

Le potager étagé d'autonomie super-productif

- par François Rouillay et Sabine Becker -



Étape par étape, pas à pas...



Tutoriel de réalisation



Université
Francophone
de l'Autonomie Alimentaire

Comment produire facilement un maximum de nourriture saine en tout lieu avec des matériaux de récup' sur un minimum de surface

autonomiealimentaire.info

Le potager étagé : définition, direction et but



La définition

Le potager étagé d'autonomie super-productif est construit en tout lieu, sur une surface de 1m² pour produire en volume, grâce à sa structure étagée sur 2m de hauteur, en employant des matériaux de récupération et des déchets végétaux pour utiliser la technique de culture en lasagne par l'alternance de couches brun/vert

La direction (1)

Sa vocation est à la fois humanitaire, pédagogique et évolutive. Humanitaire dans le sens de répondre à l'urgence des besoins d'autonomie des populations en matière de production de nourriture par une mise à disposition libre des connaissances, afin que chaque famille contribue à produire sa nourriture de base au plus proche de chez elle, de manière la plus résiliente possible



La direction (2)

Pédagogique - Ce potager étagé offre la compréhension du processus contribuant au retour à l'autonomie alimentaire lorsque l'on a peu de moyens et peu d'espace.

En effet, l'autonomie alimentaire est l'affaire de tous, elle s'apprend et elle s'organise.

Son observation enseigne sur le fonctionnement de la nature et notamment lors de la fabrication du sol de haute vitalité avec l'alternance des couches azotées et carbonées utilisées par la culture en lasagnes



La direction (3)

Évolutif dans la mesure où le fait d'associer des arbres fruitiers avec des légumes, rend possible la création de jardins-forêts en devenant dès la 3^{ème} année de production, lorsque l'on place sur un terrain les unités de potagers étagés à distance les unes des autres. Les branches des arbres serviront de support aux légumes grimpants. De la vigne pourra être rajoutée entre les arbres fruitiers aménagés en guildes.



Le but Que chacun ait la possibilité de contribuer à la production de nourriture tout près de chez soi pour améliorer l'autonomie des familles ainsi que la résilience des territoires



L'autonomie alimentaire devient possible par 7 niveaux d'implication

L'engagement individuel constitue la base des 7 niveaux d'implication pour développer l'autonomie alimentaire des territoires. C'est une démarche à la fois individuelle et collective qui va de bas en haut.

Quand on plante un arbre, il s'enracine dans le sol et pousse du bas vers le haut en direction de la lumière du soleil.

Ainsi va la vie, il en va de même pour l'autonomie alimentaire des êtres humains.

Identification des 7 niveaux d'implication pour le développement de l'autonomie alimentaire sur les territoires

Niveau 1 : l'engagement individuel qui constitue la base d'implication pour rendre possible le retour à l'autonomie alimentaire : c'est l'affaire de tous

Niveau 2 : la création de groupes de personnes résidant à proximité les unes des autres, qui s'entendent et décident d'agir ensemble, ce sont les groupes locaux de transition alimentaire

Niveau 3 : le maillage des groupes locaux en collectifs à l'échelle d'une rue, d'un quartier, d'un village.

Niveau 4 : l'engagement de la commune avec les collectifs d'habitants qui agissent dans le même sens, en lien avec les paysans, les producteurs, les éleveurs de son territoire et du bassin de vie auquel elle appartient.

Niveau 5 : l'implication du département en cohérence avec les communes et l'ensemble des groupes de transition alimentaire, les paysans, les producteurs, les éleveurs agissant dans la même direction. Dans ce cadre, il a vocation à devenir l'autorité organisatrice de la production alimentaire sur son territoire.

Niveau 6 : l'accompagnement de la nation, de son gouvernement et de son administration au service de cette organisation ascendante de la production autonome de nourriture sur les territoires.

