



ASSOCIATION LA FORET NOURRICIERE

Les Basses landes
35330 CAMPTEL
☎ 02 99 92 48 37
laforetnourriciere @ foretscomestibles.com
www.foretscomestibles.com



NOUS VOUS SOUHAITONS LA BIENVENUE SUR NOTRE SITE **FORETS COMESTIBLES .COM**

Pour vous remercier de votre inscription, nous vous proposons un exemple de Jardin-Forêt avec une liste des variétés de plantes qui peuvent être intéressantes pour le créer.

Il faudra bien choisir les essences en fonction de votre région et de votre climat et veiller aux différents partenariats entre les plantes que vous mettrez dans votre jardin-forêt en fonction de la vigueur, de la morphologie des parties aériennes et racinaires, de l'allélopathie (substances chimiques), et de la sexualité.

Si vous voulez améliorer la stabilité de l'écosystème, il faudra essayer d'augmenter la biodiversité en créant un contexte favorable à de nombreux auxiliaires :

- Oiseaux (passereaux, rapaces, etc.)
- Mammifères (hérissons, chauve souris, etc.)
- Reptiles et batraciens (lézards, couleuvres, orvets, crapauds, grenouilles, etc.)
- Insectes, (carabes, perce-oreilles, syrphes, chrysopes, mangoustes Ichneumon)

On privilégiera l'apparition et l'augmentation de ces auxiliaires, en leur mettant des nichoirs, des abris (tas de pierres, bassins, perchoirs en hauteur, tas de bois, paille, hôtels à insectes) et en leur donnant les plantes et les ressources alimentaires adéquats (voir ouvrage : Permaculture en Climat Tempéré en vente sur le site www.foretscomestibles.com)

Même si votre jardin ne fait que 100 m², vous pouvez quand même copier le modèle de la lisière de forêt : Par exemple au nord dans la partie canopée, vous pourrez mettre quelques petits arbres fruitiers au feuillage clairsemé (pêcher, poirier, pommier colonnaire) et séparer avec des bosquets de petits fruits la partie potagère que vous implanterez plein Sud. (voir les différentes associations proposées dans l'ouvrage « Permaculture en Climat Tempéré »)

Le Jardin Forêt



La lisière de forêt comme modèle

(Rentabilité solaire et biodiversité optimale)

Les haies (Est&Ouest) seront plus ou moins grandes (vents desséchants, coulées froides etc.)
(éviter les rosacées dans les haies pour limiter l'hivernage des insectes et des maladies)



Grands arbres (canopée) :	Plantes fruitières	Plantes d'ombre :	Grands fruitiers francs	Lianes :	Moyens Fruitiers Francs	Petits fruitiers (plein soleil)	Fruitiers (Buissons)	Couvre-sol et racines :	Haie Sud sans rosacées
15 à 30 mètres			10 à 15 m		5 à 10 m	(3 à 5 mètres)	(0.20 à 3 mètres)		Alterner les feuillages
	(qui tolèrent les noyers (juglone) :				greffés sur franc	greffe MM106	(greffe EM9 coing-aubépine)		caducs et persistants
Aulne (az)	Asiminier – Amélanancier	Amélanancier	Pommier	Apios (az)	Abricotier (franc)	Abricotier (greffé)	Argousier (az)	Alliacées perpétuelles	Noisetier avelana
Châtaignier	Aubépine – Azérolier	Cassis	Poirier (franc)	Akébia	Amandier	Amélanancier	Aronia	Apios (az)	Éleagnus Eibingei (az)
Chêne à glands doux	Cornouiller de Floride	Groseille	Asiminier (franc)	Anredera Cordifolia	Asiminius (franc)	Asiminius (greffé)	Éleagnus	Aromatiques	Sureau
Chico du Canada	Éleagnus Umbelata (az)	Casseille	Cormier	Bassel	Cerisier (greffé)	Azérolier	Framboisier	Artichaut et Cardon	Cornouiller
Pacancier	Figuier	Gauthéria Shallon	Cerisier (affranchi ou semis)	Cucurbitacées :	Cudrania	Caraganier (az)	Goji	Arroche	Vigne
Pommier (malus Sieversii)	Groseilliers, Framboisiers	Kiwai	Cognassier de Chine	(Courge de Siam, chayotte, Potimarron,	Pêcher (franc)	Caroubier (az)	Saxifragacées :	Capucine tubéreuse	Kiwi
Poirier Pyrus Calleryana	Kaki de Virginie Kiwai	Leycesteria Formosa	Hovenia Dulci	Courge Royal Acorn, Gabizura)	Prunier (franc)	Cornouiller Kousa	(Cassis,	Choux vivaces	Kiwai
Merisier	Murier (morus alba)	Lonicera Kamtchatika	Prunier Reine-claude	Goufla	Poirier	Cognassier	Groseille,	Fraisier	
Février d'Amérique (az)	Noisetier (maxima)	Myrtillier	Murier : alba, nigra et rubra	Haricot grimpant (az)	Pommier	Figuier	Casseille, etc.	Gesses, lupin, féverole (az)	
Hêtre	Pécancier – Pruniers	Ronce cultivée	Noyer	Decaisnea fargesii, doliques,	Néflier du Japon	Kaki Lotus	Schepherdia Argentéa	Houtuyunia cordata	
Kaki de Virginie (Franc)	Sureau		Kaki de Virginie (Fuyu)	Petit riz de Bresse, Pois de cœur	Nashi	Pêcher (Vigne et greffés)	Leycesteria Formosa	Livèche	
Pin et Cèdre à pignon	Viorne			Cardiospermum halicacabum		Poirier	Mahonia	Maceron et bardane	
Noisetier de Chine et de Byzance	Vigne hybride			Ignace et Patate douce		Pommier	Prunus Tomentosa	Salades sauvages	
Micocoulier				Kiwi (soleil) et kiwai (ombre)		Mandarinier de Satsuma	Ronce Cultivée	(arroche, chénopode,	
Noyer (franc)				Kudzu		Néflier d'Allemagne	Tayberry	pourpier, mauve)	
				Passiflore et Shisandra		Olivier Moufla et Frangivento	Viorne	Topinambours et Helianthis	
(az) =	APPORTENT DE L'AZOTE			Vigne		Poncirus Trifoliata et Hybride	Xanthocera sorbifolia	Souchet et Oxalis	