



# Jardins communautaires et collectifs

## GUIDE PRATIQUE

Pour les gestionnaires des  
jardins communautaires  
et collectifs de la Côte-Nord

### Recherche et rédaction

Mylène Fortin, agente de projets,  
Table bioalimentaire Côte-Nord

### Comité consultatif

Adèle Lavoie, coordonnatrice  
du plan d'action régional en saines habitudes de vie,  
Loisir et Sport Côte-Nord

Ellen Ward, agente de planification,  
de programmation et de recherche,  
Centre intégré de santé et de services sociaux  
de la Côte-Nord

Annie Blais, organisatrice communautaire,  
Centre intégré de santé et de services sociaux  
de la Côte-Nord

Marc Normand, directeur général,  
Table bioalimentaire Côte-Nord

Mylène Fortin, agente de projets,  
Table bioalimentaire Côte-Nord

Rubis Iyodi, Conseillère en développement  
régional secteur agricole et agroalimentaire,  
Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation

### Collaboration spéciale des entreprises nord-côtières

Marie-Pierre Fortier, apicultrice et propriétaire, Herbamiel

Claude Lussier, directeur adjoint,  
Coop de solidarité agroforestière de Minganie -  
Le Grenier boréal

### Révision linguistique

Hélène Bouchard

### Conception graphique

Dominique Thériault, DJAZZ

### Page web où trouver ce guide et autres informations complémentaires

[www.tablebioalimentairecotenord.ca](http://www.tablebioalimentairecotenord.ca)

Mars 2019

## Table des matières

<b>Mise en contexte</b>	4
À propos du programme des saines habitudes de vie	4
Mot du comité	4
<b>Objectif de ce guide</b>	5
<b>Types d'aménagement</b>	6
<b>Responsabilités des parties</b>	7
Responsabilités du comité jardin	7
Responsabilité du jardinier	7
Planification en neuf étapes	8
<b>Règles de vie et de fonctionnement</b>	9
Suggestions de règlements	9
<b>Contrat d'engagement</b>	10
<b>Liste de matériel</b>	10
<b>Plantes maraîchères particulières</b>	11
Plantes à ne pas mettre au jardin	11
À mettre au jardin avec certaines précautions	11
<b>Procédures pour monter un calendrier de semis</b>	12
<b>Calendrier annuel des opérations</b>	16
<b>Articles</b>	17
La permaculture	18
Le compostage	19
La pollinisation	20
<b>La promotion</b>	21
<b>Exemples d'activités sociales à organiser</b>	22
<b>Outils de communication pour monter une activité sociale</b>	24
Outils de communication	24
Éléments d'un bon communiqué de presse	25
Quelques astuces	25
<b>Sources de financement possibles</b>	26
<b>Liens web pour informations supplémentaires</b>	27
<b>Liste des ressources externes</b>	29
<b>Annexes</b>	31
I. Règlements du jardin communautaire de la Maison des familles de Baie-Comeau	32
II. Contrat d'engagement du jardin communautaire de la Maison des familles de Baie-Comeau	33
III. Exemple de communiqué de presse	34



## Mise en contexte

### À propos du programme des saines habitudes de vie

Dans le cadre du Plan d'action régional pour la promotion des saines habitudes de vie, les partenaires de la Table Santé – Qualité de vie Côte-Nord ont ciblé trois grandes priorités de travail afin de poursuivre les efforts initiés au cours des dernières années : favoriser la synergie et la collaboration des partenaires envers les saines habitudes de vie; encourager un mode de vie physiquement actif dans les différents milieux de vie; promouvoir la saine alimentation pour tous.

Nous croyons fermement qu'un travail intersectoriel et concerté aura un impact positif sur la qualité de vie des citoyens. Par conséquent, nous sommes heureux de nous associer à la Table bioalimentaire Côte-Nord afin de fournir un outil pratique, adapté à la réalité nord-côtière et qui, nous le souhaitons, saura contribuer à l'efflorescence de jardins communautaires partout sur le territoire.

### Adèle Lavoie

Coordonnatrice du plan d'action régional en saines habitudes de vie  
Loisir et Sport Côte-Nord

### Mot du comité

Dans un contexte où les aliments voyagent de très loin avant d'arriver dans les assiettes des Nord-Côtiers et où l'agriculture est une réalité de plus en plus méconnue par les citoyens, l'agriculture urbaine se veut une réponse adaptée à l'évolution de notre mode de vie. Elle s'inscrit également dans la tendance d'un retour à la terre, à la simplicité et à de saines habitudes de vie.

Jardiner est une activité physique extérieure qui favorise la relaxation et un excellent moyen de manger des aliments plus sains, plus frais et à moindre frais. Les jardins communautaires offrent cette possibilité aux citoyens d'un quartier ou d'une municipalité n'ayant pas accès à une parcelle de terre cultivable ou souhaitant se regrouper pour partager cette passion commune.

La Table bioalimentaire Côte-Nord, le Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord (CISSS), le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) ont uni leurs efforts pour appuyer et soutenir les jardins communautaires de la région.

Au nom du comité, je vous encourage à jardiner pour vous, votre famille, vos amis. Et qui sait, peut-être même pour vos voisins et d'éventuels clients.

### Marc Normand

Directeur général  
Table bioalimentaire Côte-Nord



## Objectif de ce guide

Notre désir, avec la création de ce document, est d'outiller les gestionnaires des jardins communautaires et collectifs. Afin que ce soit à l'image de la Côte-Nord, nous avons développé un guide adapté à notre territoire et notre climat. Nous sommes conscients qu'il est parfois difficile de trouver le temps et les ressources nécessaires pour assurer une saine organisation et encadrer le fonctionnement d'une équipe. Pour cette raison, ce guide est bâti afin d'offrir des outils de gestion, des exemples et des idées qui pourront s'adapter à la couleur de chaque jardin communautaire. En résumé, nous vous proposons une structure afin de faciliter la gestion.

Améliorer la qualité de vie des milieux visés, favoriser l'inclusion sociale, permettre une plus grande autonomie alimentaire, proposer des services à la population, contribuer au développement de la municipalité, reverdir les zones urbaines ou partager votre passion avec les citoyens, tous ces bienfaits sont les fondements mêmes des jardins communautaires. Si ce guide vous permet de vous dépasser et bonifier votre travail, notre objectif sera atteint! En espérant que vous puissiez vous l'approprier et en retirer de bienfaits pour les années à venir. Bonne saison!





## Types d'aménagement

Il existe plusieurs types d'aménagement de jardins, tels les jardins potagers sur un toit ou à la verticale, mais voici les trois types les plus communs :

### Jardin communautaire

Il est aménagé directement au sol et est divisé en parcelles individuelles appelées jardinets. Chaque jardinier est responsable de l'entretien de son jardinet et est le bénéficiaire exclusif de la récolte. L'entretien des espaces communs est la responsabilité conjointe de tous les membres.

### Jardin collectif

Il est aménagé de façon à ce que tous les jardiniers cultivent ensemble un espace commun. L'entretien de la superficie totale est la responsabilité de tous. La récolte est partagée entre tous les membres ou est redistribuée dans la communauté par l'entremise d'un organisme du milieu.

### Jardin en bacs

Il est aménagé hors sol dans des bacs ou de grands pots. Il peut être communautaire ou collectif et a pour but de cultiver des fruits, des légumes ou des fleurs comestibles.



## Responsabilités des parties

### Responsabilités du comité jardin

Selon l'organisation du jardin, des ressources disponibles et des partenariats, différents comités composés de jardiniers-bénévoles peuvent être mis sur pied. À vous de lister les tâches à effectuer et les ressources dont vous disposez (employés, collaboration avec la municipalité et/ou avec une école, soutien d'un regroupement, etc.). Par la suite, vous pourrez attribuer les tâches à des comités ou à des personnes-ressources.

#### Tâches courantes

- Gestion des inscriptions et des frais d'inscription;
- Rédaction et application des règlements;
- Répartition des lots;
- Promotion et communications;
- Organisation de la saison;
- Maintien du niveau de qualité de l'activité de jardinage et de la dimension sociale;
- Identification des besoins et soutien aux jardiniers dans leur apprentissage.

#### Corvées

- Organisation des corvées;
- Logistique et matériel;
- Diffusion de l'information;
- Recrutement des membres et des bénévoles;
- Gestion et entretien des outils de jardinage;
- Supervision pour une bonne tenue des lieux et des infrastructures du jardin;
- Surveillance vigilante des lieux pour éviter la détérioration des infrastructures et de l'aménagement.

