

Potager et compagnie

- Sélection de documents -





Rien ne se perd ! Du bon usage des épluchures

Martina Krcmar. Larousse, 2017. 64 p.

Il fut une époque où on ne perdait rien, on réutilisait, on transformait, on réparait jusqu'à l'ultime usure... Aujourd'hui, nous avons la mauvaise habitude d'éliminer la partie la plus nutritive de ce que nous mangeons ! Ce livre va vous apprendre à recycler les déchets, à en faire une vraie ressource gourmande et utile. Vous verrez comment la peau de banane nettoie le cuir, élimine les verrues, nettoie les taches de feutre sur les doigts ; les coquilles d'œufs peuvent être utilisées comme engrais au jardin, éloignent les limaces et escargots, soignent une ampoule ; le marc de café débouche les canalisations, chasse les mauvaises odeurs du réfrigérateur...

602.3 KRC [Documentaire adulte – Côté Parc]

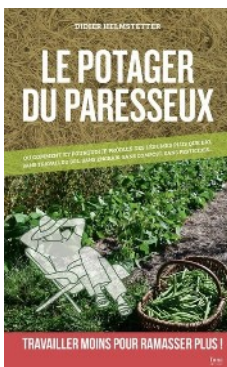


Je ne jardine que le week-end ! : techniques pour jardiner zen... et efficace !

Sandrine Boucher, Alban Delacour. Terre vivante, 2015. 120 p.

Comment jardiner au potager et au jardin d'agrément quand on a peu de temps et que l'on ne peut assurer une présence régulière et continue ? Voici les conseils issus de l'expérience de deux citadins néophytes qui sont devenus en près de 10 années d'apprentissages et d'expérimentations, experts en matière de conduite de jardin de week-end réussi, à la fois nourricier, agréable à l'œil et facile à vivre. Aménager et entretenir son jardin quand on y passe quelques jours par mois seulement, c'est facile, à condition de créer le jardin le plus autonome et le plus naturel possible.

631 BOU [Documentaire adulte – Côté Parc]



Le potager du paresseux : ou Pourquoi et comment je produis en abondance des légumes "plus que bio", sans engrais, sans compost, sans pesticides et sans aucun travail du sol

Didier Helmstetter. Ed. Tana, 2018. 304 p.

Le présent ouvrage tente de rendre compte d'une expérience personnelle : celle de produire, de manière très simple quoique peu orthodoxe, des légumes de qualité "plus que bio AB", en quantité, sans aucun travail du sol, sans engrais, sans compost, sans pesticides... et sans impact négatif pour la planète. Pour cela l'auteur a passé au crible de ses connaissances agronomiques les habituels "gestes" du jardinier. Les réponses qu'il a trouvées l'ont amené à une approche innovante : la phénoculture ! Il explique tout l'intérêt qu'il y a à coopérer avec ce système plutôt qu'à s'y opposer, à le contrarier sans cesse, à le piétiner...

631 HEL [Documentaire adulte – Côté Parc]



Jardins en carrés : aromatiques, fleuris, potagers...

Jean-Baptiste Duchêne. Charles Massin, 2016. 79 p.

De nos jours, le jardinage n'est plus exclusivement réservé à quelques spécialistes ou passionnés de botanique. Les jardins en carré sont l'idéal quand on ne dispose que de peu de temps ou d'espace à y consacrer, et ils s'adaptent à tous les styles et climats : carrés classique, champêtre, zen, de roses ou de mousse...

631 JAR [Documentaire adulte – Côté Parc]



Je réussis mes plants du premier coup : pour un potager autonome et productif

Brigitte Lapouge-Déjean. *Terre vivante*, 2014. 119 p.

Passer aux semis promet de belles économies en perspective ! Mais ce n'est pas tout. Se mettre aux semis c'est aussi le plaisir de faire soi-même de A jusqu'à Z. Et chose importante, c'est pouvoir accéder à beaucoup plus de choix qu'en achetant ses plants. En choisissant de semer, on peut bien plus aisément sélectionner des variétés adaptées à la région, au climat, à la saison, et être sûr(e) de l'origine bio des graines !