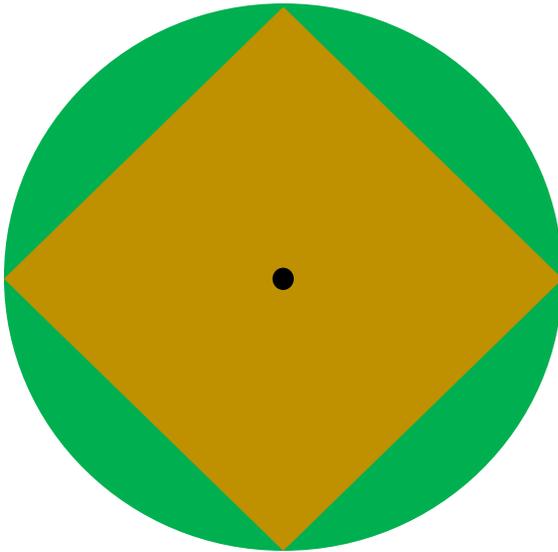
Niveau 7 : l'harmonisation civilisationnelle dans une coopération équilibrée et solidaire entre nations souveraines



Le potager étagé : mode d'emploi

1 - Dessiner au sol avec une ficelle un cercle d'environ 70 cm de rayon, sur un terrain, une terrasse, ou même sur une cour en béton lorsque l'on est en ville

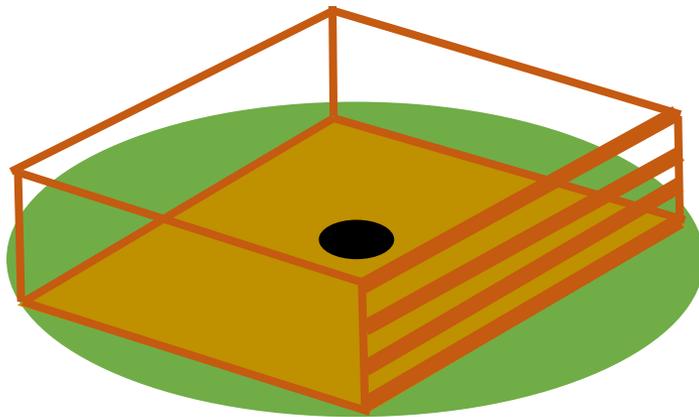
- **Construire à l'intérieur du cercle un bac carré** de 1m de côté et de 45 cm de hauteur



Soyez attentif à son exposition au soleil, car les plantes aiment la lumière

2 – Bâtir la structure de base du potager

Construire les rebords du bac avec ce que vous avez de disponible : bois de palette, grillage, tressage...



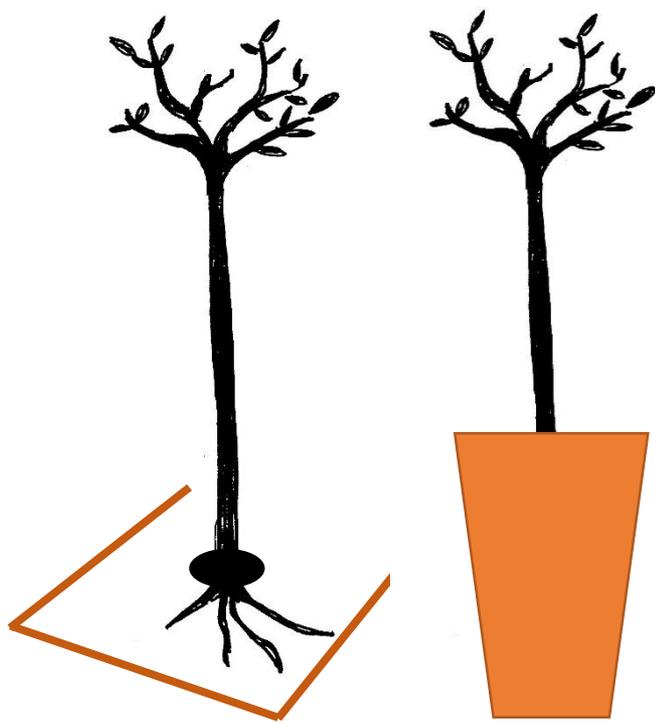
- Sur un terrain, faire un trou dans le sol, sur du béton, percer un trou et creuser pour planter un jeune arbre fruitier au centre du bac



Sur une terrasse, le centre sera l'emplacement d'un grand pot.