#### Animation ou activités sociales

- Organisation de la rencontre annuelle du comité jardin;
- Organisation d'activités sociales en cours de saison;
- Contact avec des producteurs ou des experts invités;
- Animation d'ateliers;
- Intégration de tous les membres aux activités du jardin.

#### Financement

- Recherche de sources de financement et gestion des finances du jardin;
- Rédaction et suivi des demandes de financement;
- Représentation sur différentes tables de concertation ou auprès de différents partenaires.

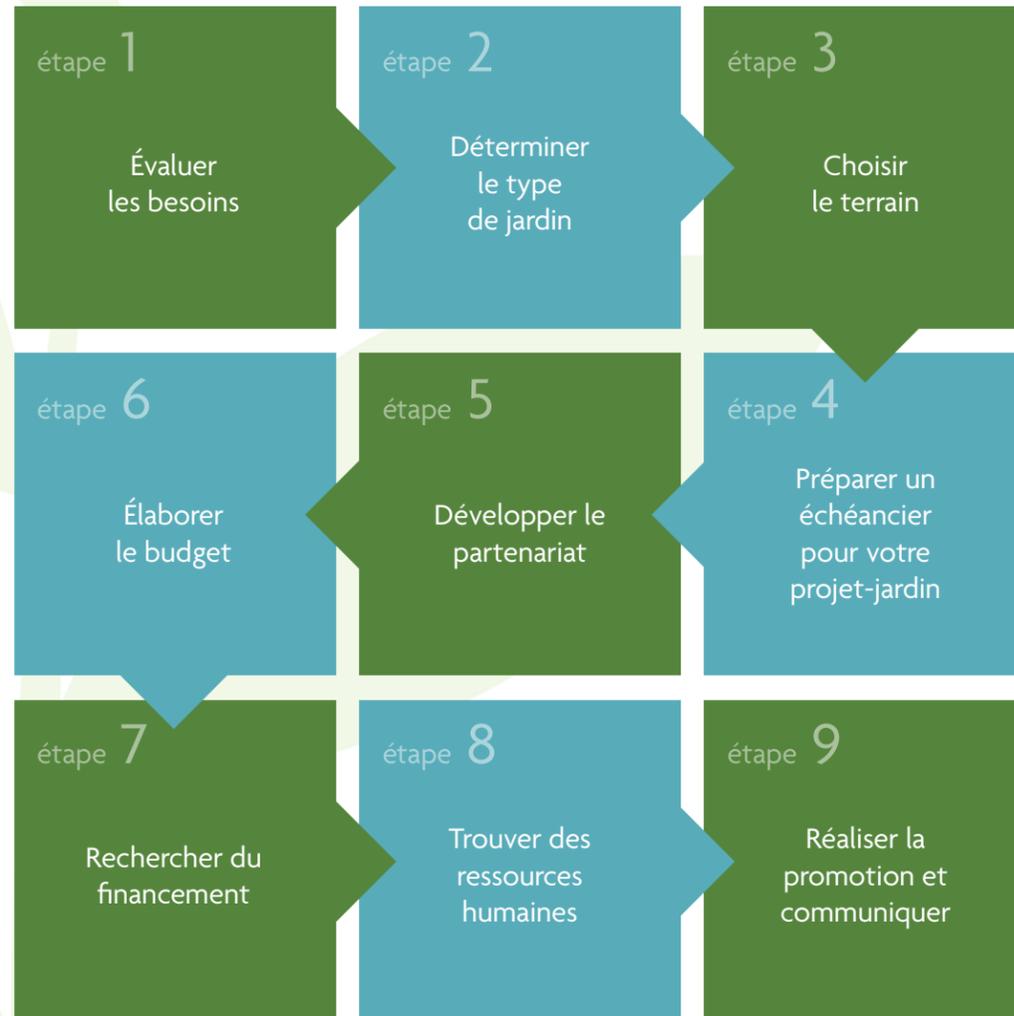
#### Responsabilité du jardinier

- Entretien de sa parcelle de jardin et/ou une participation active aux espaces communs;
- Participation aux rencontres animées par le comité jardin;
- Engagement à respecter les règlements du jardin.



## Planification en neuf étapes

Pour celles et ceux qui désirent démarrer un jardin communautaire ou collectif, il existe un précieux outil de référence : [Petit guide de planification d'un jardin communautaire et collectif](#). Vous y trouverez neuf étapes détaillées pour planifier et organiser votre projet :



## Règles de vie et de fonctionnement

Afin d'assurer le respect entre les membres et de garantir que tous partagent la même vision du développement et de l'entretien du jardin, les règles de vie et de fonctionnement s'avèrent utiles. Une structure claire évite bien des malentendus et des problèmes potentiels. Cela permet de favoriser l'engagement bénévole, mais aussi d'effectuer une certaine sélection des jardiniers, puisque ces derniers doivent adhérer aux règles établies. Vous trouverez un gabarit d'une liste des règlements en cliquant sur ce lien : <http://www.tablebioalimentairecotenord.ca/gabarit-liste-des-reglements/>. Merci au jardin communautaire de la Maison des familles de Baie-Comeau, pour sa collaboration. (Voir Annexe 1 pour exemple)

### Suggestions de règlements

#### Accès au jardin

- La saison de jardinage débute le (jour/mois) et se termine le (jour/mois).
- L'accès au jardin est permis de \_\_\_ h à \_\_\_ h, 7 jours sur 7.
- Un dépôt de \_\_\_ \$ est exigé pour obtenir un espace de jardin et devenir membre.
- Les enfants de moins de 12 ans doivent être accompagnés d'un parent, en tout temps.

#### Entretien

- Les jardiniers doivent entretenir régulièrement leur parcelle.
- Les jardiniers qui prévoient s'absenter pour une certaine période doivent confier à un autre jardinier l'entretien de leur parcelle pendant leur absence. Ils doivent également en aviser le comité jardin.
- Les jardiniers doivent éliminer les mauvaises herbes de leur parcelle et des allées adjacentes.
- Les jardiniers ne peuvent pas semer une espèce qui est inscrite dans la liste des plantes maraîchères particulières.
- Les produits chimiques, les fertilisants, insecticides ou herbicides qui pourraient avoir un effet négatif sur les cultures avoisinantes sont interdits.
- L'équipement de jardinage doit être utilisé avec soin. Toute personne négligente aura à rembourser les coûts de réparation ou de remplacement des outils.
- Les déchets, les matières recyclables et les matières décomposables doivent être déposés dans les contenants appropriés.
- Seul l'arrosage manuel est permis et l'utilisation de l'eau provenant des barils récolteurs d'eau de pluie est recommandée.
- Le règlement sur l'arrosage de la municipalité doit être respecté.

#### Autres informations pertinentes

- Avantages pour les membres (ex. : gratuité des conférences);
- Attribution des parcelles / une seule est attribuée par adresse civique;
- Date limite pour l'ensemencement;
- Liste d'attente;
- Interdictions : animaux, bicyclettes ou tout autre moyen de transport, alcool et drogue;
- Sanctions pour manquement aux règlements et procédure pour les appliquer.

# Contrat d'engagement

En lien avec les règles de vie et de fonctionnement, il est suggéré de rédiger un contrat d'engagement. Il devrait inclure entre autres (voir Annexe 2 pour exemple) :

- Le nom du jardin;
- Le numéro de la parcelle attribuée;
- Les coordonnées du membre (prénom, nom, adresse, téléphone, courriel, colocataire de la parcelle);
- Les règles de vie et de fonctionnement;
- Une phrase d'engagement, ex : J'ai pris connaissance des règlements et je m'engage à les respecter;
- La date avec les signatures du membre et de la personne responsable.

# Liste de matériel

Selon chaque aménagement de jardin, les besoins en matériel peuvent varier.

- arrosoir et boyau d'arrosage
- arrosoir portatif
- balai
- baril de récupération d'eau de pluie
- brouette
- cabanon ou grand coffre d'outils
- chariot
- clôture
- cisaille
- composteur
- filet anti-insectes
- fourche et bêche à fumier
- gratte et râteau à trois dents et petite gratte
- mini-tunnel
- panneau d'identification
- pelle ronde et petite pelle
- pioche
- râteau et râteau à feuilles
- rotoculteur
- système d'irrigation pour les buttes
- table de pique-nique
- toile flottante contre le froid



# Plantes maraîchères particulières

L'utilisation de plusieurs plantes, en raison de leurs dimensions ou de leurs propriétés, devrait être limitée, car elles pourraient être problématiques si elles ne sont pas mises au bon endroit ou si elles sont mal gérées. Certaines devraient être même interdites. Il s'agit en général de plantes qui peuvent facilement devenir envahissantes, soit en se propageant par rhizomes (comme la menthe ou les cerises de terre) ou en produisant une grande quantité de pollen. Également, il faut porter une attention particulière aux plantes illégales, vénéneuses ou allergènes, dans les jardins où circulent des enfants. Il faut aussi éviter les plantes qui sont toxiques.

