

# NEWSLETTER

## SOMMAIRE

Agenda de février

Légume du mois, l'endive : origines, conseils, et recette

Les conseils du jardinier

Février avec la lune

Produits en vente

---

## AGENDA DE FÉVRIER

### Nos dates de Marchés

Retrouvez-nous le **mardi 11 février 2020** et le **mardi 25 février 2020**  
de 16h à 19h30 au Marché de Producteurs à Valence, Place St-Jean.

### Assemblée générale

Rendez-vous vendredi 28 février à 18h, pour tous les adhérents

### Chantier de bouturage

Rendez-vous tous les jeudis matin dans la cour Koala à Fontbarlettes  
dès 9h30 pour un chantier bouturage  
Ouvert à tous (inscription par téléphone)

### Café jardin

Un moment de partage et de convivialité  
Retrouvez nous tous les samedis matin  
À la parcelle compost du jardin Oasis Rigaud  
dès 9h30 pour partager un café et des gâteaux.

### "Une cité aux mains fertiles"

Quand les habitants transforment leur quartier.  
Un livre sur l'histoire du Mat Drôme à Fontbarlettes.

**Il est encore temps de passer commande.**

Retrouvez notre bon de commande en dernière page de la newsletter.



4 allée Séverine  
26000 Les Hauts de Valence

☎ 07 82 27 55 74  
✉ mat.valence@gmail.com  
🌐 Lemat.hotglue.me

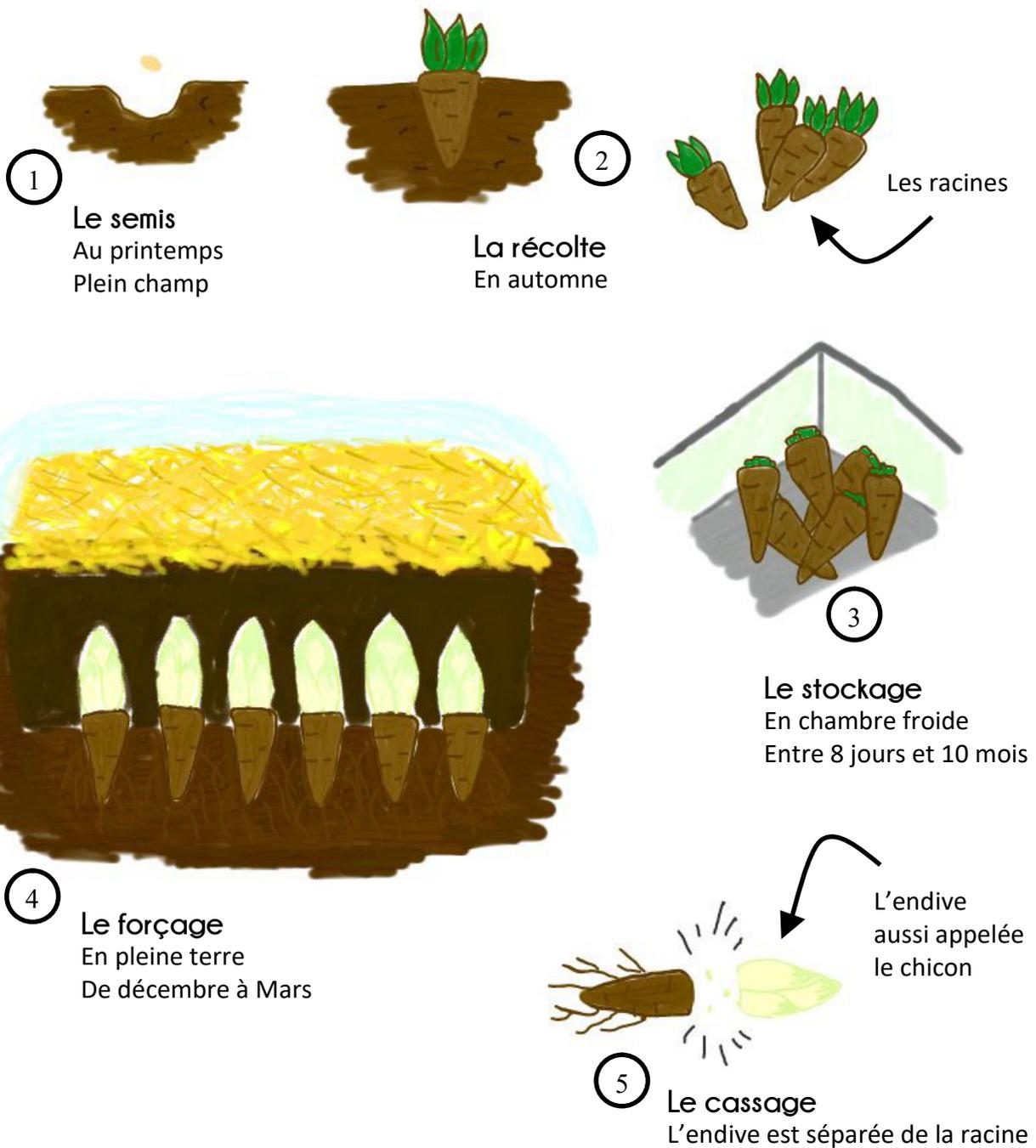
📘 LeMatDrôme  
📷 matdrome

Bureau ouvert les lundis de 14h à 16h  
Permanence dans nos locaux les vendredis de 17h à 18h45

# LÉGUME DU MOIS – L'ENDIVE

Ce mois-ci nous avons choisi de vous proposer l'endive, appelée aussi chicon dans le Nord de la France. L'endive est un légume originaire de Hollande. Sa culture se fait en deux étapes, la production de la racine et ensuite la production de l'endive.

## Fiche de culture :



## La culture de l'endive plus en détails

Pour nous jardiniers, il est plus simple de se limiter aux étapes 4 et 5 et de se fournir en racines auprès d'un maraîcher. Les étapes 1 à 4 nous permettent de mieux comprendre comment on en arrive à l'endive.

Reprenons donc à l'étape 4, le forçage en pleine terre.

Pour cette étape il vous faudra :

- Creuser une tranchée de 20 à 30 cm de profondeur à l'aide d'une bêche.
- Y placer les racines verticalement, serrées les unes contre les autres.
- Comblé le vide entre les racines avec de la terre, arroser puis saupoudrer de charbon de bois en poudre pour éviter la pourriture (cette étape est facultative).