631 LAP [Documentaire adulte – Côté Parc]

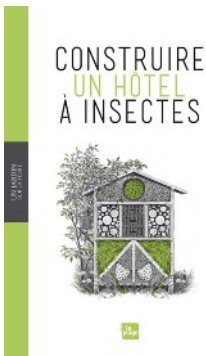


Le Jardinage, source de bien-être : se soigner et s'épanouir avec l'orthothérapie

François Renouf de Boyrie. *Dangles*, 2013. 207 p.

Retrouver le contact avec la nature, s'extasier devant la magie de la vie, apprendre la patience et respecter le rythme des saisons, aimer et nourrir la terre, avoir une activité physique de plein air, y faire participer sa famille et ses enfants, se libérer l'esprit des soucis quotidiens, récolter et déguster des légumes ou fruits de saison, bio et savoureux : autant d'activités qui vous procurent un mieux-être certain et peuvent vous aider à guérir de nombreux maux sans médicaments.

631 REN [Documentaire adulte – Côté Parc]



Construire un hôtel à insectes

Wolf Richard Günzel. *La Plage*, 2015. 159 p.

C'est la crise du logement chez les hyménoptères : la survie des guêpes et des abeilles est menacée par la raréfaction de leurs habitats. Faites un geste, offrez-leur une nuit d'hôtel dans votre jardin ou sur votre balcon ! Confortablement installées, elles y passeront la saison et polliniseront les plantes alentour. Vous trouverez dans ce livre des fiches techniques pour fabriquer des hôtels à insectes adaptés à chaque espèce, depuis le simple une-pièce aménagé dans une tige jusqu'à l'HLM faite de rondins, de briques creuses et d'argile.

631.7 GUN [Documentaire adulte – Côté Parc]



Je nourris les oiseaux en hiver : faciliter leur survie dans mon jardin

Gilles Leblais. *Terre vivante*, 2018. 130 p.

Auxiliaires efficaces du jardinier, les oiseaux jouent un rôle primordial dans les équilibres naturels. A l'heure où la perte de biodiversité s'accélère et devient très inquiétante, favoriser leur venue dans les jardins est d'une importance fondamentale pour la nature en général, mais aussi pour la magie, la vie et la beauté qu'ils apportent à notre environnement... Alors, pour les protéger, attirons-les et nourrissons-les - en hiver uniquement ! - en suivant les conseils de Gilles Leblais. Apprenons à nourrir nos compagnons ailés avec des aliments adaptés à chacun. Découvrons des mangeoires à construire nous-mêmes et voyons comment les disposer, les approvisionner, les entretenir et les protéger des prédateurs.

631.7 LEB [Documentaire adulte – Côté Parc]

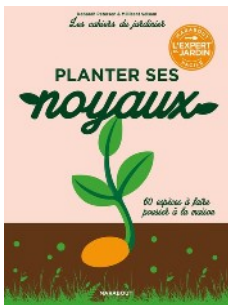


Faire son compost

Jean-Michel Groult. Ulmer, 2009. 62 p.

Toutes les méthodes : composteur classique, en tas, en sac ou en place, lombricompost. Choisir ou fabriquer soi-même son composteur. Toutes les astuces pour obtenir, cultiver, récolter et utiliser au mieux son compost.

631.8 GRO [Documentaire adulte – Côté Parc]



Planter ses noyaux

Deborah Peterson, Millicent Ellis Selsam. Marabout, 2018. 128 p.

Le cahier pour planter ses noyaux. Un ouvrage complet pour tous ceux qui veulent observer le développement d'une nouvelle plante, à partir d'un noyau, d'une graine, d'une racine : l'essentiel des techniques de jardinage pour démarrer une plante chez vous et en faire une jolie plante d'intérieur, un répertoire de plantes communes et exotiques, des conseils adaptés à chaque plante.

634 PET [Documentaire adulte – Côté Parc]



Jardiner sur sol vivant : quand les vers de terre remplacent la bêche !