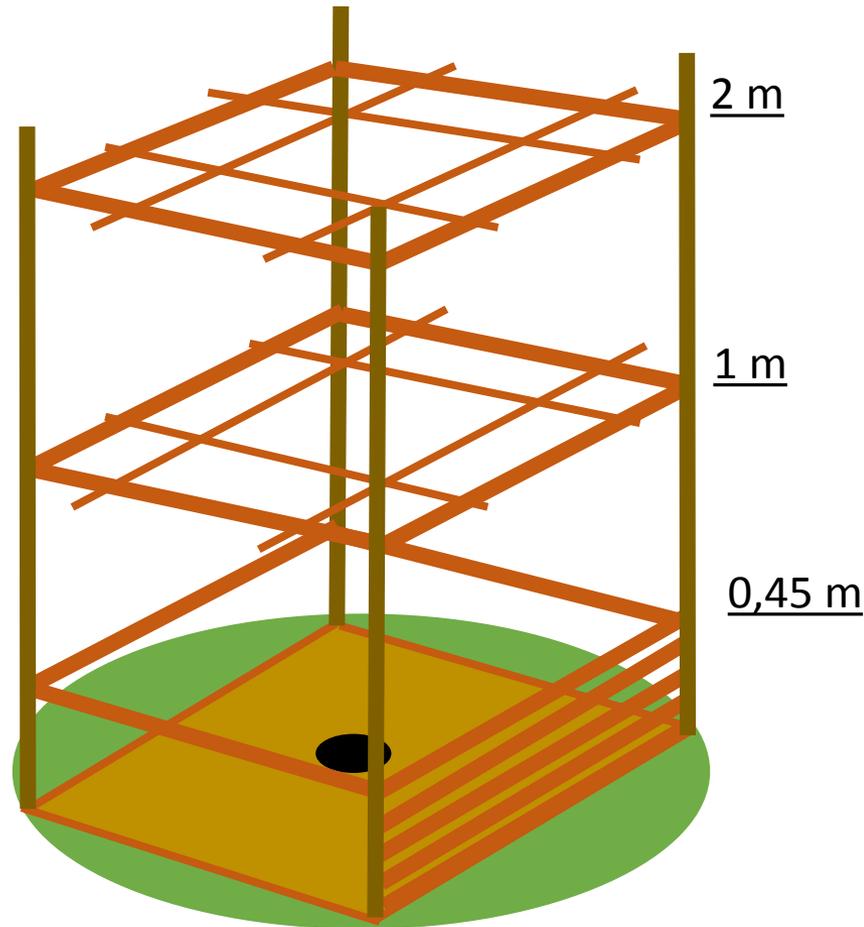
3 – Planter au centre du cercle un jeune arbre fruitier
avant de construire la structure du potager étagé.
Sur une terrasse, installer l'arbre dans un grand pot.

Photo : cueillette des haricots dans les branches de l'olivier en pot



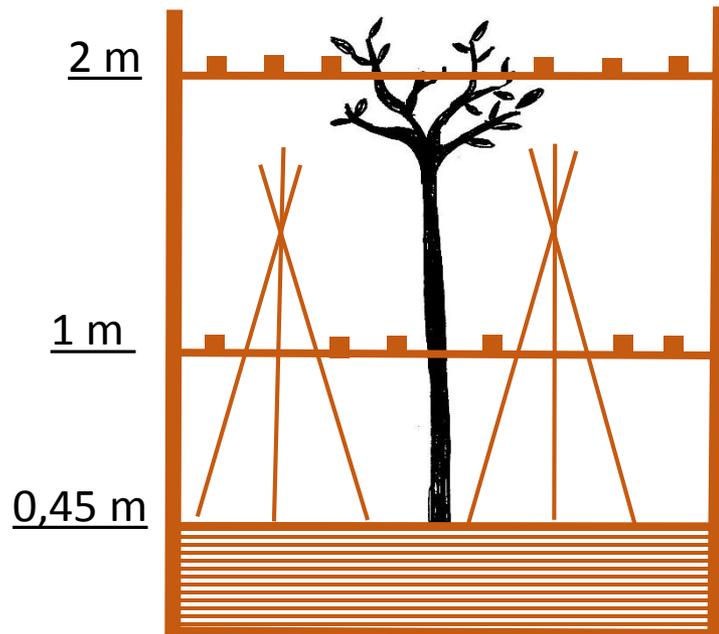
4 (1) – Bâtir la structure du potager étagé autour de l'arbre déjà planté ou posé dans son pot

Tout type de
matériaux sont
utilisables :
bambous,
cannes,
poteaux en
bois,
cordes...



