

NEWSLETTER

Ne ratez pas notre offre de **SERVICE CIVIQUE** à la fin de notre newsletter

SOMMAIRE

Agenda de mars

Légume du mois, le chou-fleur : origines, conseils, et recette

Les conseils du jardinier

Mars avec la lune

Produits en vente

AGENDA DE MARS

Nos dates de Marchés

Retrouvez-nous le **mardi 10 mars 2020**, le **mardi 24 mars 2020** et le **mardi 31 mars 2020** de 16h à 19h30 au Marché de Producteurs à Valence, Place St-Jean.

Chantier de bouturage

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

"Une cité aux mains fertiles"

Un livre sur l'histoire d'Ardelaine Valence et du Mat Drôme à Fontbarlettes.

Présentation du livre

Au **salon Primevère** à Lyon
Dimanche 8 mars à 15h45

Salon Primevère

À Lyon les **6, 7 et 8 mars**

Salon-Rencontres de l'alter-écologie.

Le thème de cette édition 2020 : Le pouvoir d'agir

Les horaires du Salon : Vendredi 11h - 21h, Samedi 10h - 20h et Dimanche 10h - 19h

Mais aussi

Une soirée conviviale à la **Médiathèque de la Monnaie** à Romans-sur-Isère
Mardi 31 mars à 18h



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 – LE CHOU FLEUR D'HIVER

Ce mois-ci nous avons choisi de vous proposer le chou-fleur d'hiver. Le chou-fleur est un légume originaire du Proche-Orient, où il était cultivé il y a plus de 2000 ans. Il est par la suite tombé dans l'oubli et c'est le jardinier de Louis XIV qui le remit au goût du jour.

Fiche de culture :

Semis : mi-avril à mi-juin

En ligne, 1 graine tous les 4 cm, entre 1 et 2 cm de profondeur

Repiquage :

Au stade 3-4 feuilles, replanter vos choux tous les 10 cm entre les pieds et 60 cm entre les rangs.

Plantation:

Il est important de ne planter que les plus beaux plants, « non borgnes », c'est-à-dire pourvus de leur bourgeon (regarder le cœur). Praliner les racines dans une bouillie à base de terre argileuse. Arroser juste après plantation et ombrer. Ensuite, épandre du compost au pied des plants et couvrir d'une fine couche de paille.

Récolte et consommation :

Récolte de mars à juin

Fiche Recette : Velouté de chou-fleur

Ingrédients :

1 chou fleur bio

2 pommes de terre bio

750 ml d'eau

1 oignon bio

50 g de beurre bio

De l'huile d'Olive bio

2 cuillères à soupe de crème fraîche bio

Origan, sel, poivre



Source : Congerdesign. Chou fleur. Pixabay.com

Détailler le chou-fleur, émincer l'oignon.

Dans une casserole, faites revenir dans un peu d'huile l'oignon. Une fois doré, y ajouter le chou-fleur découpé, les pommes de terre, 750 ml d'eau, l'origan et le sel.

Faire cuire (piquer avec un couteau, qui doit rentrer facilement).

Mixer le tout avec le beurre et la crème fraîche.

Assaisonner avec du sel et du poivre.

Bon appétit !

Source : BB007. Velouté de chou-fleur. Disponible sur marmiton.org

LES CONSEILS DU JARDINIER

Le mois dernier nous avons commencé les semis, choisi les variétés. Il est maintenant temps de préparer son plan de jardin avant que les plantations arrivent, le temps passe si vite.

Les associations de culture vous ne connaissez pas, vous ne savez pas comment vous y prendre? Pas de soucis nous sommes là ! On va tout d'abord faire un petit point historique, afin d'en comprendre l'origine, les principes, les avantages et tout le reste.

