



LA FORET
COMESTIBLE



Forêt comestible, quézako ?

Qui n a jamais rêvé
de récolter les fruits de la nature
sans effort,
en tendant simplement la main ?

Comment produire
en laissant la nature
travailler pour nous,
sans nous user ?



Forêt comestible, pourquoi ?

- **Travailler avec le terrain plutôt que contre lui**
- **Peu d'entretien pour une grande efficacité**
- **Grande résilience aux extrêmes climatiques et aux changements (ex : ravageurs quand sécheresse)**
- **Gamme très large de productions**
- **Bénéfique pour l'environnement et la biodiversité**

Et pourquoi au Bizardin.... ?

- **Répond au problème d'arrosage estival**
- **Répond au besoin d'autonomie et de résilience alimentaire en ville**
- **Grand potentiel pédagogique (et onirique!)**



Comment créer une forêt comestible ?

En s'inspirant du fonctionnement de la nature, où les plantes à diverses tailles et fonctions poussent ensemble sans se faire de concurrence

Une forêt, ça marche comment ?

Un espace naturel laissé livré à lui même revient à la forêt en 50 ans ; l'apparition des plantes se fait dans un ordre bien spécifique : (= succession écologique / végétale)

- 1 an Annuelles couvre sol
- 2/4 ans Herbacées vivaces
- 5/15 ans Arbustes & jeunes arbres
- 25/50 ans Jeune forêt

Une forêt, ça marche comment ?



1 an	2-4 ans	5-15 ans	25-50 ans
Plantes annuelles	Plantes herbacées annuelles et vivaces	Arbustes, Forêt de jeunes arbres à bois tendre	Arbustes, Forêt de jeunes arbres à bois tendre

CARACTERISTIQUES DE LA FORET JARDIN

- Elle imite la structure des jeunes boisements
- On y trouve plusieurs strates de végétaux distribués verticalement
- La densité et la diversité de plantation est optimale
- Les interactions entre les espèces sont maximisées
- La majeure partie du sol n'est pas cultivée ; la surface est couverte de biomasse végétale.
- La fertilité est assurée en grande partie par les plantes elles-mêmes.
- On y trouve des clairières et des lisières où la lumière est plus forte qu'ailleurs.

Les 7 strates du jardin comestible

1. Grands arbres
2. Arbres nains + arbustes
3. Buissons (baies: mûres, framboises...)
4. Herbacées
5. Plantes racines
6. Couverture de sol (fraisiers...)
7. Couche verticale: vigne, grimpantes...



THE FOREST GARDEN:

Association bénéfique de 7 couches
de végétaux

Les 7 strates du jardin comestible

- 1 Grands arbres (=Canopée)

→ *chêne, merisier, châtaigner, aulne, noyer, prunier,...*

- 2 Petits arbres & grands arbustes

→ arbres fruitiers de petite taille *pommier, poirier, pêcher, plaqueminier, noisetier,...*

- 3 Arbustes & buissons à baies

→ *mûre, framboise, groseille, cassis,...*

- 4 Herbacées

→ légumes feuilles plantes aromatiques et médicinales, graminées, céréales.