## Plantes à ne pas mettre au jardin

### Plante illégale

- **Cannabis** : le cannabis est désormais légal au Canada, mais un permis doit être obtenu pour en faire la culture.

### Plantes vénéneuses

- **Morelle noire** : feuilles et fruits peuvent être mortels selon certaines sources;
- **Datura** : toute la plante est très toxique.

### Plantes allergènes ou irritantes

- **Herbe à puce** : il ne faut pas toucher la plante;
- **Herbe à poux** : le pollen voyage dans l'air et provoque des réactions allergiques chez les personnes qui y sont sensibles;
- **Berce du Caucase** : attention, c'est une nouvelle plante qui cause des dermatites.

## À mettre au jardin avec certaines précautions

### Plantes urticantes

- **Ortie** : elle est très utile en jardinage, médicinale et fertilisante. Si elle est mise au jardin ou à proximité, il faut avertir les gens de porter des gants pour la récolter;
- **Rosier** : les poils des akènes (fruits) sont urticants, attention si vous les récoltez.

### Plantes vénéneuses

- **Asperge** : baies faiblement toxiques;
- **Lupin** : graines fraîches légèrement toxiques;
- **Rhubarbe** : feuilles faiblement toxiques.

### Plantes qui peuvent être envahissantes

- **Fraises** : il faut gérer les stolons qui sont produits à chaque fin d'été sur les plants. Profitez-en pour les enlever, les vendre ou en faire cadeau. Vous pouvez aussi remplacer les vieux plants par des stolons neufs afin de rajeunir votre fraisière;
- **Bourrache** : c'est une annuelle, mais elle se ressème très facilement. Il vous faudra donc la contrôler si vous la mettez au jardin, mais elle se gère bien;
- **Autres plantes qui se ressèment facilement** : calendule, épinard, lupin;
- **Framboises** : elles sont vraiment très envahissantes. Mettez-les en retrait dans le jardin;
- **Menthe** : même principe que la framboise. Mettez-la en retrait dans le jardin;
- **Plantes vivaces en général** : attention aux plantes vivaces. Bien les étudier avant de les planter. Par exemple, celles-ci peuvent être envahissantes à la longue : agastache fenouil, asperge, etc.

### Plantes irritantes

- **Piment** : le piment et ses graines sont irritants. Attention de ne pas vous frotter les yeux ou les muqueuses après avoir touché à une partie de ce légume.

### Autres exemples

- **Pommes de terre** : elles attirent les insectes et peuvent contracter des maladies. Vous devez utiliser les semences certifiées;
- **Tournesols** : leur hauteur peut déranger. Opter pour des variétés de plus faible hauteur.

# Procédures pour monter un calendrier de semis

Voici une procédure théorique pour monter un calendrier de semis. Il est important de l'ajuster au fil des années et des expériences. La météo est à la base des décisions à prendre pour monter ce tableau et il faut se rappeler que c'est une science inexacte et imprévisible. Il faudra ajuster votre calendrier théorique à la réalité météorologique annuelle de votre région.

## Extrait du calendrier des semis

Calendrier des semis

Espèce	Variété	Vi, An, Bis, Res	Résiste au froid?	Semis répétitifs?	Semis int ou dir?	Semis int av	Récolte longue	JAM	Commentaires	1 <sup>er</sup> août	2 <sup>e</sup> août	3 <sup>e</sup> août	4 <sup>e</sup> août	5 <sup>e</sup> août	1 <sup>er</sup> sept
Ail	Music	An (même si vivace)	Oui	Non	Dir		Non		Récolte de fleurs et de bulbes	R fleurs	R fleurs		R bulbe	R bulbe	R bulbe
Bette à carde	Rainbow	An (même si bis)	Oui						Récolter les feuilles extérieures et laisser pousser le cœur						
Bettrave	Crapaudine	An	Oui							R	R	R	R		
Bourrache		Res	Non						Doit être contrôlée, se resseme amplement	R	R	R	R	R	
Brocoli	Calabrese	An	Oui							R			R	R	
Calendula															

...

### ÉTAPE 1

Prenez le cadre du calendrier proposé pour entrer vos données

Sur la ligne du haut, les dates inscrites représentent le lundi de chaque semaine. Vous avez un exemple avec quelques données entrées et un autre vide pour votre canevas de base.

### Légende du calendrier

La colonne surlignée en vert pâle correspond à la température en haut du point de congélation avec 10% de risque. La colonne surlignée en bleu pâle correspond à la température en haut du point de congélation avec 50% de risque.

Nous pouvons considérer ces dates comme relativement sécuritaires pour les légumes tolérant les -5°C.

Terme utilisé	Définition
An	Annuel
Bis	Bisannuel
Dir	Directement au jardin
JAM	Jours à maturité
R	Récolte
Re	Repiquage
Res	Se resseme
Semis av tr	Semis avant transplantation
Si	Semis intérieur
Tr	Transplantation
Ts	Traitement de semences (stratification ou autre)
Vi	Vivace

### ÉTAPE 2

Trouvez les dates des derniers gels de printemps et des premiers gels d'automne pour votre région

a. Trouvez la station météo qui a compilé les données historiques la plus près de chez vous. Allez sur cette page [http://climat.meteo.gc.ca/climate\\_normals/index\\_f.html](http://climat.meteo.gc.ca/climate_normals/index_f.html) et choisissez votre localité. Si la recherche ne donne aucun résultat avec le nom choisi, optez pour une plus grande municipalité, près de chez vous. Il est conseillé de prendre les données les plus récentes, soit de 1981 à 2010. Dans notre exemple, ce sera **Rivière-au-Tonnerre**.

b. Trouvez les données météo pour votre station.

i. Dans la page « Données des stations pour le calcul des normales climatiques au Canada de 1981 à 2010 », allez sur l'onglet « Données sur les normales ».

ii. Vous avez ici une foule de données intéressantes pour votre jardinage : températures, précipitations, dégrés-jour, gel, etc. Pour les besoins du calendrier de semis, le plus important est de connaître les dates sans gel. Allez donc sur l'onglet « Sans gel ».

iii. Si nous prenons notre exemple de **Rivière-au-Tonnerre**, nous voyons qu'au 15 juin et au 20 août nous avons 10% de risque de gel, ce qui est acceptable comme pourcentage. Cependant cela ne nous laisse que 69 jours sans gel, ce qui est très peu. Inscrivez ces dates dans votre calendrier de semis en remplissant les cases des colonnes correspondantes en vert. Peu importe que votre date soit au début, au milieu ou à la fin de la semaine, nous cherchons seulement des approximations.

iv. Si vous n'utilisez pas de technologie, il faut être conscient qu'à ces dates nous risquons quand même 10% de gel. Dans ce cas, il serait préférable, soit de retrancher au moins une semaine au printemps et en automne à votre calendrier ou de ne travailler en début et fin de saison, qu'avec des variétés qui peuvent tolérer les -5°C épinards, certains légumes asiatiques et laitues, kales, etc.).

v. Même si nous tentons de jardiner avec des variétés précoces, 100 jours sans gel sont souhaitables. Il est alors conseillé d'aller à 50% de risque de gel dans ce cas-ci et de travailler avec ces données (du 8 juin au 15 septembre); cela donnera 102 jours sans gel, ce qui est donc plus acceptable. Inscrivez ces dates dans votre calendrier de semis en remplissant les cases des colonnes correspondantes en jaune. Dans ce cas, avant le 15 juin et après le 20 août, nous devons pallier le risque de gel avec des technologies pour allonger notre saison (couverture

flottante, mini-tunnel, tunnel chenille ou serre), ou ne semer que des variétés résistantes.

vi. Si vous choisissez d'être prudent sans travailler avec des technologies qui permettent d'allonger la saison, allez-y avec des variétés très précoces, de moins de 69 jours, et résistantes au gel. Cela vous limitera beaucoup dans vos choix de semences et ne vous permettra pas de faire deux cultures sur une même planche au cours de la même saison.

