



Juin - Juillet 2010

Le lombricompostage ou comment avoir du compost sans jardin.

Depuis plusieurs années nous parlons souvent du compostage et de l'utilisation du compost. Comment le fait-on directement dans son jardin, directement sur le sol, avec ou sans silo ? Comment réussir le compost dans un composteur individuel lorsque l'on a un moyen ou petit jardin ? Mais lorsque l'on n'a pas de jardin ? est-on obligé d'en acheter ? Nous avons demandé à notre amie Brigitte Christophe, adhérente de Palaiseau et habitant en immeuble avec comme tout jardin son balcon, de venir nous expliquer comment elle composte ses déchets alimentaires et comment elle obtient un très beau compost pour ses nombreuses plantes d'appartement et de balcon.

Quelle différence entre le compostage et le lombricompostage ?

Le compostage est un procédé biologique naturel qui transforme la matière organique en un produit stable ressemblant à de l'humus. C'est la décomposition de nos « déchets de jardin » et de nos déchets de cuisine par de nombreux micro-organismes et champignons. En quelques mois tous ces éléments ont été décomposés et transformés en compost.

Le lombricompostage ou vermicompostage est un processus naturel qui transforme la matière organique, sous l'action de micro-organismes et de lombrics, *Eseinia foetida* ou *Eseinia andrei*, car ils sont de gros consommateurs de déchets de cuisine et qu'ils sont très robustes. Les *Eisenia* sont de petits vers rouges qui ont un cycle de croissance et de reproduction rapide et qui consomment beaucoup de matière organique. Ce que vous allez obtenir sera un amendement très riche appelé lombricompost ou vermicompost. Il est inodore ou plutôt il a une bonne odeur d'humus, il ressemble à un terreau bien tamisé, il est très bon marché puisque vous le fabriquez vous-même et que vous pouvez aussi fabriquer votre lombricomposteur. Le lombricompostage vous offre la réduction d'un certain nombre de vos déchets de cuisine, un amendement liquide qui n'est autre que du jus de compost et un compost qui nourrissent et renforcent les défenses des plantes d'appartement, de balcons et de terrasses.



Le cycle de vie d'Eisenia

Les deux espèces de vers utilisés dans les lombricomposteurs sont des lombrics du genre *Eisenia foetida* et *Eisenia andrei*. Ce sont des vers robustes qui dévorent la matière organique. Ils vivent en milieu humide, acide et aéré, vous en trouverez dans les tas de compost, pour les récolter il suffit d'étaler une feuille de plastique sur le compost pendant une nuit et vous en aurez tout un tas.

Eisenia est hermaphrodite, c'est-à-dire qu'il est à la fois mâle et femelle. Mais il doit quand même s'accoupler. Sa durée de vie dépend des conditions ambiantes. En lombricomposteur, il peut vivre plus d'un an.

Où placer son lombricomposteur ?



Le lombricomposteur, étant un composteur pour ceux qui n'ont pas de jardin, est prévu pour être placé à l'intérieur de l'appartement. Ce qui est l'endroit idéal, la température intérieure étant assez constante, les vers se développent de façon optimale tout au long de l'année. Vous pouvez placer vos bacs à l'extérieur, sur le balcon ou la terrasse. Cependant il vous faudra les protéger du froid du chaud. La température acceptable se situe entre 5 et 25 °, l'idéale étant entre 15 et 20 °. S'il gèle la plupart des vers risquent de mourir, au-delà de 30° les vers se mettent au repos mais ils risquent de souffrir. Il faut donc placer le lombricomposteur dans un local où la température ne sera ni trop fraîche ni trop chaude. Vous pouvez cependant bien emballer votre lombricomposteur avec bâche plastique, couverture, papier journal...