Les 7 strates du jardin comestible

- **4 Plantes herbacées**

→ légumes-feuilles plantes aromatiques et médicinales, graminées, céréales

- **5 Plantes couvre sol**

→ *Fraise, menthe, ail des ours...*

qu'on peut planter partout dans le jardin forêt

- **6 Légumes-racines et tubercules**

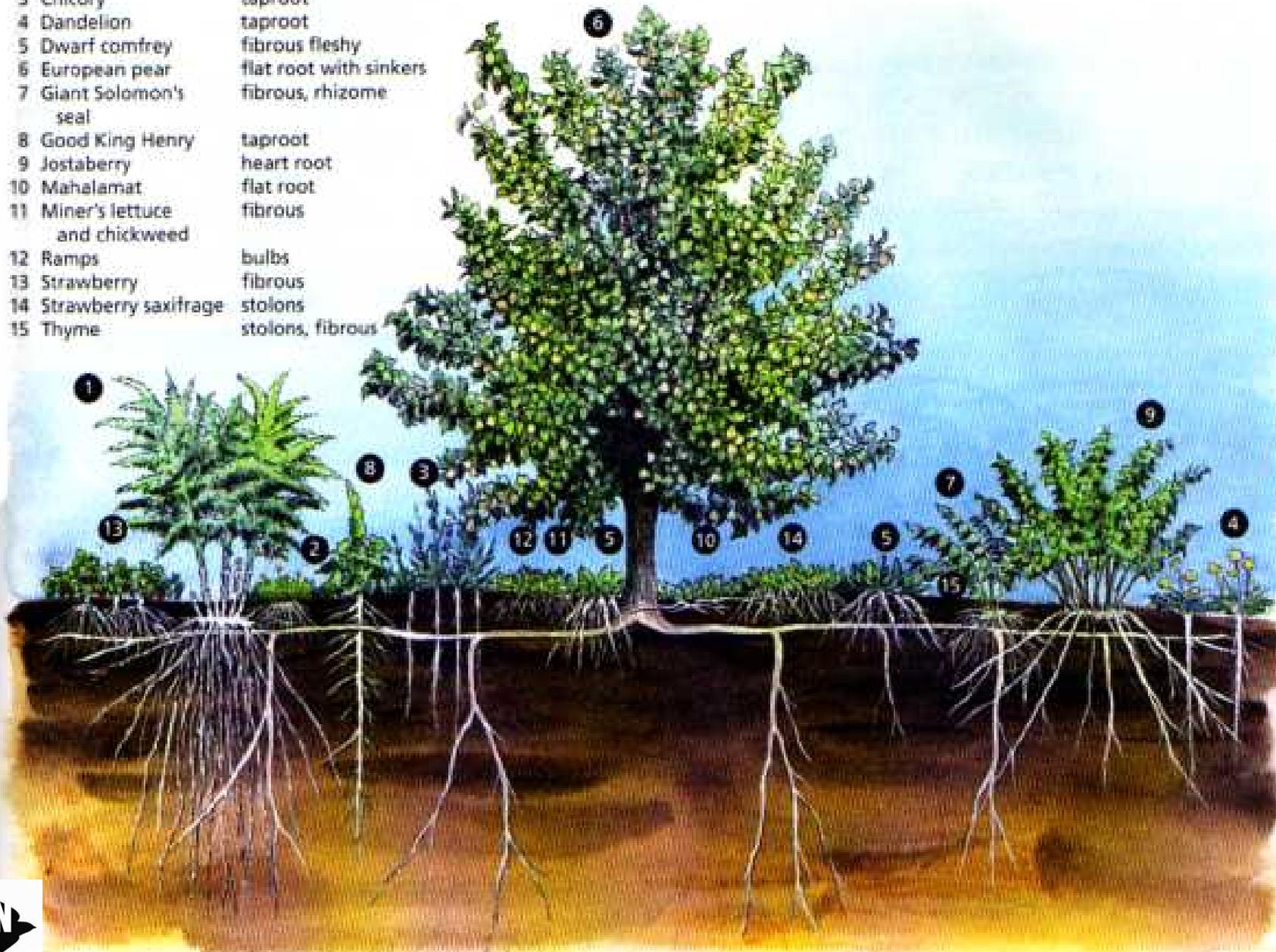
→ *carottes, panais, raifort, radis,...*

- **7 Plantes grimpantes**

→ *kiwi, kiwaï, vigne, chèvrefeuille, passiflore,...*

Et la compétition, alors ?

- | | |
|----------------------------------|------------------------|
| 1 Asparagus | fibrous, rhizome |
| 2 Chamomile | fibrous, rhizome |
| 3 Chicory | taproot |
| 4 Dandelion | taproot |
| 5 Dwarf comfrey | fibrous fleshy |
| 6 European pear | flat root with sinkers |
| 7 Giant Solomon's seal | fibrous, rhizome |
| 8 Good King Henry | taproot |
| 9 Jostaberry | heart root |
| 10 Mahalamat | flat root |
| 11 Miner's lettuce and chickweed | fibrous |
| 12 Ramps | bulbs |
| 13 Strawberry | fibrous |
| 14 Strawberry saxifrage | stolons |
| 15 Thyme | stolons, fibrous |



Les guildes

= plantes compagnes, association à bénéfice réciproque...