Gilles Domenech. Larousse pratique, 2015. 159 p.

Le jardinage «sol vivant» bouleverse l'approche traditionnelle du jardinage. Il repose sur 2 principes : la plante «fait» le sol, elle fabrique la matière organique qui nourrit ensuite le sol. Il n'y a pas de « mauvaises » herbes ! La vie du sol gère la fertilité du sol : bien nourrie par les plantes, elle améliore le sol, le rend plus fertile, donc plus apte à porter des cultures. Dans ce livre, vous apprendrez comment réduire, voire supprimer le travail du sol. Comment nourrir naturellement le sol avec des paillages ou en exploitant la biomasse végétale des plantes cultivées, de couverts végétaux ou même des plantes spontanées.

634.9 DOM [Documentaire adulte – Côté Parc]



Je prépare mon potager d'hiver : choux, carottes, betteraves, panais, poireaux

Blaise Leclerc. Terre vivante, 2016. 119 p.

Il existe de nombreuses bonnes raisons pour cultiver des légumes en hiver : diversité, entretien facile (peu de ravageurs, pas d'arrosage), occasion de rattrapper une mauvaise saison estivale, avantages pour la santé (consommation de légumes frais, exercice physique pour le jardinier). Les conditions d'un potager d'hiver réussi l'anticipation, pour bien préparer la terre et permettre un développement optimal des légumes, et l'organisation. Respecter les successions de légumes, établir son calendrier de semis, du printemps à la fin de l'été en fonction du climat propre à sa région et en tenant compte des dates butoirs, adopter les bonnes pratiques (protections, paillages...)

634.9 LEC [Documentaire adulte – Côté Parc]

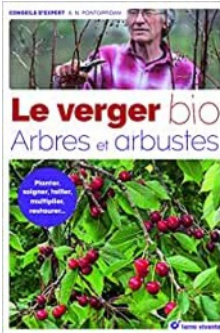


Stop aux ravageurs dans mon jardin !

Denis Pépin. *Terre Vivante*, 2016. 131 p.

Les pesticides de synthèse sont dangereux pour la santé aussi bien que pour l'environnement. C'est donc le moment de se familiariser avec la protection biologique qui offre de nombreuses solutions curatives et préventives efficaces pour les principaux ravageurs au potager, verger ou jardin d'ornement.

634.9 PEP [Documentaire adulte – Côté Parc]

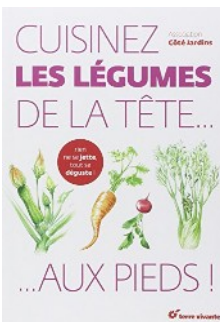


Le verger bio : arbres et arbustes

Alain Pontoppidan. *Terre vivante*, 2017. 191 p.

Un guide pour donner l'envie de récolter ses propres fruits, les manger directement sur l'arbre, savourer leur goût succulent et leur fraîcheur ! Tout ce qu'il faut savoir pour entretenir les fruitiers en bio : plantation, conduite, soins, récolte, multiplication... La preuve que le mot "verger" n'est pas forcément synonyme de grand espace : une pelouse, un coin de potager, une haie à étoffer, une allée à délimiter, un mur à habiller suffisent pour faire pousser quelques arbres ou arbustes fruitiers.

634.9 PON [Documentaire adulte – Côté Parc]



Cuisinez les légumes de la tête... aux pieds !

Association Côté jardins. *Terre vivante*, 2014. 253 p.

180 recettes inédites avec une centaine de variantes pour cuisiner 40 légumes sans jamais se lasser, ni délaisser des parties parfois peu valorisées et pourtant goûteuses : racines, feuilles, branches, graines, fanes, fruits... Variées et originales, ces recettes crues ou cuites, végétariennes ou non, salées ou sucrées, permettent d'accommoder et de conserver des légumes souvent très prolifiques... Une place est aussi faite à la cuisine des plantes sauvages comestibles que l'on peut trouver autour du jardin (ortie, pourpier, sureau, ail des ours, etc.). Zéro gaspi, des recettes gourmandes et testées, des légumes variés, bio, locaux... une bonne façon de nous régaler tout en préservant notre santé et notre planète !

