion naturelle des ravageurs* http://learn.tearfund.org/fr-fr/resources/publications/footsteps/footsteps_91-100/footsteps_94/

Outils complémentaires

- A1 – Révéler la dégradation de l'environnement : informations pour les facilitateurs [A1: Climat & environnement-2]
- A2 – Différentes façons de s'adapter au changement climatique [A2: Climat & environnement-1]
- B – Prendre soin du monde créé par Dieu (étude biblique) [B: Climat & environnement-2]
- B – Protéger l'environnement (étude biblique) [B: Climat & environnement-3]
- B – Un bon choix d'alimentation (étude biblique) [B: Alimentation et moyens de subsistance-1]
- B – La provision de Dieu en matière d'aliments sains (étude biblique) [B: Alimentation et moyens de subsistance-2]
- C2 – Compostage [C2: Climat & environnement-1]
- C2 – Élevage de bétail [C2: Alimentation et moyens de subsistance-2]
- C2 – L'élevage de volailles [C2: Alimentation et moyens de subsistance-3]
- C2 – L'agriculture de conservation [C2: Alimentation et moyens de subsistance-5]
- C2 – Créer une entreprise [C2: Alimentation et moyens de subsistance-6]
- C2 – Aménager des jardins potagers urbains [C2: Alimentation et moyens de subsistance-9]
- C2 – Transformer et conserver des produits frais [C2: Alimentation et moyens de subsistance-11]
- C2 – La collecte des eaux de pluie [C2: Eau, assainissement et hygiène-1]

Sensibilisa-
tionEnfants et
jeunesClimat et
environ-
nementConflits et
consolida-
tion de la
paixGouvernance
et corruptionGestion des
risques de
catastropheDiscrimi-
nation et
inclusionAlimentation
et moyens
de
subsistanceÉgalité des
sexes et
Violences
sexuellesSanté et
VIHInfluencer
les
décideursMigration et
traite des
personnesEau,
assainis-
sment et
hygiène