On nous a fait croire pendant des siècles que la compétition était naturelle, et que c'était la seule loi du monde vivant. On nous a aussi fait croire qu'il était bon que notre société se soumette à cette « loi ». Or, non seulement la compétition poussée à l'extrême est invivable pour les individus et dangereuse pour la survie d'une société, mais nous nous sommes rendu compte que l'entraide jouait un rôle majeur dans l'évolution biologique et dans les interactions entre les êtres vivants.

Pablo Servigne, ingénieur agronome

Dans la nature, les plantes s'entraident !

Leurs systèmes racinaires sont variés afin de ne pas se mettre en concurrence pour l'accès aux nutriments du sol.

Elles s'échangent des services :

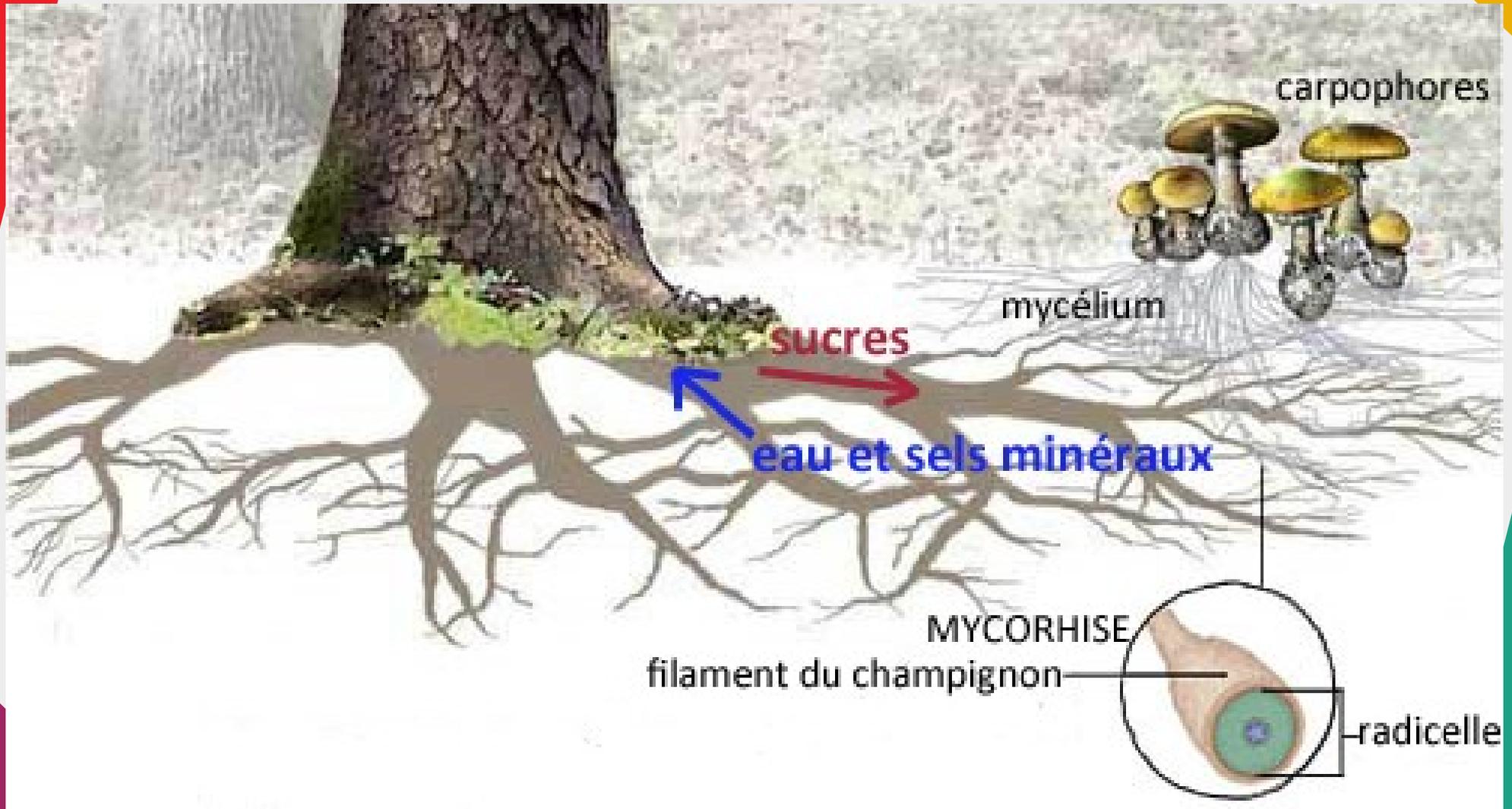
fertilisation, assimilation et mise à disposition d'un produit, action sur ravageurs, lutte contre des maladies, attraction de pollinisateurs ou d'auxiliaires, stimulation de la croissance,...