Pour débiter son lombricompostage :

Préparez une sorte de litière faite avec des journaux coupés en morceaux, du carton ondulé ou des boîtes d'œufs en carton. Détrempez bien le tout, égouttez, pressez légèrement et installez au fond du bac. Placez les vers par-dessus. Pour commencer un lombricompostage, il faut, en poids de vers, au moins le double de la quantité de déchets apportés par jour. Si vous n'avez pas assez de vers au départ, la matière apportée va s'accumuler et de la pourriture risque d'apparaître. Il est recommandé de mettre un minimum de 500 g de vers au départ. Les vers préférant les matières en cours de décomposition, ils ne vont pas manger tout de suite. Ne charger pas trop le bac au départ, laissez les vers s'habituer à leur nouvelle habitation. Ils commenceront à manger 2 à 3 semaines après leur installation. Très vite vous trouverez la quantité des apports de nourriture à donner.

Le lombricompostage est un milieu aérobie, il est important que l'air puisse circuler. Des trous doivent être prévus dans les parois et les vers entretiennent l'aération en creusant des galeries. L'eau produite lors du processus de décomposition est en générale suffisante. Elle s'évapore, se condense sur les parois et retombe dans le bac. Si l'été est particulièrement très chaud et que votre compost sèche, pulvérisez un peu d'eau, très doucement. Pour que la fabrication du compost se fasse correctement, il faut veiller au rapport Carbone/Azote. Les déchets organiques de cuisine que vous apportez sont riches en azote. Pour maintenir un bon équilibre C/N (1/4 carbone, 3/4 azote) apportez du papier et du carton.

Récupération du compost

La récupération du lombricompost est très facile. Lorsque vous voulez récolter votre compost, vous n'alimentez plus le bac, vous mettez les nouveaux déchets dans un autre bac au dessus ou en dessous. Eisenia est un bon grimpeur, mais vous lui faciliterez la tâche en mettant les nouvelles matières dans le bac situé en dessous de celui qui est plein. Au bout d'une dizaine de jours les vers affamés auront migré dans le deuxième compartiment. Vous pouvez alors récupérer le compost du premier bac.

Le compost obtenu est souvent très humide. Mettez-le à sécher en le couvrant d'une bâche. Il n'a pas besoin d'être tamisé. Dès que l'excédent d'eau est éliminé vous pouvez l'utiliser. Comme le lombricompost contient des micro-organismes vivants, il est conseillé de l'utiliser dans les six mois après sa récolte.

N'oubliez pas de récolter aussi le jus qui percole à l'étage inférieur du lombricomposteur. Cette mixture noire et peu agréable à regarder mais nutritive pour vos plantes d'intérieur, s'emploie comme un engrais



liquide (dilué à 10 parts d'eau pour 1 part de liquide récolté). Avant de l'utiliser, vous le laisserez reposer quelques semaines dans un pot (à confiture) non fermé, le temps d'achever sa maturation.

Utilisation du lombricompost

Maintenant que vous avez récupéré votre lombricompost, il vous faut l'employer. C'est un amendement très utile pour vos plantes d'appartement, de serre, de balcon et de terrasse. En fait il sera utile pour toutes les plantes en pot. Lors d'un repotage vous mélangerez 1/4 de compost avec 3/4 de terre de jardin ou de terreau du commerce. Si vous faites des semis vous en utiliserez deux fois moins (1/8^{ème}). Vous pouvez aussi le disposer en surface de façon à ce qu'il se dissolve lors des arrosages. Vous pouvez aussi fabriquer du « jus de compost » en mettant 1/4 de verre de compost dans une bouteille d'eau, vous secouez bien et vous arrosez. L'effet stimulant est garanti.

Attention cependant, le jus de compost non mûre, c'est-à-dire dans lequel la matière organique n'est pas complètement décomposé, inhibe la croissance des semis et des plantes fragiles. Il est très acide et pas utilisable tout de suite par les végétaux. Le compost est mûr lorsqu'il a une belle couleur noire, pas d'odeur et qu'on ne peut reconnaître des fragments à l'œil nu. Ne soyez pas trop pressé pour recueillir votre lombricompost.



Nos remerciements à Brigitte Christophe, adhérente à Palaiseau, qui nous a fait part de son expérience du lombricompostage sur le balcon de son appartement.