4 (2) – Bâtir la structure du potager étagé

Installer des tipis pour les tomates, les haricots à rames, ainsi que les barres de pergolas pour le soutien des courges et du jeune arbre

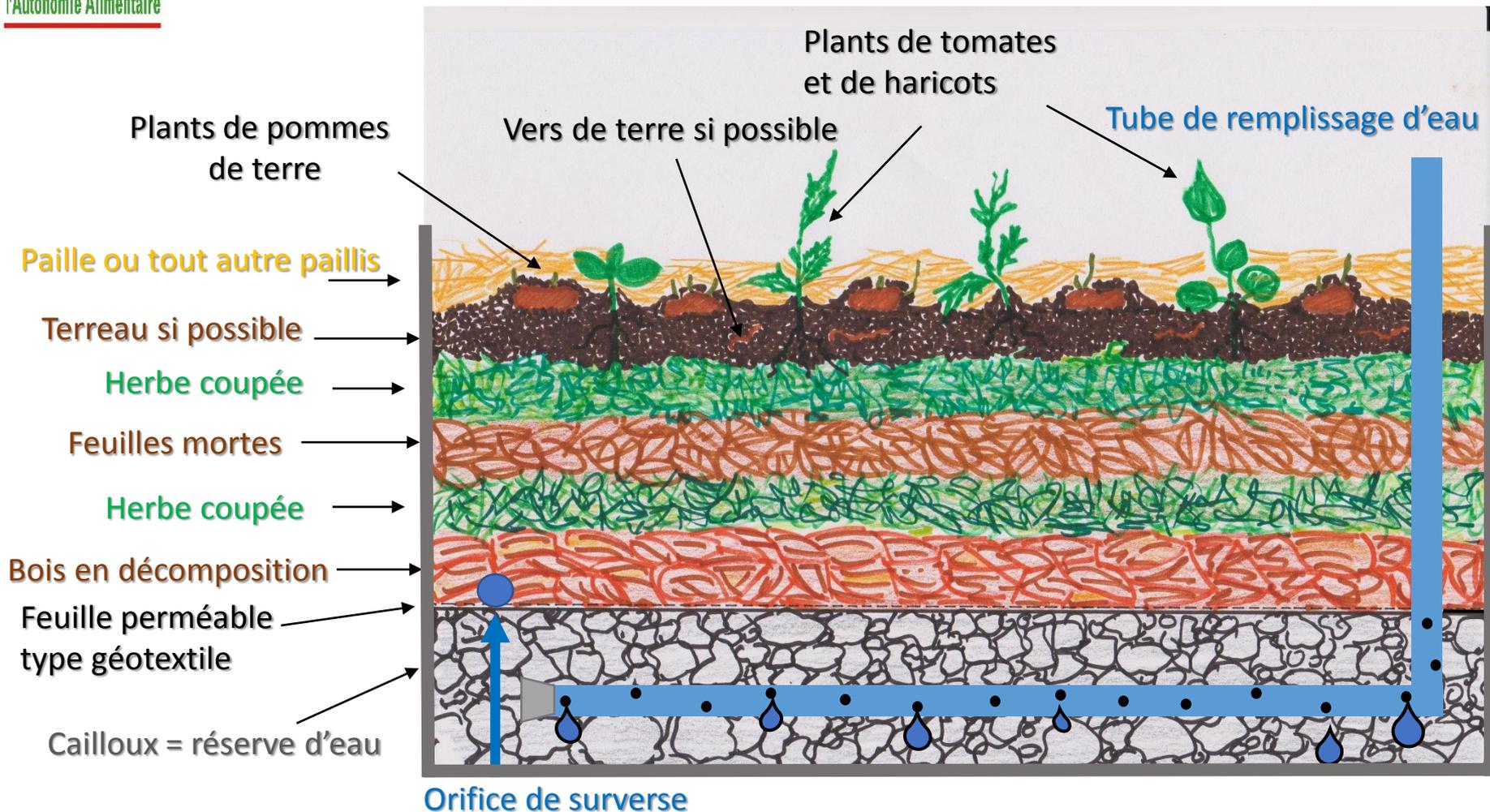


- positionner des barres - principe de la pergola pour supporter les potimarrons et courges et maintenir le jeune arbre fruitier ainsi que les haricots grimpants