641.35 CUI [Documentaire adulte – Côté Parc]

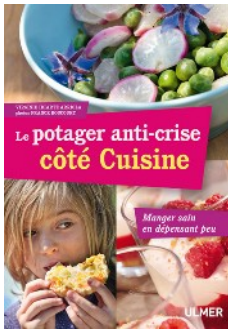


Je cultive, je cuisine, je conserve

Guylaine Gouffier. *Ouest-France*, 2012. 254 p.

Véritable "bible" du jardinier, cet ouvrage propose mille idées, conseils et recettes pour tirer le meilleur parti de ses cultures au fil de l'année. Toutes les plantes du jardin y figurent en bonne place : les légumes ; les aromates et condiments ; les fruits et petits fruits. Chaque plante fait l'objet d'une fiche en trois parties, pour savoir comment la cultiver et la cuisiner, mais aussi comment la conserver au mieux.

641.35 GOU [Documentaire adulte – Côté Parc]



Le potager anti-crise côté Cuisine : manger sain en dépensant peu

Virginie Iriarte Arriola. Ulmer, 2011. 191 p.

Ce n'est pas le tout de produire de bon et beaux légumes dans son potager, encore faut-il savoir comment les utiliser en cuisine, et comment les conserver s'il y a en trop... Saison par saison, on nous présente les légumes et les fruits phares du moment, la manière de le les préparer ainsi que plusieurs recettes pour les accommoder. Ainsi, au printemps l'accent sera mis sur l'oseille, les fèves, la rhubarbe ; en été : la courgette, les aubergines, les tomates, les fruits rouges... ; l'automne : les citrouilles et les courges, les haricots en grain, les pommes de terre, les pommes et les poires... ; en hiver : les légumes "oubliés", topinambours, panais, rutabagas, chou-rave, betteraves, les poireaux... ainsi que bien d'autres légumes de saison.

641.35 IRI [Documentaire adulte – Côté Parc]



Les enfants ! Vous venez jardiner ?

Ghislaine Deniau. Terre vivante, 2017. 120 p.

Les enfants sont généralement très curieux et volontaires pour aider aux travaux du jardin ! Ce livre regorge d'astuces et de bons conseils pour leur faire découvrir dans la joie et la bonne humeur les bases du jardinage bio : connaître les besoins des végétaux, favoriser la biodiversité, effectuer les bons gestes... Choisissez avec eux, parmi une sélection de plantes (légumes, aromatiques, fleurs, fruits), celles qui vont peupler leur premier jardin (ou balcon).

BJ 631 DEN [Documentaire jeunesse – Côté Parc]

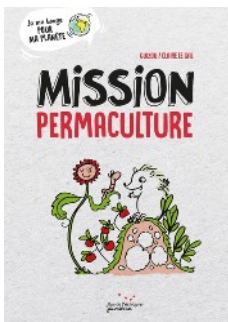


Je fais pousser mes graines : c'est magique

Laurence Mériat. Rusti'kid, 2022. 63 p.

Semer une graine, c'est un peu comme faire de la magie : de la terre, un peu d'eau, de lumière, un soupçon d'amour et, hop, voici une plante, un fruit, un légume ! Dans ce livre, Laurence t'explique d'abord comment fonctionne la germination d'une graine, puis comment la mettre en pot et en prendre soin. Elle te propose aussi de délicieuses recettes et des astuces zéro déchet. Étape par étape et avec l'aide de plus de 100 photos tu vas découvrir comment faire germer les graines pour obtenir de belles plantes !

BJ 631 MER [Documentaire jeunesse – Côté Parc]

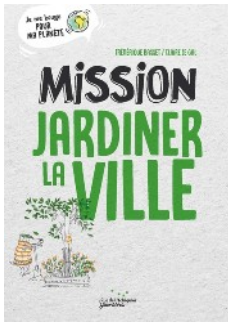


Mission permaculture

Guizou, Claire Le Gal. Ed. Rue de l'échiquier, 2021. 39 p.