Monique Wachthausen
jardiniersdefrance91@free.fr

bibliographie	internet (LPO aquitaine)		
	Faire son compost	Jean Michel Groult	Ulmer
	Lombricompost pour tous	Jean-Paul Collaert	ed de Terran
	Les vers mangent mes déchets	Mofary Appel	

Les adventices, comment les maîtriser ?



On les appelle « mauvaises herbes » la plus part du temps parce qu'elles poussent là où nous ne les avons pas invitées, parce qu'elles concurrencent nos plantes cultivées, parce qu'elles résistent à nos efforts, parce qu'elles ne répondent pas à nos critères esthétiques. Et pourtant nombre d'entre elles ont leur utilité au jardin, surtout lorsque le jardin se veut « naturel ».

1° Elles nourrissent la faune auxiliaire en fournissant le nectar des fleurs et des graines tout au long de l'année. Elles attirent de nombreux insectes et oiseaux qu'elles nourrissent et qui participeront à la pollinisation de nos légumes et nos fruitiers et qui aussi les débarrasseront de leurs prédateurs. Rien de tel qu'un carré d'herbes sauvages pour attirer au jardin les abeilles, chrysopes, coccinelles, mésanges, papillons, syrphes...

2° Elles nous aident à nous soigner. Nombre d'entre elles fournissent à la médecine la grande majorité des remèdes, comme l'écorce du saule blanc qui produit l'acide acétylsalicylique (aspirine), la digitale qui

donne la digitaline utilisée contre certaines maladies du cœur. Sans oublier la médecine familiale : une infusion de plantain calme la toux. Lorsque vous êtes piqué par des orties, frottez-vous avec des feuilles de plantain et la douleur disparaît très vite.

3° Elles nous nourrissent aussi. De tout temps l'homme s'est nourri de la cueillette des végétaux sauvages. Aujourd'hui nous cueillons encore champignons et fruits sauvages. Nous pourrions réapprendre les qualités gustatives, nutritionnelles de ces plantes. L'ortie, la petite oseille, le chénopode blanc peuvent se déguster en salades ou cuits comme des épinards ou même faire de bonnes soupes.

4° Elles améliorent les sols dans lesquels elles poussent. Le trèfle blanc est un excellent engrais vert qui capte l'azote de l'air et régénère ainsi la structure du sol. Le rumex ou oseille sauvage qui devient vite envahissant, draine le sol avec ses fortes racines. Ne le laissez pas grainer.



5° Elles protègent les plantes. Nombre d'entre nous font déjà appel à leurs qualités naturelles pour soigner certaines plantes malades. Je ne vous parlerai pas du purin d'ortie, mais de **la consoude** utilisée pour les plantes à fleurs et à fruits dont elle améliore la floraison et la fructification.

6° Elles peuvent servir de couvre-sol. Pour éviter qu'un sol nu ne soit colonisé par des plantes spontanées, couvrez-le avec des plantes rampantes comme l'*Ajuga reptans* à feuilles vertes ou rouges qui pousse dans les sols frais et légèrement acides et dont les jolies fleurs

bleues nourrissent les butineurs. Aussi le lierre terrestre (*Glechoma hederacea*) qui tapisse rapidement, préserve l'humidité du sol et constitue un abri pour la faune du jardin.

7° Certaines embellissent le jardin et méritent qu'on les garde. La bourrache nous offre de si jolies fleurs bleues en forme d'étoile, le géranium herbe à Robert fleurit de mai à octobre avec des fleurs roses aux pétales rayés.

Au lieu de les chasser, de les détruire, pourquoi ne pas chercher plutôt à les maîtriser ?