- Recouvrir de 20 cm de terre fine (ne pas arroser).
- Recouvrir la terre d'une couverture de paille, de fougères, de feuilles mortes... Puis terminer en recouvrant d'une tôle ou d'une bâche plastique étanche.

La récolte aura lieu 60 à 120 jours plus tard. C'est lors de la récolte que se fera l'étape 5, le cassage, l'action de séparation entre l'endive et sa racine.

L'endive exige des terrains profonds et meubles, dépourvus de cailloux et autres obstacles, non enrichis avec de la matière organique depuis au moins un an.

Sources : "Endive" Rustica éditions - Extrait du Traité Rustica du jardin par Michel BEAUVAIS et Guylaine GOULFIER  
"Le guide du jardinage biologique" par Jean-Paul Thorez



P.E ©

---

## Fiche Recette :

### Ingrédients :

4 endives bio  
60g de fromage bio (comté, roquefort ou autre selon vos goûts)  
40g de cerneaux de noix bio  
1 pomme bio (golden ou autre)  
Citron bio  
Huile de noix bio ou huile d'olive bio  
Vinaigre de cidre bio  
Sel et poivre



Source : shutterstock

Pelez la pomme, coupez-la en dés. Déposez-les dés dans le saladier et citronnez-les. Coupez le fromage en petits cubes de même taille. Rincez les endives à l'eau et essuyez-les. Retirez les feuilles fanées. Coupez les endives en deux dans la longueur, puis détaillez-les en rondelles. Déposez le tout dans le saladier, avec les noix, que l'on peut écraser un peu. Assaisonnez d'une cuillère à soupe de vinaigre de cidre et d'une cuillère à soupe d'huile de noix ou d'huile d'olive. Salez et poivrez selon votre goût. Mélangez et décorez de quelques cerneaux de noix entiers.

Source : cuisine-libre.fr

# LES CONSEILS DU JARDINIER

Votre rotation des cultures est prête, votre sol a été nourri et couvert ! Il est maintenant temps de commencer les semis, couverts bien évidemment, il fait encore bien froid. Voici donc nos conseils pour commencer au mieux vos semis et avoir de supers légumes dès l'arrivée des beaux jours.

## Premiers semis de l'année

### **Semis robustes**

Pour que vos semis lèvent, il faudra les couvrir afin de créer un environnement réunissant chaleur et humidité. Pour ce faire, vous pouvez soit les placer sous serre, soit vous créer une "mini serre" avec un châssis ou un petit tunnel.