Les cultures associées

Un peu d'histoire

Il s'agit de la culture simultanée de deux espèces ou plus, sur la même surface, pendant une période significative de leur cycle de croissance (Willey, 1979). La culture associée est une pratique très ancienne mais toujours très répandue dans le monde. En effet c'est seulement depuis la révolution verte, année 50-60, qu'est apparue la monoculture. Auparavant les paysans pratiquaient l'association de cultures sous forme de méteil notamment (mélange de céréales et de légumineuses). Avec le développement de l'agriculture biologique et la nécessité de préserver la biodiversité les cultures associées sont revenues de plus belle dans nos pratiques agricoles.

Les avantages des cultures associées

Les cultures associées permettent de diminuer la menace des ravageurs, la pousse de plantes indésirables (les adventices) mais aussi d'améliorer le sol. En effet les insectes et champignons nuisibles se multiplient plus facilement dans les monocultures. Avec les cultures associées, ils se heurtent rapidement à une limite, c'est-à-dire à une plante qu'ils n'arrivent pas à envahir. De plus en jouant sur le décalage de vitesse de pousse entre les cultures qui vont être associées on maintient en permanence le sol couvert ce qui limite fortement l'apparition et la pousse d'adventices. Un autre intérêt des cultures associées est de jouer sur la complémentarité des cultures. Certaines cultures enrichissent le sol en éléments fertilisants (par exemple les légumineuses enrichissent le sol en azote) alors que d'autres l'appauvrissent (par exemple les courges et autres cucurbitacées). En associant ces deux types de cultures on maintient la fertilité de son sol en limitant son appauvrissement.

L'association de cultures a également un intérêt vis-à-vis de la biodiversité. En effet en diversifiant les cultures on diversifie les ressources alimentaires disponibles pour l'ensemble des auxiliaires des cultures (oiseaux, abeilles, chrysopes, coccinelles, etc.). Ainsi, dans les potagers, les fleurs et les plantes aromatiques sont non seulement belles et utiles pour la cuisine, mais attirent également les abeilles, les papillons, les coccinelles et divers autres auxiliaires qui sont tous utiles à la croissance et à la santé de nos plantes.

Associer les cultures c'est s'inspirer de la nature, qui a horreur du vide et de l'homogénéité, et qui favorise toujours la coopération et les synergies.

Source : HANS Wagner. *Le poireau préfère les fraises*. Édition Terre vivante

Exemples d'associations de cultures

Légume	Bonnes associations	Mauvaises associations
Ail	Carotte, concombre, fraisier, œillet d'inde, oignon, poireau, tomate	Chou, haricot
Betterave rouge	Aneth, haricot, œillet d'inde, oignon, sarriette	Épinard, tomate
Carotte	Ail, aneth, chicorée, chou, ciboulette, cresson, œillet d'inde, oignon, poireau, pois, radis, salade, tomate	Carotte, menthe
Chou blanc, rouge, de milan, de Bruxelles	Betterave rouge, bourrache, carotte, céleri, concombre, épinard, haricot à rames, œillet d'inde, phacélie, pois, salade, tomate	Ail, oignon, autres chou
Choux fleurs	Céleri, haricot à rames, œillet d'inde, phacélie, tomate	Radis
Concombre	Aneth, basilic, céleri, chou, épinard, haricot à rames, fenouil, laitue, œillet d'inde, oignon	Radis, courgette
Courgette	Basilic, haricot, œillet d'inde, oignon, salades	Concombre
Épinard	Céleri, chou, fraisier, haricot, œillet d'inde, pois, radis, salades	Betterave rouge
Haricots à rames	Betterave, céleri, concombre, épinard, salade, œillet d'inde	Haricot nain, oignon, poireau, pois
Haricots nain	Aneth, betterave, bourrache, céleri, chou, concombre, fraisier, œillet d'inde, pois, pomme de terre, radis, tomate, valériane	Ciboulette, fenouil, haricot à rames, oignon, poireau
Laitue et autres salades	Aneth, betterave, bourrache, chou rave, concombre, épinard, haricot, œillet d'inde, pois, radis, tomate	Céleri, chou (sauf chou rave), cresson, persil,
Oignon	Ail, aneth, carotte, concombre, panais, rosier, salade, tomate	Chou, haricot, poireau, pois
Poireau	Ail, carotte, céleri, épinard, fraisier, œillet d'inde, tomate	Haricot, pois
Pois	Carotte, céleri, chou, épinard, radis, salade	Autre pois, haricot, oignon, poireau, tomate
Radis	Carotte, cresson, haricot, salade, tomate	Concombre, chou-fleur
Tomate	Basilic, carotte, céleri, chou, épinard, haricot nain, oignon, œillet d'inde, panais, persil, poireau, salade	Betterave, chou rouge, fenouil, pois