Pour nombre d'entre nous le désherbage est une véritable corvée. C'est un travail long, fastidieux et de plus ennuyeux. Et alors, faut-il vraiment désherber ? Certain vous diront oui car les herbes sauvages poussent là où on ne les attend pas. Elles concurrencent en eau, en lumière, en éléments nutritifs, les plantes cultivées. D'autres vous diront qu'elles sont jolies, qu'elles sont utiles car elles enrichissent la terre. Les ravenelles prélèvent dans le sous-sol de la potasse et la libèrent, ce qui enrichit le sol, lors de leur décomposition. Les plantes nitrophiles, tels le mouron blanc et le lamier rouge, absorbent l'azote en excès. Beaucoup de ces plantes sauvages attirent les pollinisateurs, elles servent d'abri à nombre d'insectes auxiliaires. Oui mais voilà, certaines sont un peu trop envahissantes et si l'on n'y prend garde, elles finiront par étouffer nos plantes cultivées, nos légumes. Comment faire puisque de toutes façons nous ne voulons pas utiliser de désherbants chimiques ? Alors faisons de la prévention :

Les plantes couvre-sols : Comme pour toutes les maladies « mieux vaut prévenir que guérir ». Le mieux est d'installer une couverture végétale assez dense pour faire obstacle à la germination des adventices.



Plantez des couvre-sols. Les plus efficaces sont ceux qui ont un système racinaire drageonnant qui colonise le sol et dont les feuilles couvrent la surface, il y a aussi ceux dont les feuilles persistantes qui couvrent le sol en permanence.

Quelques bons couvre-sol : la grande pervenche (*Vinca major*), les géranium vivaces, le lierre (*Hedera helix*), le *Cotoneaster horizontalis*, la consoude (*Symphitum grandiflorum*), les bruyères (*Erica carnea*, *Calluna vulgaris*), *Houttynia cordata*... et il y en a beaucoup d'autres. Sans oublier les engrais verts qui

sont de très bons couvre-sols temporaires. Phacélie, moutarde, trèfle... poussent vite et produisent une importante quantité de feuilles et de racines qui ne laisseront aucune place aux dites mauvaises herbes.

Et pourquoi pas une ou deux poules ? C'est un bon moyen de nettoyer le terrain. Elles se régaleront des graines, des parasites, des limaces et des escargots. En plus elles remueront la terre en surface et l'enrichiront de leurs fientes. Pour les empêcher de courir partout dans le potager, fabriquez-vous un petit enclos déplaçable. Vous l'installez sur l'espace à nettoyer et vous y enfermez les poules. Quand elles ont fini, vous le déplacez.

Le paillage : En couvrant le sol d'un bon paillis vous étouffez les herbes sauvages, vous empêchez la germination de leurs graines. De plus le sol restera humide plus longtemps, vous arroserez moins. Au potager on utilise plutôt les tontes de gazon, la paille, les feuilles mortes en automne. Au jardin d'ornement on utilisera des paillettes de lin ou de chanvre, des coques de cacao, des cosses de sarrasin, sans oublier les aiguilles et les écorces de pins pour les plantes acidophiles. Les paillages minéraux sont aussi très efficaces et souvent élégants, cependant ils ne nourrissent pas le sol comme le font les paillages végétaux.



Si malgré tout ce que nous venons d'expliquer vous êtes obligé de désherber, n'utilisez pas de produits chimiques, ils sont excessivement polluants pour l'air que nous respirons, pour l'eau, pour les légumes que nous faisons pousser et que nous récoltons.

Existe-t-il un désherbant naturel ? Il semblerait que non. On peut utiliser de l'eau bouillante pure ou de cuisson des légumes, mais attention aux plantes alentours. Par contre c'est très pratique pour le désherbage entre les dalles d'une terrasse.

Le désherbant le plus naturel, c'est « l'huile de coude », la binette, un croc, une griffe à trois dents et pour les racines de liseron la gouge à asperge. Un conseil, avant de commencer arroser amplement la veille et le travail sera plus facile le lendemain.