Nodosités sur racines de fèves



Les guildes

Exemple d'association à bénéfice réciproque : la mycorhize



Exemple des Trois Soeurs

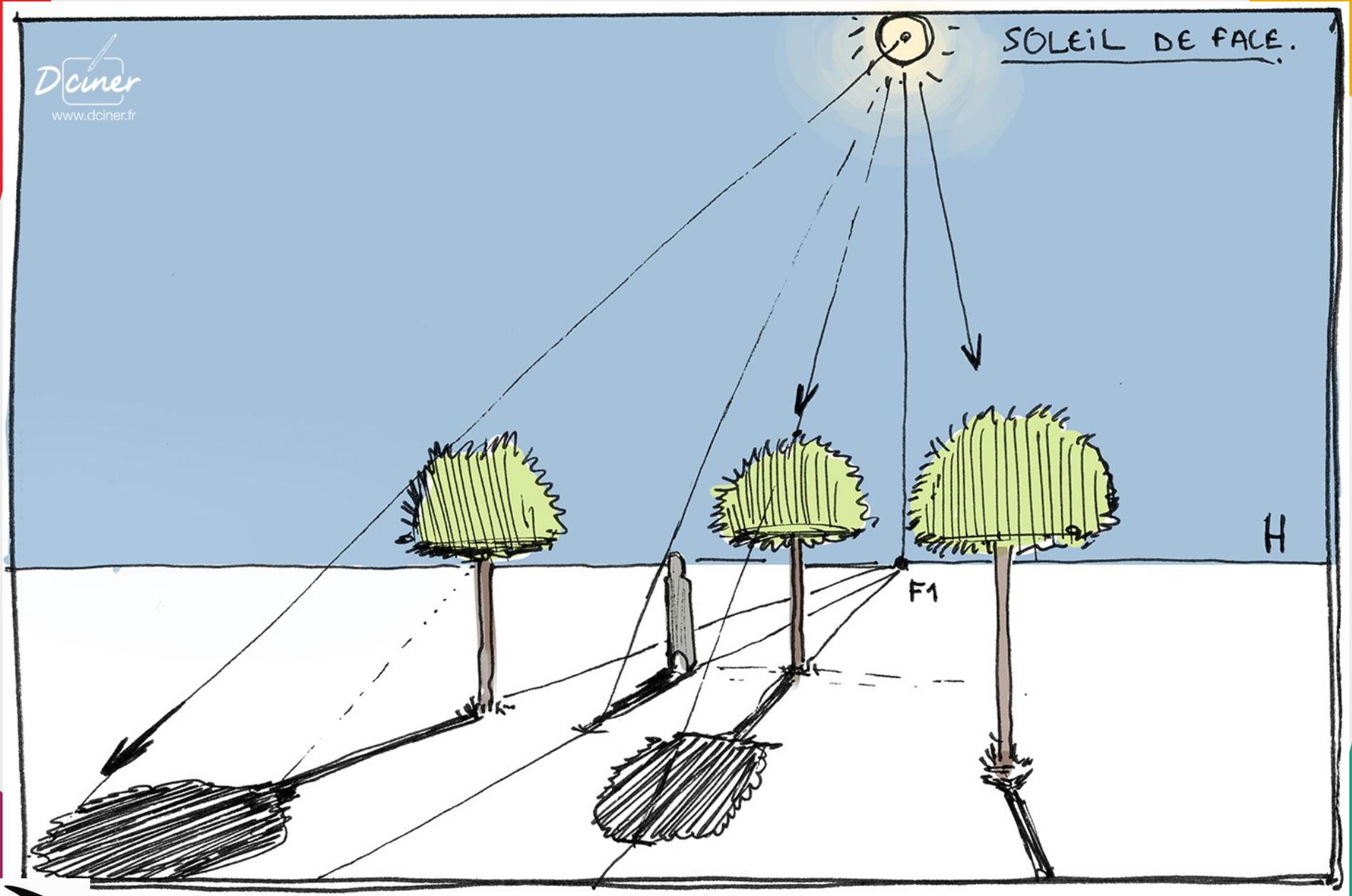


Les hautes tiges solides du *maïs* servent de support de croissance aux haricots.

Les racines du *haricot* enrichissent le sol en azote grâce à une symbiose avec des bactéries, ce qui profite à la croissance des autres plantes.

Les *courges* étalent leur feuillage au sol ce qui forme une sorte de paillage végétal naturel qui retient l'eau et maintient l'humidité du sol en le protégeant des rayons du soleil.

Et l'ombre, alors ?



Dciner
www.dciner.fr

H

F1

Mais quels légumes, alors ... ?

Des légumes annuels, toujours

15 plantes potagères qui tolèrent l'ombre

ces plantes ont besoin de 4 heures de soleil par jour, voire moins



[facebook.com/homesteady](https://www.facebook.com/homesteady)