La permaculture gagne à être connue dès le plus jeune âge, car elle s'applique à tous les domaines du quotidien. Après quelques pages d'explications très simples pour comprendre ce qu'est la permaculture et ses grands principes, l'ouvrage se structure autour d'actions essentielles : jardiner, manger, boire, s'habiller, se déplacer, mais aussi jouer, coopérer, communiquer ou prendre soin de soi. Tous ces sujets donnent d'abord lieu à l'observation de la façon dont la nature nous instruit. Puis les auteurs donnent des exemples afin que ces observations puissent être facilement transformées en réalisations concrètes.

BJ 634.9 GUI [Documentaire jeunesse – Côté Parc]



Mission jardiner la ville

Frédérique Basset, Claire Le Gal. Ed. Rue de l'échiquier, 2019. 40 p.

Fini le règne du béton ! Depuis plusieurs années, la nature gagne du terrain dans les villes : des jardins partagés, des pieds d'arbres fleuris, des potagers à l'école ou de simples rebords de fenêtre... La végétation descend dans la rue, et chacun peut participer à cette transformation, apporter son carré de verdure. Deviens toi aussi un acteur du jardinage urbain et lance-toi dans cette aventure végétale !

BJ 635 BAS [Documentaire jeunesse – Côté Parc]

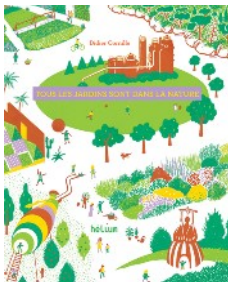


Je fais pousser mes boutures : c'est magique

Céline – I do it myself. Rusti'kid, 2022. 63 p.

Bouturer une plante, voilà une expérience fabuleuse pour un petit jardinier : tu coupes une tige, observes ses racines pousser, la mets en terre, et le tour est joué ! Dans ce livre, Céline t'explique ce qu'est une bouture, où couper ta plante pour favoriser la pousse des racines, comment la mettre en pot, comprendre ses besoins... Elle a aussi choisi pour toi 15 jolies plantes que tu as peut-être déjà chez toi ou qui sont très faciles à trouver. Étape par étape, tu vas apprendre à créer de nouvelles plantes à partir de boutures et à t'en occuper, grâce à des explications détaillées et plus de 100 photos !

BJ 635 CEL [Documentaire jeunesse – Côté Parc]



Tous les jardins sont dans la nature

Didier Cornille. Hélicium, 2021. 93 p.

Entre dessin d'architecte, novations de paysagistes, préoccupations écologistes et folie d'artistes, 10 jardins racontés avec élégance et fantaisie par le designer et illustrateur Didier Cornille, passeur de sa passion pour l'architecture.

BJ 712 COR [Documentaire jeunesse – Côté Parc]

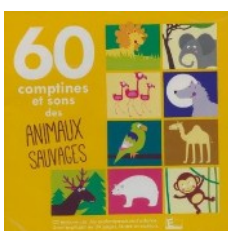


Guerre et paix dans le potager

Jean-Yves Collet. FTD, 2006. 1h44.

Un conte original et extraordinaire qui raconte les aventures et les péripéties de toutes les créatures qui composent le potager de la famille Aublanc-Fiche, situé en plein cœur du bocage breton à Cast, petit village du Finistère Sud. Ce jardin écologique est une véritable jungle en miniature : dans ce lieu de tous les dangers, seul le jardinier est responsable des plantes qu'il a semées... Véritable créateur du jardin, il tient, pour la bonne santé de ses fleurs et légumes, à être le maître de la guerre et la paix dans son potager...

F BJ 634.4 COL [DVD Documentaire jeunesse – Côté Parc]



60 comptines et sons des animaux sauvages

Sarah Thais, Frédéric Baratte. Warner Music, 2018. 31 min.

Un CD pour découvrir les animaux au travers de chansons, comptines et sons.

BJ 7 THAI 30 [CD jeunesse – Côté Rue]