- ▬ bac 1m x 1m contenant les couches alternées brunes carbonées / vertes azotées
cf schéma page suivante pour les couches en lasagnes

Si vous êtes sur un terrasse, vous pouvez utiliser la technique du wicking - bed * : bac à réserve d'eau

* Ceci est la coupe schématique du wicking-bed que nous avons réalisé en Corse, sur un ancien terrain de tennis, au col de Vizzavona, il y avait du terreau forestier et des vers de terre, on peut le faire sans eux – cf lien du film plus loin.



Jardin expérimental et pédagogique de Vizzavona

avec 4 wicking-beds (et palettes verticales)
fabriqué avec des tonnes à eau coupées en
deux

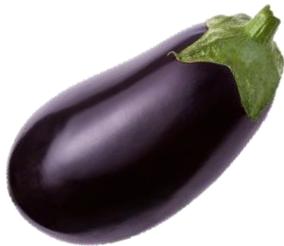


Pour voir le tutoriel de cette opération

<http://www.autonomiealimentaire.info/05-jardin-pedagogique-hors-sol/>



5 – planter (1) :
pommes de terre,
tomates, poivrons, aubergines, basilic,
courgettes, butternuts, ou potimarrons,
mettre des graines de haricots à rame et
de petits pois



mais aussi ...

5 – planter (2) :

Pour ceux qui veulent faire évoluer le potager étagé vers un jardin-forêt, il est possible de mettre en place des plantes comestibles annuelles.

Voici des propositions de [Fabrice Desjours](#), créateur de la [Forêt Gourmande](#).



L'amour en cage ou la lanterne japonaise : *Physalis alkekengi* « Gigantea », pour ses fruits

La glycine tubéreuse : *Apios americana*, pour ses tubercules



Le fraisier ananas : *fragaria ananassa*

ou encore ...

Le chervis : *Sium sisarum*
pour les racines



La tomate en arbre :
Cyphomandra betacea,
pour ses fruits, c'est un
arbuste très intéressant,
bien que gélif.

La châtaigne de terre :
*Bunium
bulbocastanum*
pour ses racines



L'épinard du Caucase :
Hablitzia tamnoides,
liane épinard pour le
feuillage.



Les **poivrons** et les **aubergines** sont des vivaces que l'on peut hiverner!

Les déterrer délicatement à l'automne, les placer en grand pot dans un lieu lumineux :

- soit au chaud, arroser comme pour des plantes d'appartement,
- ou au frais avec peu d'arrosages.