### ÉTAPE 3

Relevez les données de vos sachets de semences

a. Résistance de la plante au gel, besoin en chaleur.

i. Si une plante demande beaucoup de chaleur, il faudra peut-être abandonner l'idée de la cultiver ou trouver une façon de le faire (technologie, microclimat, etc.). C'est le cas des maïs, courges d'hiver, tomates, concombres, etc.

ii. Dans d'autres cas, certaines plantes résistent à des gels allant jusqu'à -5°C. C'est le cas des épinards, radis, kales, etc.

b. Exigences du semis.

i. Beaucoup de plantes germent mieux à l'intérieur et à la chaleur. Si c'est le cas, il est recommandé de disposer d'une table de semis afin d'optimiser les chances de réussite.

ii. D'autres plantes peuvent être semées directement au jardin, mais seulement quand le sol est réchauffé.

iii. Certaines autres plantes germent bien dans un sol froid. Pour une espèce donnée, il y a certaines variétés qui germent mieux que d'autres au froid. Il faut choisir ces dernières autant que possible, car sur la Côte-Nord nos sols réchauffent très tardivement en saison.

c. Période de semis.

i. Certains légumes poussent mieux très tôt au printemps et tard à l'automne, et d'autres en été.

ii. Certains autres poussent seulement en absence de froid trop intense.

d. Semis intérieur ou extérieur.

i. Certaines plantes peuvent être plantées directement au jardin (laitues, radis, etc.).

ii. D'autres doivent absolument être semées à l'intérieur (tomates, concombres, choux, etc.).

iii. Certaines plantes peuvent être semées à l'intérieur pour un rendement précoce afin de permettre plus

d'une culture par saison sur une même butte ou pour une récolte tardive de légumes matures (laitues, kales, etc.).

iv. Pour les semis intérieurs, il faut vérifier la période possible de la transplantation au jardin (éviter tout risque de gel, etc.) et le nombre de semaines nécessaires avant cette transplantation au jardin.

#### e. Jours à maturité (JAM).

i. C'est le nombre de jours nécessaires du semis à la récolte, dans le cas de semis directs et du jour de la transplantation à la récolte dans le cas de semis intérieurs.

ii. Cette donnée est importante pour évaluer la date de récolte selon la date de semis et voir s'il est possible de cultiver ce légume compte tenu de sa date possible de semis. Par exemple, un légume avec un JAM de 100 jours qui demande un sol chaud sera pratiquement impossible à cultiver sans technologie.

iii. Ce nombre de jours est évalué à partir de l'endroit où la semence a été cultivée. En général, pour la Côte-Nord, il faut ajouter quelques jours à ce chiffre.

iv. Au fil du temps, vous pourrez vous-même évaluer le JAM des variétés que vous retiendrez.

#### f. Possibilité et/ou nécessité de semis répétitifs pour approvisionnement tout au long de la saison.

i. Plusieurs légumes à JAM court doivent être ressemés, par exemple aux 10 jours, si une récolte continue est souhaitée (radis, rabioles, etc.).

#### g. Vivace, annuelle, bisannuelle ou qui se resseme

i. Plante vivace : vous n'aurez à la semer qu'une seule fois. Si c'est une plante vivace en zone 3, elle devrait survivre à l'hiver sur la Côte-Nord et revenir année après année.

ii. Plante annuelle : vous devrez la ressemer si vous la voulez au jardin.

iii. Plante bisannuelle : généralement, la première année que vous la semez, elle fera une rosette de feuilles. Une tige florale se formera au cours de la deuxième année. La grande majorité de ces plantes se ressement. Cependant, la plupart sont utilisées comme annuelles, tels le persil et la bette à carde. Il faut donc semer celles-ci chaque saison. Pour les besoins du calendrier, nous vous suggérons d'identifier ces dernières, même si elles sont bisannuelles, comme annuelles.

iv. Plantes qui se ressement : plusieurs plantes que nous laissons fleurir se ressement d'elles-mêmes. Selon la gestion adoptée, les laisser se ressemer ou les semer ailleurs.

### ÉTAPE 4 Montez le calendrier

a. Après avoir choisi vos variétés de légumes, inscrivez les données de chacune dans les premières colonnes de votre calendrier.

b. Inscrivez vos dates des derniers et premiers gels (en vert) ainsi que les dates où vous prévoyez une température au-delà de -5°C (en jaune).

c. Si les semences de certaines plantes doivent subir un traitement spécial (stratification ou autre) inscrivez la date où cette étape doit être faite.

d. Pour chacune des variétés, écrivez d'abord la date du 1<sup>er</sup> semis intérieur ou direct en tenant compte des caractéristiques de chaque plante. Par exemple, il ne sert à rien de semer de la mâche quand il commence à faire chaud ou de planter des oignons quand les jours allongent.

e. Pour les légumes qui peuvent être semés à répétition (certaines laitues, radis, etc.) inscrivez ces dates.

f. Pour les plantes à semer à l'intérieur, écrivez la date de transplantation au jardin.

g. Calculez ensuite la date de récolte avec le JAM.

h. Par la suite, inscrivez les dates de semis et de récoltes réelles afin d'affiner les données au fil des saisons.

### ÉTAPE 5 Ajustez votre calendrier

a. Il faut ajuster ce calendrier année après année, au fur et à mesure de vos observations terrain et de la prise de données.

b. Il faut aussi savoir vous adapter en cours de saison. En effet, si le dégel arrive quelques jours ou semaines plus tôt que prévu, deux choix s'offrent à nous :

i. Garder les dates prévues et y aller de façon sécuritaire.

ii. Essayer de faire les semis directs plus tôt, en risquant la mise (garder quand même les dates prévues pour les transplants). Si le dégel est définitif, vous aurez peut-être sauvé du temps avec une saison un peu plus longue. Si le gel revient, vous risquez de perdre vos semis et de devoir recommencer. Aussi, il arrive que les semis faits plus tard rattrapent vite ceux faits plus tôt.

iii. Si vous êtes du genre à mettre les transplants plus tôt au jardin, grâce à une température clémente et précoce, libre à vous. Il est suggéré dans ce cas de prévoir plus de plants, de façon à ne pas compromettre toute la saison, à cause du risque de gel.



Un calendrier de semis est un outil indispensable pour réussir une belle saison de jardinage satisfaisante. Il ne faut cependant jamais oublier que c'est un outil logistique théorique, car la météo n'est pas constante. Les dates de gel tardif et précoce sont de plus en plus difficiles à prévoir à cause des changements climatiques. Nous pouvons aussi dire que pour les premières années les JAM sont aussi théoriques. Ces données se raffineront au fil du temps. Observez et prenez des notes. Dernier point non négligeable, la météo au quotidien. Selon l'ensoleillement, la température de jour ou de nuit, les vents, la sécheresse, les inondations et tout autre facteur climatique, le succès sera au rendez-vous ou non, les récoltes seront précoces ou non, abondantes ou non.

Un autre document qui pourrait vous être utile pour compléter votre démarche est le [calendrier de culture des plantes potagères en zones 3 et 4](#). La Côte-Nord correspondant à la zone 3. « Les zones de rusticité sont une division du territoire canadien en 9 zones de croissance des plantes (0 à 8) en tenant compte de différents critères comme la température hivernale minimum, la température maximale en été, la période de gel, les précipitations, le vent, l'altitude, etc. » Zones de rusticité, quebec-horticulture.ca



# Calendrier annuel des opérations

Afin de compléter vos démarches avec le calendrier des semis, voici un [calendrier annuel des opérations](#) comprenant une multitude de tâches. En fonction de vos semis, il vous sera possible de remplir ce tableau et de déterminer vos besoins. Ce gabarit vous permettra de bien planifier votre saison et déléguer les tâches au comité jardin et aux jardiniers.

Liens web pour avoir accès aux outils de travail ci-haut

Calendrier des semis : <http://www.tablebioalimentairecotenord.ca/calendrier-des-semis/>

Calendrier annuel des opérations : <http://www.tablebioalimentairecotenord.ca/calendrier-annuel-des-operations/>

## Extrait du calendrier annuel des opérations

**Calendrier des travaux 2019**

	Juin				Juillet				Août				Septembre				Octobre				Novembre				Décembre				Total
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
<b>Logistique et administration</b>																													0
<b>Aménagement</b>																													0
Planter et semer les vivaces																													0
Évaluation de la survie des vivaces																													0
Achat des plantes pour regarnir																													0
Regarnir																													0
Inventaire des lieux problématiques (érosion, vent, etc.)																													0
Rédaction et design des nouvelles pancartes																													0
Impression et montage des nouvelles pancartes																													0
Montage des animations																													0
Installation des pancartes																													0
Fabrication des nichoirs et condos à insectes																													0
Installation des nichoirs et condos à insectes																													0
<b>Production</b>																													
<b>Général</b>																													0
Se procurer semences et plants, engrais, algues ou capelans																													0
Bûcher, empiler, transporter et épandre les copeaux de bois																													0
Recherche et transport des algues																													0
Calendrier et planification de production pour l'année suivante																													0
Inventaire des semences restantes																													0
Préparation des achats de semences et plants																													0

Merci à la Coop de solidarité agroforestière de Minganie - Le Grenier boréal pour nous avoir fourni ces deux outils accompagnés des procédures à suivre.