Vous pouvez alors semer : carotte, radis, salade, choux, rutabaga, pois, brocoli, ail, mâche, chou frisé, betterave, céleri, rhubarbe, chou-fleur, épinard, roquette, navet, oignon.

Vous ne savez pas comment vous y prendre pour fabriquer un châssis, pas de panique !

À la page suivante vous trouverez un plan de fabrication de châssis à partir d'une vieille fenêtre.

Vous pouvez trouver des vieilles fenêtres en déchèterie, en ressourcerie ou même à Emmaüs.

### **Semis frileux**

Vous pouvez aussi commencer les semis de vos plants d'été (tomate, aubergine, courgette...) mais là attention, il vous faudra les garder à l'intérieur bien au chaud, ils sont bien plus sensibles que les autres. En effet une température de 20°C est nécessaire à la levée de ces plants. Une fois levés pensez à les placer dans une pièce très lumineuse, près d'une fenêtre.

## Choix des variétés

Préférez les variétés anciennes et en agriculture biologique aux variétés F1.

Mais vous allez nous dire c'est quoi une variété F1 ?

Une variété F1, c'est une variété dite hybride, c'est-à-dire issue d'un croisement entre deux variétés classiques.

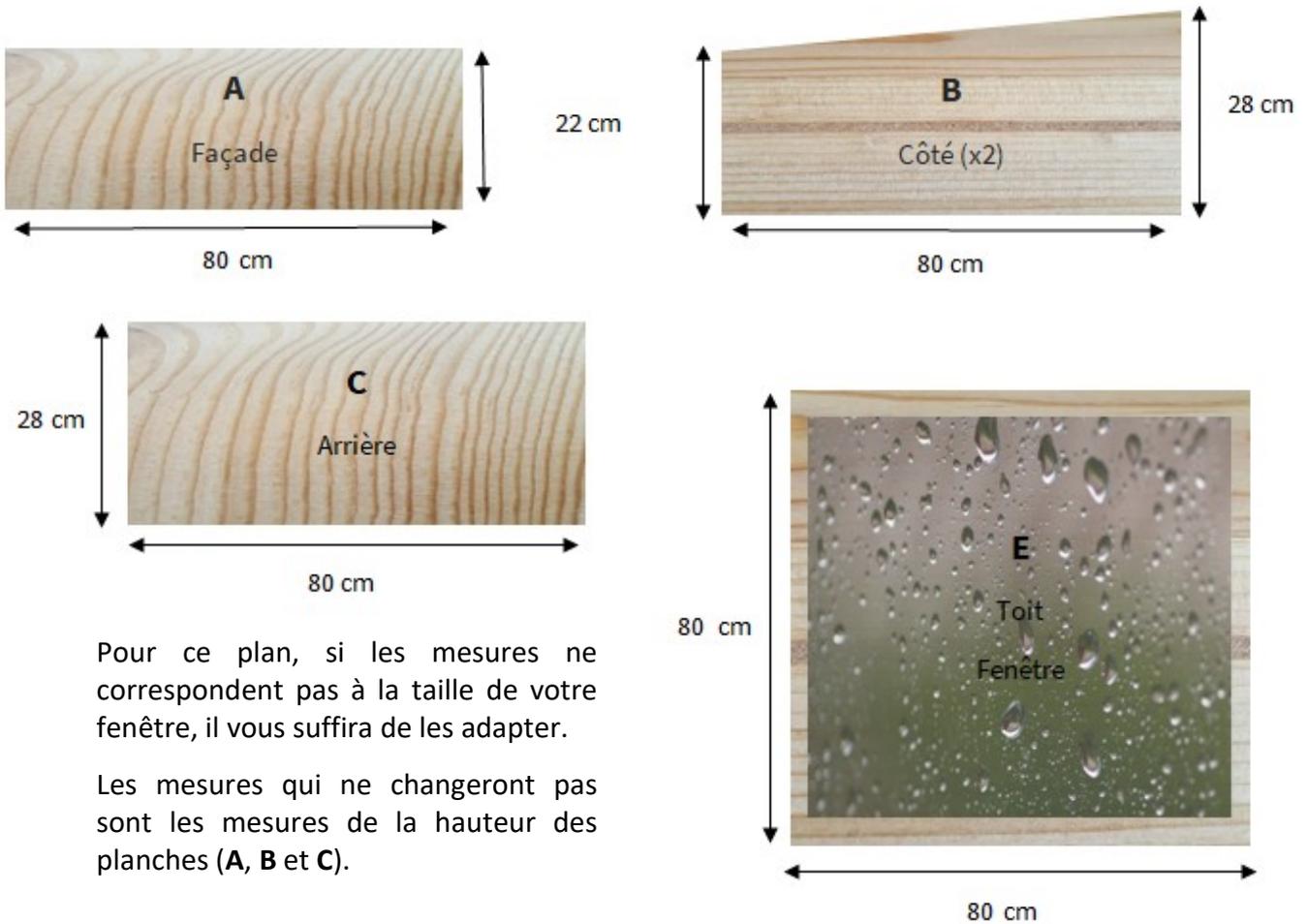
Les variétés F1 sont apparues très récemment dans l'histoire de l'agriculture, à partir des années 1960. Elles sont en général très productives, mais n'ont pas été sélectionnées pour leurs qualités gustatives, ni pour leur rusticité. De plus, elles ont l'immense défaut de ne pas donner la même variété si l'on resème les graines qu'elles ont produites.