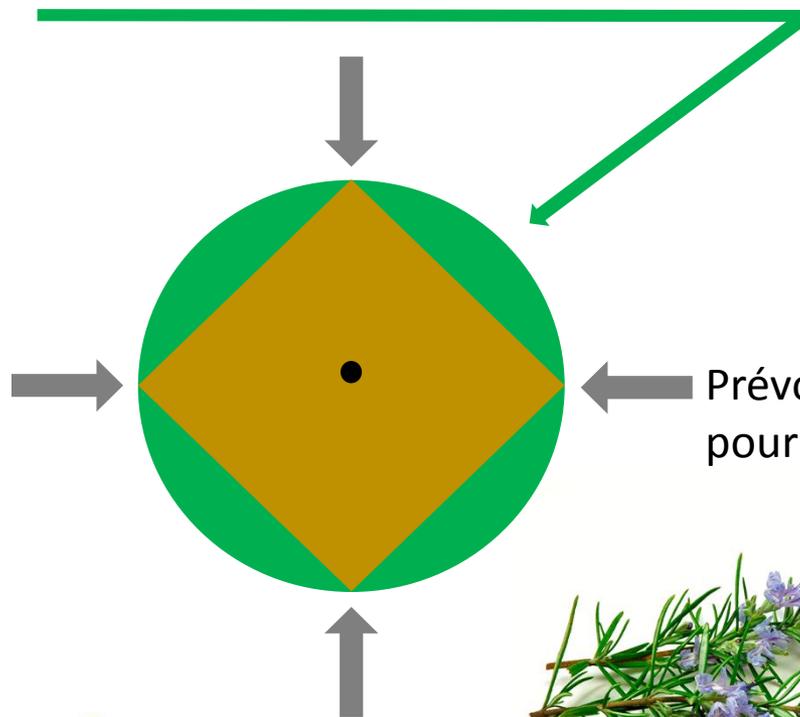


Ils peuvent être laissés dans de grands pots sortis dehors au printemps quand les gelées ne sont plus à craindre. La plante ayant déjà sa partie aérienne toujours vivante va très vite se remettre à fleurs et donc à fruits. On gagne au moins deux à trois mois dans la production !

6 – Aménager le pourtour du bac

* Sur un terrain, planter des fleurs comestibles (capucines, soucis), des herbes aromatiques telles que menthe, thym, romarin, sauge, ciboulette, persil, verveine...

* Sur une terrasse positionner les végétaux autour du bac, plantés dans des pots.



Prévoir les espaces de circulation pour accéder facilement au bac sans écraser les plantes !



Pour ceux qui ont de l'espace, agrandir la zone des plantes aromatiques et des fleurs autour du bac

Liens pour accéder aux vidéos pédagogiques :

La marelle nourricière pour montrer la fabrication de la lasagne
<http://www.autonomiealimentaire.info/la-marelle-nourriciere-2/>

Le wicking bed
<https://vimeo.com/311865038>

Illustrations - Première expérience de création d'un potager étagé en lasagnes sur 1m² au sol dans les Vosges en mars 2020, par Léo le fils de François avec son amie Laure



Les atouts du potager étagé (1)

- 1** – Très productif sur très peu de place : on ne cultive plus en surface mais en volume
- 2** – Permet de fabriquer un sol nourricier en 100 jours (technique de la lasagne)
- 3** – Très résilient car durable du fait de sa transformation progressive en guildes fruitières entourées de plantes comestibles vivaces après les annuelles
- 4** – Offre la possibilité de créer un véritable paysage nourricier en tant qu'élément de base duplicable d'un jardin-forêt où l'on associe les arbres fruitiers dans la culture potagère



Les atouts du potager étagé (2)

5 – Reproductible à l’envi. C’est comme un petit laboratoire d’expérimentation et d’apprentissage à la portée de tous, parents, enfants, grands-parents, personnes à faible niveau de ressources

6 – Outil pédagogique, il permet d’apprendre de manière simple à fabriquer son substrat de culture en tout lieu avec peu de moyens, et à progresser pas à pas pour le reproduire ensuite en comprenant son fonctionnement



7 – Régénératif car même dans des conditions difficiles comme une cour d’école ou de maison, avec de la terre damée ou sablonneuse, il redonne vie au sol tout en permettant la création de son propre biotope nourricier de haute vitalité

Les atouts du potager étagé (3)

8 – Bien adapté pour répondre aux variations climatiques brutales, car il peut être autoprotecteur dans son volume de 2m³ et quasi autonome grâce à la possibilité d'ajouter une réserve d'eau

9 – Très économique car peut être entièrement réalisé avec des matériaux de récupération

10 – Esthétique car il offre un beau volume végétal dans son architecture nourricière étagée

11 – Innovant, il s'adapte en ville, dans les jardins ou à la campagne

12 – Vocation thérapeutique lorsqu'il est créé en orthithérapie



La culture étagée offre une production abondante chez soi !



Notre
terrasse
cultivée à
Aigue -
Mortes

Les aubergines
poussent avec les
pommes de terre
et les tomates
dans un substrat
en lasagnes





*Tutoriel réalisé par Sabine Becker
et François Rouillay le 4 avril 2020, actualisé
le 20 avril, avec l'aide de Fabrice Desjours*



Le plaisir de la
récolte du
potager étagé
hyper productif
en volume
sur une toute
petite surface
comme une cour
ou une terrasse
d'habitation
en ville