# La permaculture

Selon les sources, la permaculture est définie comme une philosophie de vie, un système ou une méthode de production agricole ou une technique de jardinage. Elle peut être vue comme une façon de gérer sa vie entière, son lieu de résidence (maison et terrain), sa ferme, ou son jardin. Ici, nous nous contenterons d'expliquer la permaculture au jardin.

La permaculture s'inspire de l'écologie des milieux naturels. Il s'agit en fait d'imiter le plus possible les écosystèmes diversifiés et résilients. Installer un jardin en permaculture demande plus de temps, d'efforts et d'énergie. Par contre, en comparaison à un jardin conventionnel (utilisant des produits chimiques) ou biologique (utilisant des produits biologiques), une fois installé, si les règles de base ont été respectées, il demandera moins de temps, pour plus de résultats. Comme l'installation est permanente, il est primordial de faire un plan de l'aménagement à réaliser.

## Pour y arriver, il y a quelques éléments de base à respecter :

1. Aménager des buttes permanentes. Une fois montées, les buttes ne seront plus jamais défaits. De cette façon l'entomofaune (les insectes du sol) s'installe, fait ses terriers et canaux de circulation, se reproduit et exécute beaucoup de travail pour nous. Afin d'aérer un peu le sol sans défaire les buttes ni déranger les insectes, nous pouvons utiliser une grelinette (outil de jardin qui permet d'ameublir la terre sans la retourner en préservant l'écosystème du sol).
2. Paillis permanent (couverture du sol). Il peut être constitué de feuilles mortes, de tonte de pelouse sans graines d'adventices (faussement appelées mauvaises herbes), de bois raméal fragmenté (BRF : copeaux de bois feuillus provenant de branches de moins de 10 cm) et/ou de débris végétaux. Le sol ainsi couvert garde son humidité, empêche les adventices de pousser, s'améliore avec le temps, car l'entomofaune dégrade ce paillis en se nourrissant, créant la vie dans le sol. Il faut un peu écarter ce paillis lors de semis directs au jardin, pour le remettre une fois les plantes germées. Il ne faut pas s'inquiéter si des champignons poussent sur les paillis, c'est normal et souhaitable. Notez qu'il faut aussi pailler les allées. Ne jamais enfouir de matière végétale, comme dans la nature.
3. Petite mare d'eau. Elle peut être toute petite, faite avec une petite baignoire. On y met du sable au fond, un escalier de cailloux. On y sème des têtards afin d'avoir des grenouilles au jardin. Elles chasseront les insectes nuisibles.

4. Des tas de pierre et de branches mortes. Ils abriteront des couleuvres, crapauds, salamandres qui aideront vos grenouilles.
5. Des bandes fleuries avec des plantes qui fleurissent du printemps à l'automne. En plus d'embellir le jardin, elles peuvent servir de fleurs comestibles, de fleurs pour des bouquets, ou encore pour des tisanes. Leur fonction est d'attirer de nombreux insectes bénéfiques, dont les pollinisateurs et prédateurs des insectes nuisibles. Choisissez des plantes vivaces pour vos bandes fleuries.
6. Culture en étage. Il est bien de planter des arbres comme brise-vent et aussi des fruitiers. Sous ces arbres, d'autres plantes peuvent être cultivées.
7. Choix des plantes. Choisissez plusieurs espèces vivaces (ciboulette, oignon égyptien, rhubarbe, fraise, etc.) ou qui se ressèment facilement (épinard, laitue, calendula, roquette, etc.). Pour améliorer vos chances, vous pouvez aider un peu les graines à descendre entre les morceaux de paillis afin qu'elles atteignent le sol.
8. Mangeoires d'oiseaux et nichoirs d'oiseaux et de chauve-souris. Plus il y a de diversité, plus votre jardin sera beau, productif et résistant aux maladies et insectes nuisibles.
9. Poteau ou arbre mort d'au moins 7 mètres de haut ou surpassant les arbres avoisinants de quelques mètres. Optionnel, mais intéressant pour attirer les oiseaux de proie afin qu'ils chassent pour vous les mulots et autres petits mammifères qui adorent vos légumes.

En espérant que cela vous incitera à en découvrir davantage!

## Claude Lussier

Directeur adjoint, Coop de solidarité agroforestière de Minganie - Le Grenier boréal

# Le compostage

Plusieurs jardins communautaires mettent des bacs de compostage à la disposition de leurs membres. La mise en place d'activités de compostage favorise une gestion plus écologique de déchets alimentaires tout en approvisionnant le jardin en matière organique fertilisante. La matière fertilisante obtenue par le compostage permet aussi d'améliorer la qualité des sols du jardin.

Pour un compostage adéquat, il est important de maintenir le ratio carbone / azote à environ 2 : 1. Cela permet d'améliorer la rapidité de décomposition, mais aussi de prévenir la formation d'odeurs putrescentes. Ci-dessous, quelques exemples d'aliments riches en carbone (C) et en azote (N).

## Les éléments riches en azote (N) (aussi appelés matière verte ou humide)

- Résidus de fruits et légumes
- Pain et pâtes alimentaires
- Marc de café et sachets de thé
- Coquilles d'œufs

## Les éléments riches en carbone (C) (aussi appelés matière brune ou sèche)

- Feuilles d'arbres
- Sciure de bois
- Plantes mortes (attention de ne pas ajouter de mauvaises herbes!)

Les guides dans la section bibliographie donnent une liste exhaustive d'aliments qui sont généralement permis ou proscrits dans le compost communautaire. Il est recommandé d'afficher une telle liste sur les bacs de compost ou à proximité, pour éduquer les usagers.

Pour assurer un bon compostage, des bénévoles peuvent être sollicités pour des tâches périodiques : retourner le compost pour permettre une décomposition plus uniforme de la matière; ajouter de la matière sèche au besoin.

Les gestionnaires des jardins communautaires pourraient aussi vérifier auprès de leur municipalité si un programme de subvention de bacs à compost est offert. Des bacs à compost peuvent aussi être construits par des membres habiles. Un plan de construction de bac est disponible dans les références. Et si le compostage vous effraie, dites-vous que c'est en jardinant qu'on devient jardinier!

## Rubis Iyodi

Agronome, MAPAQ





## La pollinisation

Qui dit jardinage, dit aussi pollinisateurs. Les plus emblématiques et les mieux connus du grand public sont les abeilles domestiques, les bourdons et les papillons; cependant, des milliers d'espèces d'abeilles sauvages, de guêpes, mouches et autres insectes, des oiseaux (colibris) ou des mammifères (chauve-souris nectarivores) jouent également un rôle important de pollinisateurs.

Le pollen, c'est l'élément fécondant mâle de la fleur, produit par les étamines (organes mâles). Les grains de pollen se déposent sur le pistil (organe femelle), ce qui entraîne la fécondation des ovules et permet à la fleur de se transformer en fruit (exemple : la pomme, les fraises, les bleuets...). Ce mode de reproduction s'appelle la **pollinisation**. Elle peut s'effectuer par le vent, mais certaines plantes ont besoin des insectes pollinisateurs pour se reproduire. Une mauvaise pollinisation peut avoir pour résultat un fruit absent ou difforme. Les fleurs vont donc chercher à séduire les pollinisateurs par leur couleur, forme, quantité de pollen ou nectar à butiner.

Il existe parfois une relation très étroite entre une plante et l'animal capable de la polliniser. Les plantes contribuent à l'alimentation des pollinisateurs en leur fournissant le pollen en excès ou nectar. Cette relation se nomme le mutualisme.

Il faut savoir que 80% des espèces cultivées (fruits et légumes) dans le monde dépendent des pollinisateurs, dont 90% sont des abeilles. Sur la Côte-Nord, les producteurs de bleuets et de canneberges louent des ruches pour assurer une bonne pollinisation de leur culture et augmenter la productivité de leurs champs.

**Marie-Pierre Fortier**

Apicultrice et propriétaire  
Herbamiel





## Exemples d'activités à organiser

Les activités sociales permettent de rencontrer les gens de la communauté, créer de futurs partenariats, promouvoir votre jardin et recruter des membres. Ce sont aussi des occasions pour renforcer les liens entre les membres, partager votre savoir et mettre à jour vos connaissances.

### Activités avec la communauté

- Atelier sur le jardinage et sur l'alimentation;
- Brunch découverte;
- Concours (ex. : logo, nom du jardin, etc.) ou tirage d'un panier de légumes;
- Fête des moissons / des récoltes;
- Journée porte ouverte (ex.: journée découverte);
- Semaine thématique (ex. : semaine du maraîcher);
- Visite de jardin avec les enfants en collaboration avec les écoles, les camps de jour, les centres de la petite enfance (CPE), les organismes communautaires, etc.