### **Ce qu'il faut en retenir !**

Les variétés F1 ne vous permettent pas de faire vos propres graines car d'une année à l'autre elle ne vous donneront pas la même chose.

Préférez donc les variétés anciennes, elles sont plus résistantes aux maladies et sont bien meilleures ! Pour l'agriculture biologique, on ne vous apprend rien, c'est plus respectueux de l'environnement et de votre santé !

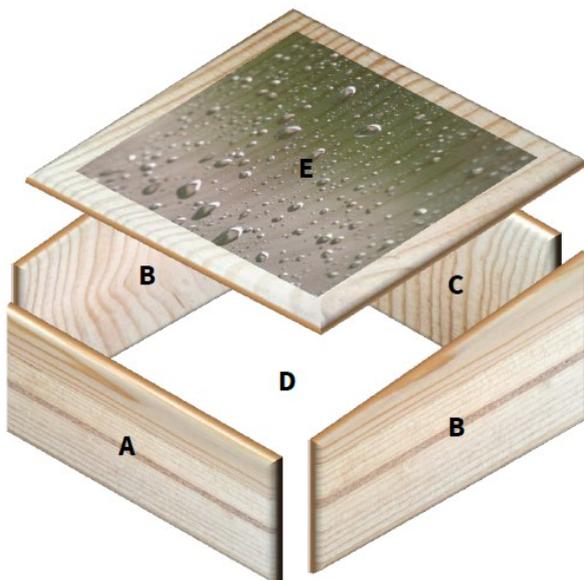
## Plan pour fabriquer son châssis



Pour ce plan, si les mesures ne correspondent pas à la taille de votre fenêtre, il vous suffira de les adapter.

Les mesures qui ne changeront pas sont les mesures de la hauteur des planches (A, B et C).

## Plan en 3D



### LISTE DU MATÉRIEL :

- planches de bois
- fenêtre ou vitre
- vis
- visseuse - perceuse
- équerres
- mètre
- scie

# FÉVRIER AVEC LA LUNE

Et non vous ne rêvez pas ! Pour ce mois de février une nouvelle rubrique s'est invitée à notre newsletter ! Jardiner avec la lune ! Cette rubrique vous présente les différents cycles de la lune et vous explique comment les prendre en compte au jardin.

## Les bases pour comprendre

Lune montante : période favorable au développement aérien de la plante (feuilles, fleurs, fruits)  
= période de semis

Lune descendante : période favorable au développement racinaire de la plante  
= période de plantation

Lorsqu'un jour est indiqué fruit, feuille, racine ou fleur cela signifie qu'il est propice à planter un légume faisant partie de cette famille.



**Lune montante** ↑ 🌑 : du 1 au 6 février

**Lune descendante** ↓ 🌑 : du 7 au 17 février

**Lune montante** ↑ 🌑 : du 18 au 29 février

La nouvelle Lune et la pleine Lune sont défavorables aux semis

**Pleine Lune** : 9 février

**Nouvelle Lune** : 23 février

Jours fruits :

(2)-(9-10)-(18-20)-(29)



Jours feuilles :

(1)-(8)-(16-17)-(26-28)



Jours fleurs :

(6-7)-(15)-(23-25)



Jours racines :

(3-5)-(11-14)-(21-22)



## LE PETIT PLUS BIODIVERSITÉ

### À voir et à entendre

C'est la saison froide mais certains animaux restent pourtant actifs, même en plein cœur de l'hiver : l'écureuil roux n'hiberne pas, les grives et les merles cherchent pitance en grattant la neige, le geai des chênes montre son magnifique plumage bariolé de noir et de bleu. Dès janvier, les premiers tambourinages des pics résonnent lors des journées ensoleillées.