MARS AVEC LA LUNE

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 4 mars

Lune descendante ↓ 🌑 : du 5 au 17 mars

Lune montante ↑ 🌑 : du 18 au 31 mars



La nouvelle lune et la pleine lune sont défavorables aux semis

Pleine lune : 9 mars

Nouvelle lune : 24 mars

Jours fruits :
(8-9)-(16-18)-(27-28)



Jours feuilles :
(6-7)-(15)-(24-26)



Jours fleurs :
(4-5)-(13-14)-(21-23)



Jours racines :
(1-3)-(10-12)-(19-20)-(29-31)



LE PETIT PLUS BIODIVERSITÉ

C'est le mois de mars : le printemps sera bientôt là et, dans son sillage, auront lieu les premières pontes, les premiers nids, les premières arrivées de la nature au jardin.

Vos nichoirs sont posés et nettoyés, il est maintenant temps de penser aux autres animaux présents dans nos jardins, les lézards.

Pour ce faire, n'oubliez pas d'installer un petit tas de sable dans un coin du jardin pour accueillir les premières pontes de lézards mais aussi d'abeilles terricoles, qui nichent exclusivement dans le sol.

D'après "4 saisons" hors série #20, Du sable pour les lézards par Ingrid Van Houdenhove

PRODUITS EN VENTE



Nos produits transformés

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

Tarifs :



Sirop

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

Pickles 450 gr : 8€
Cornichons 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 de blé Bio : 5€ la botte de 15 kg
Compost utilisable en agriculture Biologique : 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



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	Frais d'envoi	Montant Total
Une Cité aux mains fertiles	17 €	6,10 €	

Offre de Service civique

Vous avez entre 18 et 26 ans ?

Vous aimez le jardinage, l'animation, les échanges, les rencontres ?

Vous souhaitez vous engager dans le milieu associatif ?

Cette offre de service civique est faite pour vous !

Devenez Médiateur en pédagogie de l'environnement et de l'éco-citoyenneté urbaine au sein de notre association.

Pour plus d'informations et pour déposer votre candidature rendez-vous sur le site :

<https://www.service-civique.gouv.fr/missions/mediateur-en-pedagogie-de-lenvironnement-et-de-leco-citoyennete-urbaine>

Où ? Valence (26 - Drôme - Rhône-Alpes)

Quoi ?

Objet de la Mission : participation à différentes activités autour du projet de Jardin Urbain

_ Co-animation des ateliers de jardinage avec l'encadrant jardinier : préparation des espaces - accueil du public - accompagnement sur les activités jardinières

_ Découverte des outils pédagogiques pour le jardin : approvisionnement en matériels divers, logistique, recherches thématiques.

_ Implication sur la communication inter-jardins : diffusion des supports de communication, participation aux réunions.

_ Participation ponctuelle à l'organisation d'évènements/expositions autour des thématiques : environnement - pratique du jardin - atelier alimentation

_ Formation aux activités administratives liées à la réalisation du projet - Compréhension de la vie associative

_ Formation en actions de terrains : Compréhension du territoire - identification des acteurs de la politique de la ville - enquête auprès des usagers : habitants, écoles.

Quand ? À partir du 6 avril 2020 (6 mois, 30 h/semaine)

Quels domaines ? Solidarité et Environnement

Combien de postes disponibles ? 1

Quel organisme ? Association le mat drome

Le lieu de la mission est accessible aux personnes à mobilité réduite ? Oui

La mission est accessible aux mineurs dès 16 ans ? Non