### Activités de rassemblement entre les membres

- Activité de troc;
- Activité d'autofinancement (ex. : repas collectif, vente de semis, etc.);
- Conférence, cours et atelier;
- Construction et fabrication de matériel (ex. : bac à compost, épouvantail, clôture, etc.);
- Cuisine collective;
- Discussion sur le retour de la saison;
- Don de nourriture;
- Lancement de la saison;
- Soirée d'information.

**L'animation  
c'est le cœur  
du jardin!**



# Outils de communication pour monter une activité sociale

Lorsqu'une activité sociale est organisée pour la communauté, certains moyens peuvent être utilisés afin d'informer la population. En voici quelques-uns.

## Outils de communication

Moyen	Méthode	Cible	Avantages
<b>Feuillelet promotionnel distribué dans le Publisac</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuille 8 ½ x 11 coupée en deux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tous les citoyens du secteur visé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atteint chaque foyer</li> <li>Clientèle multigénérationnelle</li> </ul>
<b>Publicité Facebook</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sur la page de votre jardin</li> <li>Sur le profil de chaque membre</li> <li>Partage avec partenaires et groupes cibles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Membres et abonnés de votre page</li> <li>Tous vos amis</li> <li>Clientèle intéressée par vos activités</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atteint un grand nombre de gens</li> <li>Gratuit</li> <li>Partage rapide</li> <li>Meilleure façon de joindre les jeunes</li> </ul>
<b>Feuillelet promotionnel et/ou affiche distribués dans les commerces, bibliothèques, lieux publics municipaux, etc.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuille 8 ½ x 11 coupée en deux</li> <li>Affiche papier 11 x 14</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tous les citoyens fréquentant ces lieux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atteint les citoyens / consommateurs ayant un intérêt se rapprochant de votre activité</li> </ul>
<b>Annonce à la radio / télévision communautaire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrevue radio</li> <li>Publicité avec image</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tous les citoyens utilisant un de ces médias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Peu coûteux ou gratuit</li> </ul>
<b>Communiqué de presse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Envoi courriel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Médias</li> <li>Partenaires</li> <li>Municipalité</li> <li>Organismes communautaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gratuit</li> <li>Possibilité d'avoir un article dans le journal</li> <li>Précis et professionnel</li> <li>Rapide et efficace</li> </ul>

### Lors de la rédaction des outils de communication, quelques éléments sont à inclure :

- Titre accrocheur;
- Nom de l'activité;
- Date et lieu;
- En cas de mauvaise température, date prévue;
- Clientèle cible;
- Courte description de l'activité;
- Coordonnées de la personne responsable;
- Image attrayante.

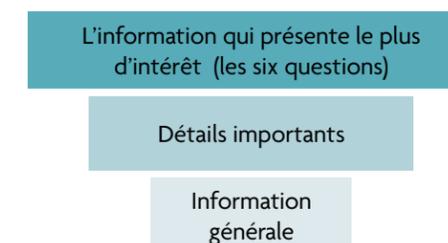
## Éléments d'un bon communiqué de presse

**Titre** : il doit attirer l'attention, être accrocheur, susciter l'intérêt, raconter une histoire, être concis et compréhensible.

**Introduction** : elle ne doit pas être trop longue, doit donner envie au lecteur de poursuivre la lecture, doit répondre à six questions :

- **Qui** : s'adresse à quelle clientèle cible;
- **Quoi** : quelle est l'activité, ce que vous voulez dire;
- **Où** : le lieu, l'endroit où se déroulera l'activité;
- **Quand** : la date fixée de l'activité;
- **Pourquoi** : la raison pour laquelle votre activité aura lieu, l'objectif à atteindre;
- **Comment** : les grandes lignes du déroulement de l'activité.

**Pyramide inversée** : les éléments clés doivent se trouver en haut et plus l'on va vers la pointe, plus l'information sera secondaire.



**Coordonnées** : laisser les coordonnées de la personne responsable pour permettre aux intéressés d'avoir plus d'informations.

(Voir Annexe III pour exemple)

## Quelques astuces

### Choisir les outils de communication appropriés

En fonction de l'activité, de votre clientèle cible, du temps disponible et de votre budget, choisissez les outils de communication adéquats parmi ceux présentés.

### Consulter le calendrier estival

Il est conseillé de consulter le calendrier estival de votre municipalité ou de l'organisation touristique de votre municipalité, afin de vous assurer que la date de votre activité n'entrera pas en compétition avec une autre.

### Créer un partenariat ponctuel

Il est parfois possible de créer un partenariat ponctuel avec un organisme pour recevoir du soutien (matériel, humain ou administratif), afin de vous aider à la planification et à la coordination de l'activité. Selon les ententes, il est possible de demander un coup de main pour distribuer les outils de communication.

### Attirer l'attention

Pour attirer l'attention des citoyens lors de la journée de fête, soyez colorés! Vous pouvez porter des vêtements aux couleurs vives, avoir en main des décorations qui flottent au vent, installer des instruments qui jouent au rythme du vent ou même faire jouer de la musique attrayante. Le but est d'avoir un maximum de visibilité.

### Prévoir un plan B

S'il pleut, l'activité peut être remise au lendemain ou à la semaine suivante... il suffit de le planifier pour ne pas être pris au dépourvu.

# Sources de financement possibles

Souvent, le financement peut être à l'origine de plusieurs contributions permettant un entretien régulier et une animation diversifiée. Voici une liste de sources de financement possibles.

Partenaire	Exemples de contributions
<b>Municipalité / MRC</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Accès à l'eau</li><li>• Accès au matériel (outils)</li><li>• Accès aux infrastructures</li><li>• Compost</li><li>• Embauche pour de l'animation</li><li>• Prêt de terrain</li><li>• Soutien et formation</li><li>• Soutien financier</li></ul>
<b>Organismes communautaires</b> (ex. : maison des jeunes, comptoir alimentaire, cuisine collective, organisme offrant des repas à faible coût)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Porteurs de projet</li><li>• Main-d'œuvre</li><li>• Intégration sociale</li></ul>
<b>Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord (CISSS)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Informations / meilleures pratiques</li><li>• Soutien financier et organisationnel</li><li>• Collaboration pour les activités</li><li>• Réseautage / collaboration dans le milieu</li></ul>
<b>Milieus éducatifs (ex. : CPE, écoles)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prêt de terrain</li><li>• Démarrage des semis</li><li>• Activités de sensibilisation et d'éducation</li><li>• Participation du jardin</li></ul>
<b>Entreprises et commerces</b> (ex. : pépinière, quincaillerie, excavation, machinerie, épicerie, etc.)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dons et commandites</li><li>• Accès à un terrain</li><li>• Partage d'expertise</li></ul>
<b>Autres sources ou moyens de financement :</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Activités de financement</li><li>• Arbres Canada</li><li>• Caisse Desjardins</li><li>• Cent dégrés</li><li>• Centraide</li><li>• Centre d'action bénévole</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cotisation des membres</li><li>• Dons personnels / commandites</li><li>• Écoles</li><li>• Fonds québécois d'initiatives sociales (FQIS)</li><li>• Société d'aide au développement des collectivités (SADC)</li></ul>

# Liens web pour informations supplémentaires

## Bibliographie

- Cadre de soutien : Jardins communautaires et collectifs [téléchargement possible]  
[http://gatineau.ca/docs/guichet\\_municipal/jardins\\_communautaires\\_collectifs/cadre\\_soutien.fr-CA.pdf](http://gatineau.ca/docs/guichet_municipal/jardins_communautaires_collectifs/cadre_soutien.fr-CA.pdf)
- Guide : Jardins communautaires et collectifs du Bas-Saint-Laurent : Portrait et conditions gagnantes pour la pérennité des initiatives [téléchargement possible]  
[https://cosmoss.qc.ca/images/Upload/bas-saint-laurent/documentation/saines\\_habitudes\\_de\\_vie/rapport\\_sur\\_la\\_pe\\_rennite\\_des\\_jardins\\_communautaires\\_et\\_collectifs\\_au\\_bsl\\_tr.pdf](https://cosmoss.qc.ca/images/Upload/bas-saint-laurent/documentation/saines_habitudes_de_vie/rapport_sur_la_pe_rennite_des_jardins_communautaires_et_collectifs_au_bsl_tr.pdf)
- Guide : Petit guide de planification d'un jardin communautaire ou collectif [téléchargement possible]  
[http://www.tpdsl.org/upload/File/brochure\\_jardins.pdf](http://www.tpdsl.org/upload/File/brochure_jardins.pdf)
- Guide : Écrire pour attirer l'attention des lecteurs! [téléchargement possible]  
<https://www.euneighbours.eu/sites/default/files/publications/2017-02/Writing%20to%20grab%20attention%20-%20FR.pdf>
- Site web : Québec-horticulture.ca (pour les zones de rusticité)  
<http://www.quebec-horticulture.ca/zones-rusticite.php>