D'après "Refuges LPO info - le bulletin trimestriel des passionnés du jardin nature" par la LPO

# PRODUITS EN VENTE



## Nos produits transformés

Miel, pesto, purée de piments, cornichons, pickles et sirops sont en stock.

Tarifs :



Sirop

Pickles 200 gr : 6€  
Cornichon 200 gr : 6€  
Purée de piment 90 gr : 5€  
Miel 260 gr : 5€  
Sirop 50 cl : 5€

Pickles 450 gr : 8€  
Cornichon 450 gr : 8€  
Pesto 95 gr : 5€  
Miel 390 gr : 7€



Pickles



Miel



Purée de Piment

## De la paille et du compost

Il est encore temps de venir acheter des bottes de paille et du compost pour préparer votre jardin et l'aider à passer l'hiver.

Tarifs :

Paille : 5€ la botte

Compost : 16€ la remorque de 800L

## Nos plantes

Bryophyllum,  
Géranium rosat,  
Kalanchoé,  
Pensée,  
Thym,  
Citronnelle de Ceylan.

Verveine,  
Mini rosiers,  
Mélisse,  
Menthe,

Tarifs des plants en fonction de la taille des pots : entre 3€ et 15€



4 allée Séverine  
26000 Les Hauts de Valence

☎ 07 82 27 55 74  
✉ mat.valence@gmail.com  
🌐 Lemat.hotglue.me

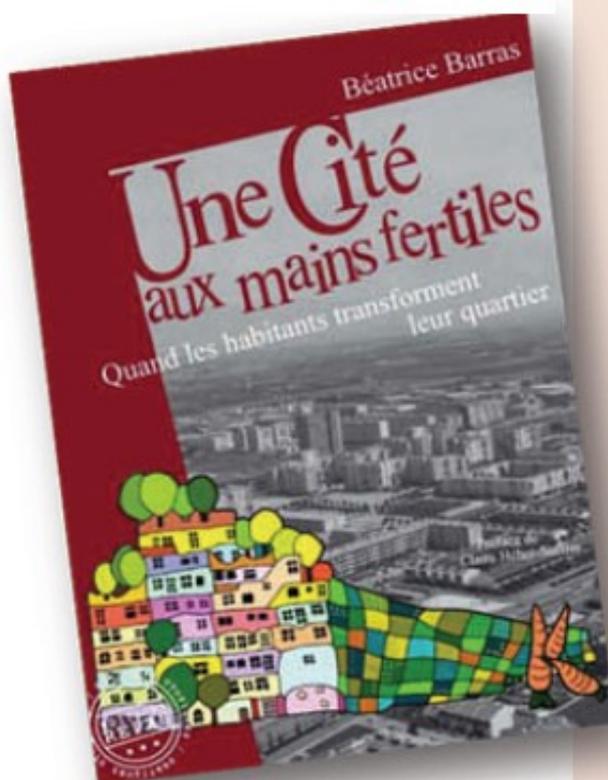
📘 LeMatDrôme  
📷 matdrome

Bureau ouvert les lundis de 14h à 16h  
Permanence dans nos locaux les vendredis de 17h à 18h45

# Bon de commande

## Une Cité aux mains fertiles

Un Livre d'histoire  
urbaine et citoyenne



Commande à envoyer à :



Accompagnée de votre règlement  
et coordonnées postales à l'adresse :

**Association Le Mat Drôme**  
**4 allée Séverine - 26000 Valence**

Comment des habitants d'un quartier classé Zone urbaine sensible peuvent favoriser la participation de leurs voisins à l'amélioration de leur cadre de vie en les encourageant à agir ensemble, en faisant entendre leur parole, en relayant leurs besoins et leur souhaits auprès des institutions sans jamais se substituer à eux ?

C'est la réponse citoyenne à cette question qu'apportent depuis plus de trente ans des femmes et des hommes qui ont ainsi transformé le quartier de Fontbarlettes, à Valence (Drôme). En commençant par rénover une cour et installer un atelier de tricotage, puis en cultivant des jardins au pied des immeubles.

Auteure : Béatrice Barras - Éditions  
REPAS 2019  
*Une Cité aux mains fertiles*  
*Quand les habitants transforment leur quartier*  
Dépôt légal : ISBN 978-2-919272-15-0  
164 pages - Prix de vente public TTC :  
17€

Livre	Quantité	PU	Montant Total
Une Cité aux mains fertiles	....	17 €	