Le désherbage thermique : Cette méthode détruit les herbes en les soumettant à un choc thermique qui fait éclater leurs cellules. Pour le jardinier, il existe deux méthodes principales, le désherbeur à gaz ou électrique. Un passage rapide (5 secondes) suffit à les carboniser. Il faut ensuite attendre quelques jours avant d'enlever les débris pour être certains que les racines soient bien desséchées. Les désherbeurs thermiques sont efficaces car le résultat est immédiat et durable. La mise en culture est rapide, quelques jours. Ils sont très efficaces sur les sols durs des terrasses, des escaliers. Cette technique présente certains inconvénients. Elle a un coût énergétique et rejette du CO₂, le risque d'incendie existe, surtout dans les régions aux étés chauds et très secs. Le prix du matériel est relativement élevé.



Et n'oubliez jamais que la nature a horreur du vide et que dès qu'une parcelle de terre n'est plus occupée par vos légumes, fruits ou fleurs, très vite les adventices reprennent leurs droits. Et qu'elles sont plus robustes que vos plantes car elles sont chez elles, dans leur région, leur terre, leur climat, leur ensoleillement avec leurs oiseaux, leurs insectes...

Monique Wachthausen
jardiniersdefrance91@free.fr

Les nouvelles de l'association

Cette année 2009/2010 de nombreuses personnes sont venues nous rejoindre au sein de l'association et nous espérons qu'elles vont nous accompagner quelques années.

Notre club compte actuellement 173 adhérents. Si Orsay avec 76 personnes est la ville qui en regroupe le plus grand nombre, nous avons 27 adhérents à Gif-sur-Yvette, 14 aux Ulis, 13 à Villebon-sur-Yvette, 9 à Bures-sur-Yvette, 7 à Palaiseau, 5 à Saint-Aubin, 4 à Igny et Saint-Jean de Beauregard, 3 à Verrières le Buisson et Massy, 2 à Champlan, Vauhallan et Villejust, 1 à Bièvres et à Forges-les-Bains.

Vous avez eu, cette année la possibilité de participer à presque 3 réunions par mois, sans compter toutes celles qui ont eu lieu dans le département. Car je vous rappelle que grâce à votre carte d'adhérent, vous pouvez participer à toutes les réunions organisées par les Jardiniers de France, partout dans toute la France.

Nous avons organisé deux trocs de plantes, un à l'automne, l'autre au printemps, manifestations qui attirent du monde, tant à Orsay qu'aux alentours. Nos échanges ont été fructueux.

Nous étions présents à la fête des plantes de Saint-Jean de Beauregard en septembre 2009, nous y serons aussi en septembre 2010. Nous étions aussi à Courson en octobre et en avril, ce que nous ferons encore en octobre 2010 et avril 2011. Je vous rappelle que grâce à votre carte, vous pouvez bénéficier d'entrées à tarif réduit à Courson, à Saint-Jean ainsi qu'au Potager du roi à Versailles.

Le deuxième week-end de juin, lors de la manifestation « **Bienvenue dans mon jardin** » 55 jardins d'amateurs se visitaient en Essonne, dont 6 à Orsay et 1 à Palaiseau-Lozère. Vous avez été nombreux à nous rendre visite et nous vous en remercions.

Tout au long de l'année, vous avez reçu notre revue **Pour nos jardins** et notre **Gazette des Jardiniers de France en Essonne**. Vous avez tous reçu le catalogue du **Comptoir des Jardiniers de France** et je vous rappelle aussi que vous pouvez commander par mon intermédiaire et bénéficier ainsi de la remise des frais de port, en plus de votre réduction de 5% en votre qualité d'adhérent.

Nous vous souhaitons de bonnes vacances, même si elles sont déjà bien entamées et nous espérons nous retrouver très nombreux dès le mois de septembre.

Le **samedi 5 septembre**, nous serons à la Journée des Associations au gymnase Blondin, venez nous rendre visite, cela nous fera très plaisir.

Le **samedi 11 septembre, à 14 h 30** à la Maison des Associations, aura lieu notre première réunion de cette nouvelle année associative.

Notre troc de plantes d'automne aura lieu le dimanche 7 novembre. Pensez dès maintenant à préparer des boutures, des semis, des plants pour cette occasion.