Mais aussi des légumes vivaces



Capucine
tubéreuse



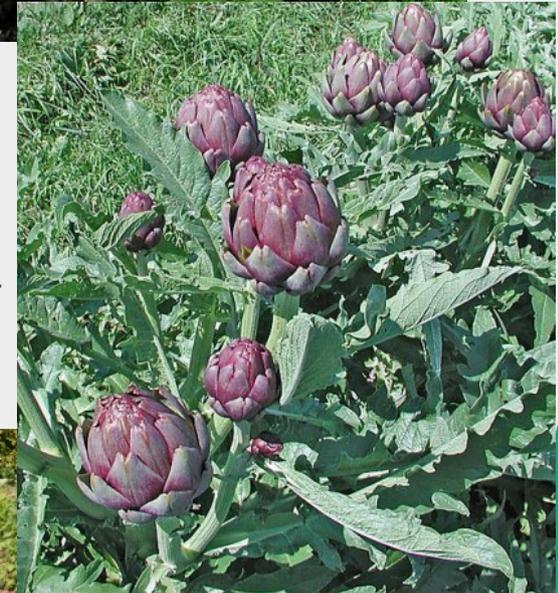
Livêche



Oignon rocambole



Oseille sanguine



Artichaut



Chénopode Bon Henri



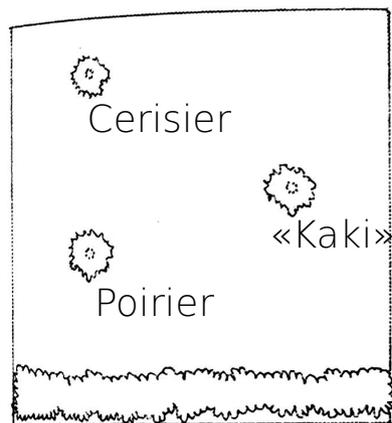
Cardon



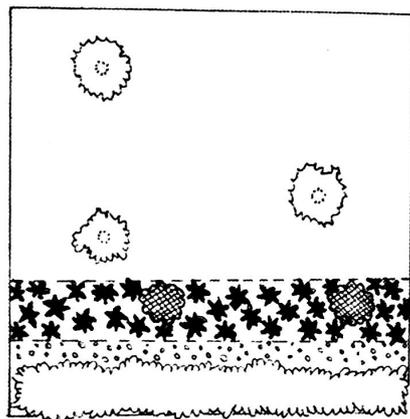
Rhubarbe

Exemple de plan de plantation sur 5 ans

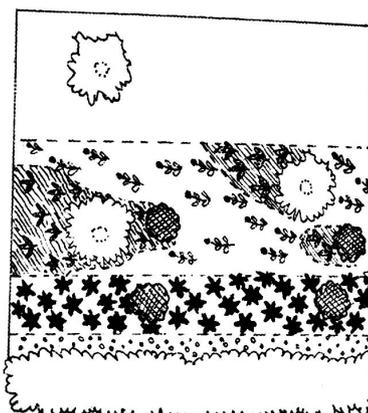
Côté habitations



1

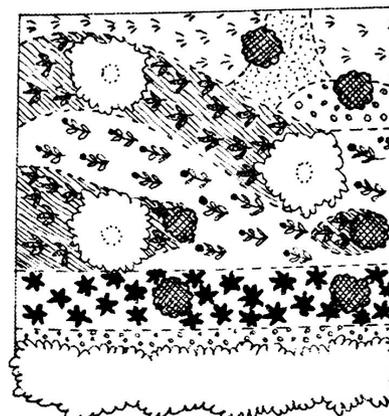


2

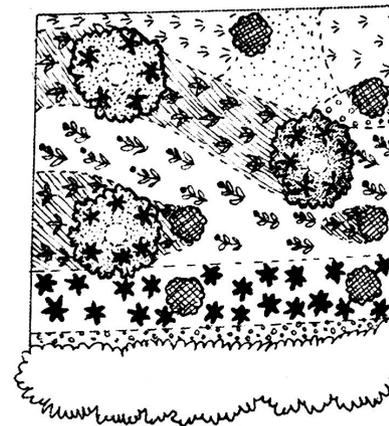


Côté rue

