



Du potager à la basse-cour, un guide pour cheminer vers l'autonomie alimentaire et créer son jardin nourricier. Cachés derrière leurs haies taillées, nos jardins, qu'ils soient ruraux ou urbains, sont dotés d'un potentiel insoupçonné. Nos pelouses régulièrement tondues dissimulent des espaces fertiles et nourriciers où pourrait être produite une part importante de notre alimentation familiale grâce à un potager, quelques arbres fruitiers, une petite basse-cour et, pourquoi pas, des ruches!

Avec des méthodes simples, inspirées de la permaculture, de l'agroécologie, de l'agroforesterie et du maraîchage sur sol vivant, Maud Roulot nous accompagne sur le chemin des jardins nourriciers et partage ses précieux conseils pour manger toute l'année des produits

frais, sains, locaux et de saison, dans le respect de l'environnement et de la biodiversité. Créer un écosystème de production familiale dans son jardin en tenant compte des plantes d'ajout en place, en identifiant les auxiliaires du jardinier, les ravageurs et les maladies, et en améliorant la fertilité de son sol de façon naturelle.

Cultiver ses fruits et ses légumes de la graine à l'assiette, avec un calendrier des semis, des fiches descriptives des différentes espèces et variétés, et de multiples techniques de culture. Produire ses oeufs, son miel grâce aux petits élevages accessibles à l'échelle d'un jardin familial, avec des conseils précis pour chaque espèce, de l'habitat à l'alimentation en passant par l'incubation des oeufs, les soins à donner aux animaux ou le traitement des maladies. Un suivi de l'année mois par mois pour le potager, les fruitiers, la basse-cour et les ruches. Transformer et conserver les surplus de sa production grâce à des recettes et à des astuces de fabrication : bocaux de légumes, confitures, pain, produits d'entretien. Un jardin nourricier pour cheminer vers l'autonomie alimentaire.

Un guide pour mettre en place un potager sans pesticides, inspiré de la permaculture, de l'agroécologie, de l'agroforesterie et du maraîchage. L'auteure explique comment choisir son espace, préparer les sols, conserver sa production, entre autres.

Biographie de Maud Roulot

Née en 1980, Maud Roulot se passionne pour les animaux dès l'enfance. En 2005, elle quitte la ville pour emménager en pleine campagne, dans le Haut Beaujolais. Ce n'est que plusieurs années plus tard qu'elle ambitionne de produire l'alimentation de sa famille grâce aux petits élevages et à la culture potagère. Au fil de ses recherches, elle découvre la permaculture, qui devient la source d'inspiration principale de son projet de vie.

En 2018, elle crée la chaîne **YouTube Le jardin d'Aleki** qui compte aujourd'hui près de 50 000 abonnés.

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

1. jardin
2. nourricier
3. permaculture
4. potager

date création

18 avril 2022

Auteur

cblanke