## Outils de référence présentés dans le guide

- Gabarit : Liste des règlements  
<http://www.tablebioalimentairecotenord.ca/gabarit-liste-des-reglements/>
- Calendrier des semis  
<http://www.tablebioalimentairecotenord.ca/calendrier-des-semis/>
- Calendrier annuel des opérations  
<http://www.tablebioalimentairecotenord.ca/calendrier-annuel-des-operations/>
- Calendrier : Culture des plantes en zone 3 [téléchargement possible]  
[http://cdn.ecoumene.com/boutique/trucs-et-astuces/pdf/Potager\\_Calendrier\\_zone\\_3-4\\_2018\\_VF16022018.pdf](http://cdn.ecoumene.com/boutique/trucs-et-astuces/pdf/Potager_Calendrier_zone_3-4_2018_VF16022018.pdf)

## Le compostage

- Guide : Aide-mémoire pour les participant(e)s au compostage communautaire [téléchargement possible]  
<https://craquebitume.org/wp-content/uploads/2018/07/Guide-dacceuil-refonte.pdf>
- Guide : Composteur à trois compartiments [téléchargement possible]  
<http://www.nature-action.qc.ca/site/sites/default/files/pdf/FAQ/Composteur%203%20compartiments.pdf>
- Guide : Le compostage facilité : Guide sur le compostage domestique [téléchargement possible]  
[https://www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/sites/default/files/documents/Le\\_compostage\\_facilite.pdf](https://www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/sites/default/files/documents/Le_compostage_facilite.pdf)
- Guide : Petit guide du compostage domestique [téléchargement possible]  
[https://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/page/enviro\\_fr/media/documents/guide\\_compost\\_2014.pdf](https://ville.montreal.qc.ca/pls/portal/docs/page/enviro_fr/media/documents/guide_compost_2014.pdf)

## Mine d'or d'informations

- Site web : Les Jardins de l'Écoumène, artisan semencier  
<http://www.ecoumene.com/accueil>
- Site web : Craque-Bitume  
<https://craquebitume.org/>
- Site web : MAPAQ... Agriculture urbaine  
<https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Productions/Agricultureurbaine/Pages/Agricultureurbaine.aspx>
- Site web : Agri-Réseau  
<https://www.agrireseau.net/>

## Outils de référence pour démarrer son jardin

Guide : Démarrer un potager [téléchargement possible]

<https://www.labrouette.ca/ressources/guide-demarrer-un-potager/>

Guide : Guide « pas à pas » Réaliser mes semis [téléchargement possible]

[http://gatineau.ca/docs/guichet\\_municipal/jardins\\_communautaires\\_collectifs/realiser\\_mes\\_semis.pdf](http://gatineau.ca/docs/guichet_municipal/jardins_communautaires_collectifs/realiser_mes_semis.pdf)

Fiches techniques : Construction d'équipement pour tables de pique-nique et bacs de jardinage [téléchargement possible]

[http://gatineau.ca/docs/guichet\\_municipal/jardins\\_communautaires\\_collectifs/bacs\\_jardinage\\_adaptes.pdf](http://gatineau.ca/docs/guichet_municipal/jardins_communautaires_collectifs/bacs_jardinage_adaptes.pdf)

Guide : Réaliser une table potagère [téléchargement possible]

[https://www.agrireseau.net/documents/Document\\_96763.pdf](https://www.agrireseau.net/documents/Document_96763.pdf)

Livre : La culture biologique des légumes [S]

Cet ouvrage expose les principes et les pratiques culturelles propres à la culture biologique.

<https://www.craaq.qc.ca/Publications-du-CRAAQ/la-culture-biologique-des-legumes/p/PEDIO200>

Guide : Gestion globale de la ferme maraîchère biologique et diversifiée (téléchargement possible)

[https://www.agrireseau.net/references/9/MARAI\\_table\\_des\\_materieres.pdf](https://www.agrireseau.net/references/9/MARAI_table_des_materieres.pdf)

Livre : Les Quatre saisons de votre potager [S]

Cet ouvrage donne des conseils d'horticulture pour la culture de vos propres légumes.

GRÉGOIRE, Mélanie. Les quatre saisons de votre potager, 2018, 200 p.

Livre : Carnet du jardinier [S]

Cet ouvrage contient un aide-mémoire hebdomadaire et un calendrier horticole adapté à notre climat. Un outil pratique qui accompagne le livre Les Quatre saisons de votre potager.

GRÉGOIRE, Mélanie. Carnet du jardinier, 2019, 136 p.

## Inspirations et idées

Site web : Cultive ta ville

<https://cultivetaville.com/fr/>

Article : Un jardin collectif intergénérationnel à Dunham

<https://centdegres.ca/magazine/sante-et-societe/un-jardin-collectif-intergenerationnel-a-dunham/>

Projet : Grand potager urbain collectif à Victoriaville

<https://www.victoriaville.ca/page/924/jardin-des-rendez-vous.aspx>

Trucs et astuces pour rédiger de bons outils de communication

Article : 11 règles d'or pour capter l'attention de lecteurs

<https://fr.jimdo.com/2015/06/16/11-r%C3%A8gles-d-or-pour-capter-l-attention-des-lecteurs/>

Guide : Écrire pour attirer l'attention des lecteurs! [téléchargement possible]

<https://www.euneighbours.eu/sites/default/files/publications/2017-02/Writing%20to%20grab%20attention%20-%20FR.pdf>

## Financement

Site web : Cent degrés

<https://centdegres.ca/financement/appel-de-projets/>

## Liste des ressources externes

Coordonnées	Expertise
<p><b>Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ)</b> <b>Direction régionale de la Côte-Nord (agriculture et pêche)</b> 466, avenue Arnaud, Sept-Îles (QC) G4R 3B4 Téléphone : 418 964-8521   Sans frais : 1 877 221-7042 Télécopieur : 418 964-8744</p> <p><b>Centre de services agricoles des Bergeronnes, Direction régionale de la Côte-Nord</b> 77, rue Principale, C.P. 99, Les Bergeronnes (QC) G0T 1G0 Tél. : 418 232-6273   Téléc. : 418 232-6391</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Informations et accompagnement pour le démarrage de jardins communautaires</li><li>• Informations sur des sources de financement de partenaires du MAPAQ</li></ul>
<p><b>Table bioalimentaire Côte-Nord</b> 106, rue Napoléon, bureau 303, Sept-Îles (QC) G4R 3L7 Téléphone : 418 962-0469   Télécopieur : 418 968-4669 Site web : <a href="http://tablebioalimentairecotenord.ca">tablebioalimentairecotenord.ca</a> Courriel : <a href="mailto:info@tablebioalimentairecotenord.ca">info@tablebioalimentairecotenord.ca</a> Facebook : <a href="https://www.facebook.com/tablebiocotenord">@tablebiocotenord</a></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Promotion des produits régionaux</li><li>• Référencement</li><li>• Partage d'informations sur les nouveautés bioalimentaires</li><li>• Création d'outils collectifs</li><li>• Formations</li></ul>
<p><b>Coop de solidarité agroforestière de Minganie - Le Grenier boréal</b> 1566, route de l'Aéroport, Longue-Pointe-de-Mingan (QC) G0G 1V0 Téléphone : 418 949-NORD (6673) Site web : <a href="http://grenierboreal.coop">grenierboreal.coop</a> Facebook : <a href="https://www.facebook.com/grenierboreal.coop">@grenierboreal.coop</a></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Installation de jardin clé en main</li><li>• Consultation générale sur le jardinage et l'implantation de jardin</li><li>• Animation d'ateliers de formation ou d'informations</li></ul>
<p><b>Les Jardins de Gallix</b> 3232, route 138, Gallix (Québec) G0G 1L0 Téléphone : 418 766-6977 Site web : <a href="http://lesjardinsdegallix.com">lesjardinsdegallix.com</a> Facebook : <a href="https://www.facebook.com/lesjardinsdegallix">@lesjardinsdegallix</a></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Service d'analyse de sol pour le pH et la salinité</li></ul>
<p><b>Agriboréal Service-conseil</b> 239-B, route 138 Est, Forestville, Québec G0T 1E0 Téléphone : 418 587-2765   Télécopieur : 418 587-4706 Courriel : <a href="mailto:service-conseil@agriboreal.org">service-conseil@agriboreal.org</a> Facebook : <a href="https://www.facebook.com/AgriborealServiceConseil">@AgriborealServiceConseil</a></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adoption de pratiques culturelles de conservation</li><li>• Amélioration de la biodiversité et cohabitation harmonieuse</li><li>• Amélioration de la gestion des matières fertilisantes</li><li>• Aménagement et protection des cours d'eau</li><li>• Réduction de l'utilisation et gestion raisonnée des pesticides</li><li>• Accompagnement des producteurs</li><li>• Dépistage des mauvaises herbes et insectes nuisibles</li><li>• Formations</li></ul>
<p><b>Permanord</b> 239-B, route 138 Est, Forestville, Québec G0T 1E0 Téléphone : 418 587-2765   Télécopieur : 418 587-4706 Courriel : <a href="mailto:service-conseil@agriboreal.org">service-conseil@agriboreal.org</a></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Formation théorique et pratique en permaculture</li><li>• Présence dans les jardins et les champs où l'on veut implanter la permaculture</li><li>• Aide aux organismes ou aux particuliers</li></ul>