3



4



5

1 2019

Plantation fruitiers

(Strate 2)

2 Fin 2019 /Dbt 2020

Plantation arbustes

(Strate 3)

Plantation aromatiques et médicinales

(Strate 4)

Choix de la zone légumes

(Strates 4,5,6)

3 Printemps 2020

Culture de la zone légumes

Choix des cheminements et des zones de guildes

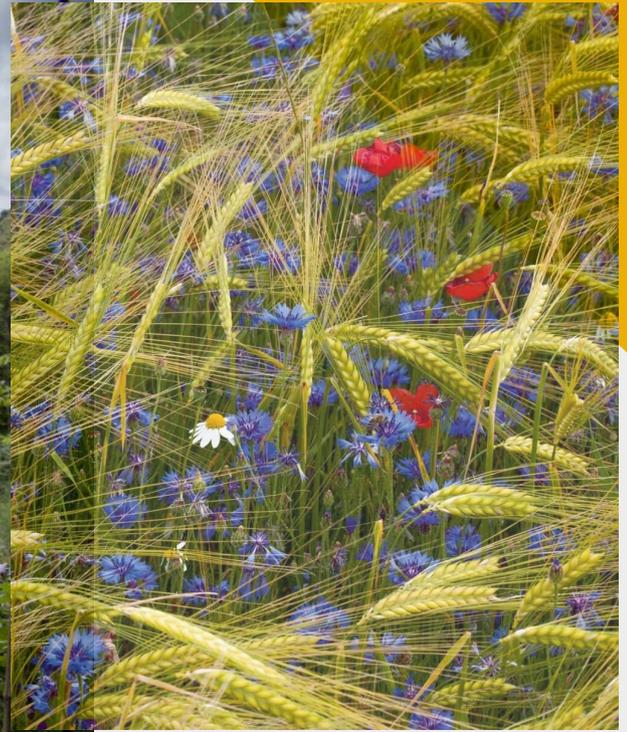
4 Automne 2020

Constitution des guildes du prunier, mirabellier, cerisier

5 2021/2022???

Plantation grimpantes

(Strate 7)



LA FORET
COMESTIBLE