# Annexes



## Règlements du jardin communautaire

- La saison de jardinage débute la 3<sup>e</sup> semaine de juin et se termine aux alentours du 20 octobre.
- Si aucun travail n'a été effectué sur le lopin avant le 15 juillet, celui-ci sera rendu disponible pour un autre jardinier.
- L'accès au jardin est permis 24h/24h, 7 jours sur 7.
- La porte d'entrée du jardin de même que la porte du cabanon doivent toujours être barriquées.
- Le code pour débarrer le coffret de sécurité est : \*\*\*\*\*
- Un montant de 2\$/lopin pour la production des clés du jardin et du cabanon. Il est interdit de reproduire la clé du jardin ou du cabanon.
- Les bicyclettes, patins à roues alignées, trottinettes ou tout autre moyen de transport sont interdits à l'intérieur du jardin communautaire.
- Les enfants doivent être accompagnés d'un parent en tout temps : surveillez-les bien afin que ceux-ci n'abiment pas les lopins.
- Un seul lopin est attribué par adresse civique. Si la liste d'attente est épuisée, un second jardinier pourrait être attribué pour une même adresse tout en demeurant disponible pour de nouveaux jardiniers l'année suivante.
- Les jardiniers devront s'assurer que tout est bien fermé avant leur départ.
- Le 8 octobre 2018, tous les légumes devront être récoltés afin d'éviter les pertes. Dans le cas contraire, la Maison des familles de Baie-Comeau récoltera ceux-ci et les redistribuera à la communauté (comptoir alimentaire).
- Le 15 octobre 2018, tous les lopins devront être nettoyés de leur contenu.
- Les animaux sont interdits.

### ENTRETIEN

- Les jardiniers doivent entretenir régulièrement leur lopin.
- Les jardiniers doivent éliminer les mauvaises herbes de leur **jardin et des allées adjacentes**.
- Les produits chimiques sont interdits dans ou près des jardins.
- Les fertilisants, insecticides ou herbicides qui pourraient avoir un effet négatif sur les cultures avoisinantes sont également interdits dans ou près des jardins.
- L'équipement de jardinage doit être utilisé avec soin. Les outils doivent être nettoyés et remis dans le cabanon après l'utilisation. Toute personne négligente aura à rembourser les coûts de réparation ou de remplacement des outils.

## Règlements du jardin communautaire

### ARROSAGE

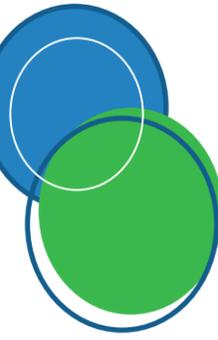
- L'arrosage manuel est permis; l'arrosage automatique est interdit.
- Dans le cas où un bris d'aqueduc survient, contactez la personne responsable (voir les coordonnées dans le cabanon).

### DÉCHETS

- Les déchets doivent être déposés dans les poubelles et/ou les conteneurs.
- Les matières recyclables doivent être déposées dans les bacs de recyclage.
- Les matières compostables doivent être déposées dans les bacs de compostage.

*Le respect de ces règlements permettra à tous  
les jardiniers de profiter de leur lopin!*

*Ben jardinage à tous!*



## CONTRAT D'ENGAGEMENT

Jardin communautaire de la Maison des familles de Baie-Comeau  
Saison 2018

Lot du jardin	
Nom du jardinier	
Adresse	
Téléphone	
Courriel	
Nombre de personnes dans la famille	

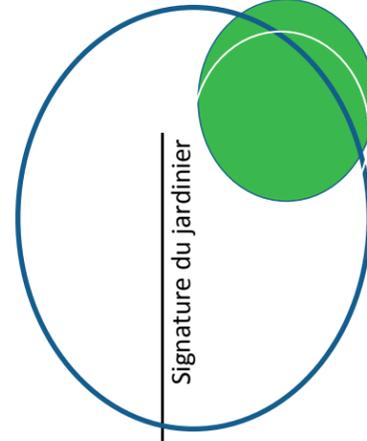
### LISTE DES RÈGLEMENTS

La liste des règlements a été fournie en même temps que le contrat d'engagement et le jardinier doit la lire sur place. Le jardinier qui signe le contrat d'engagement doit respecter tous les règlements énumérés sur la liste des règlements du jardin communautaire de la Maison des familles.

Date \_\_\_\_\_

Reçu par : \_\_\_\_\_

Signature du jardinier



# Exemple de communiqué de presse



Possibilité d'ajouter un logo en haut à gauche dans l'entête de la page

Toujours insérer cette information

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

Titre accrocheur

### Savez-vous planter des choux ???!

**Sept-Îles, le 11 juillet 2019** – Est-ce que vos papilles gustatives se réjouissent lorsque vous mangez des aliments frais, encore gorgés de soleil? Êtes-vous tenté par les choses simples de la vie? Votre réponse est oui? Alors, cette activité est pour vous! Venez partager avec le jardin communautaire *Les amis de la terre* la passion de jardiner, récolter et déguster des produits frais et locaux.

Réponse aux six questions

Le samedi 20 juillet, de 10 h à 14 h, les membres du jardin communautaire invitent les citoyens de Sept-Îles à venir les rencontrer, au 105, rue de l'Atmosphère, tout près du magasin général. Lors de cette journée découverte, vous pourrez déguster certains produits, tester vos connaissances maraîchères, jouer dans la terre, poser vos questions et découvrir les joies de cette activité extérieure. Petits et grands, tous sont bienvenus! En cas de pluie, l'activité sera reportée au lendemain.

Détails importants

Le jardin communautaire *Les amis de la terre* a été créé il y a maintenant cinq ans avec pour objectif d'améliorer la qualité de vie du milieu, favoriser l'inclusion sociale et contribuer au développement de la municipalité. Cet organisme a fait ses preuves. Permettant à 24 jardiniers d'avoir une parcelle de terre, chaque année cette petite communauté accueille de nouveaux membres désireux de partager ce loisir avec tout le voisinage. Durant la saison estivale, diverses activités sont organisées afin de faire connaître ce jardin. « Lorsque les citoyens s'arrêtent pour savoir qui nous sommes et ce que faisons, c'est avec plaisir que nous discutons de ce qui nous motive, parlons de ce beau projet et profitons de l'occasion pour les inviter à participer aux activités », souligne Ginette Tremblay, présidente du comité jardin.

Si vous désirez en savoir plus, suivez-nous sur notre page Facebook, Les amis de la terre, ou appelez-nous au 418 555-0134.

Information générale

Au plaisir de vous rencontrer!

-30-

**Gaétan Fortier**  
Jardinier, Les amis de la terre  
lesamisdelaterre@gmail.com  
418 555-0134

Coordonnées de la personne responsable

Toujours insérer ce code, car il indique la fin de l'information à publier. Par la suite, il est possible d'ajouter des informations complémentaires. Elles ne feront pas partie du texte intégral du communiqué.





**DÉFI 100% LOCAL**  
CÔTE-NORD

Défi 100 % local    #defijemangelocal

Au cours du mois de septembre,  
un rendez-vous incontournable, année après année.

Table bioalimentaire  
Côte-Nord

**LES MARCHÉS PUBLICS  
DE LA CÔTE-NORD!**

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK! @MARCHESPUBLICSCN

Québec



Québec  
EN FORME

Cette initiative est rendue possible grâce au soutien et à l'appui financier de Québec en Forme et l'URLS CN dans le cadre du plan d'action régionale pour la promotion des saines habitudes de vie.