

Vous avez dit ... les Incroyables Comestibles ?



Originaire d'Angleterre où il sont nés en 2008, les Incroyables Comestibles (*Incredible Edible*, en anglais) est un **mouvement citoyen et solidaire d'agriculture urbaine participative**, aujourd'hui véritable phénomène de société.

En France, le mouvement s'est développé de façon spectaculaire et on compte des initiatives sur tout le territoire, dans plus de **500 localités, en ville comme à la campagne**. A l'échelle planétaire, les incroyables Comestibles sont désormais **présents par des actions dans 25 pays**.

>>> Plantez, arrosez, ... partagez ! C'est simple, non ?

La démarche vise à créer un **nouvel art de vivre en redynamisant les échanges locaux par le partage de fruits et légumes « bio » cultivés par les habitants et offerts librement à tous**.

En reconnectant les gens entre eux et à la terre nourricière, et en attirant très concrètement l'attention sur l'enjeu du **manger sain et local**, ces actions dynamisent les échanges locaux et les circuits courts, et agissent ainsi sur l'offre alimentaire locale. Ces actions permettent d'enclencher des dynamiques qui visent à **mettre les territoires en marche vers l'auto-suffisance alimentaire**.

Nous joindre ? contact@lesincroyablescomestibles.fr



INCREDIBLE EDIBLE FRANCE
Les incroyables comestibles en France

L'abondance, le fruit du partage



www.lesincroyablescomestibles.fr

Et si votre vie devenait infiniment plus Incroyable ?



**Jardin nourricier en « trou de serrure »,
le KEYHOLE GARDEN de PERMACULTURE
est RÉVOLUTIONNAIRE !**

Simple à réaliser, quasiment gratuit car construit avec les matériaux recyclables disponibles sur place, ce potager circulaire est **extrêmement productif grâce à sa tour centrale de compostage, puissant « réacteur biologique »** assurant au sol un apport nutritif en continu

Un véritable « GEYSER » de protéines végétales !



www.lesincroyablescomestibles.fr/keyhole

Servez-vous librement, c'est gratuit !
Initiative citoyenne - territoire urbain, rural

En Afrique, un espace nourricier à proximité de l'habitat

La technique potagère du KEYHOLE GARDEN a été mise au point et expérimentée en Afrique par l'ONG « *Send a Cow* » il y a une vingtaine d'années.

Entre-temps, l'ONG a permis d'implanter plus de **5.000 Keyholes Gardens** sur tout le continent africain, principalement au Lesotho, au Burkina Faso, au Niger, ainsi qu'au Bangladesh.



Crédit photos : www.sendacow.org



Comment faire un Keyhole Garden simple

Le Keyhole Garden est un petit potager circulaire en forme de trou de serrure. Un panier à compost est placé au centre pour nourrir et irriguer la culture.

On peut y faire pousser de nombreux légumes dans un petit espace tout au long de l'année, un obstacle une bonne récolte.

Remplissez le panier à compost avec des épluchures de fruits ou de légumes, avec des déchets de cuisines et de la cendre.

Arrosez le panier à compost avec vos eaux de vaisselle.

Faites pousser vos légumes à proximité de la cuisine.

Oignons, épinards, choux et autres légumes protègent votre santé.

Matériel nécessaire
Deux bâtons
Des ficelles
Des pierres ou des pierres de la terre végétale.

Le compost nourrit le jardin.

Méthode pas à pas

- 1 Créer le panier**
Prenez deux bâtons de la même longueur et tressez-les ensemble.
- 2 Construire la bordure**
Entassez les pierres ou les pierres de la terre végétale autour du panier à compost.
- 3 Entasser le sol**
Entassez le sol autour du panier à compost jusqu'à ce que la hauteur de la bordure soit de 60 à 80 cm.
- 4 Planter les graines**
Semez les graines dans le trou de serrure.

C'est une très bonne façon d'utiliser les déchets de cuisine comme compost pour vos légumes.

Bâtir un Keyhole en 5 étapes

1 Délimiter l'espace



Délimiter un espace circulaire de 3m à 3m50 de diamètre, avec un rond central de 60-80 cm à 1m selon qu'il s'agit d'un Keyhole Garden familial ou multi-familial (avec un apport collectif de compost)

2 Monter le muret



Monter le muret, sur la périphérie du cercle délimité, y compris dans le trou de serrure.

Le muret monte en ellipse. Il est d'une hauteur d'environ 60-80 cm à la gauche du trou de serrure et 80cm-1m à sa droite.

Veiller à l'orientation du Keyhole avant de commencer à construire le muret : le trou de serrure est idéalement situé à l'est. Mais c'est la praticabilité d'accès qui prime sur l'orientation.



Crédit photo : www.arpentnourricier.org

3 Monter la tour de compostage



Planter au centre de la structure 8 pieux d'environ 1,60 m de longueur minimum sur le périmètre du cercle réservé à la tour (voir étape 1).

Enfoncer les pieux de façon à ce qu'ils tiennent bien droit. Ils devront dépasser la surface du Keyhole d'au moins 20 cm.

Passer un grillage à poules entre les pieux, de façon à former une colonne verticale qui formera la tour.

4 Mettre en place

les cheminées d'humidification



Les cheminées sont constituées de rameaux de bois imputrescible (idéalement de l'acacia) d'au moins 2 à 3 centimètres de diamètre.



... Ces fagots composés de trois rameaux ou plus (en fonction du diamètre), doivent être suffisamment profonds pour suffisamment profonds pour toucher la base du Keyhole, et déborder d'environ 20 cm de la surface de la terre.

Idéalement, on place une cheminée au centre de chaque tiers du keyhole.

5 Remplir l'intérieur du keyhole



Apporter les différentes couches de matériaux qui vont permettre de constituer la lasagne de Permaculture. Utiliser les matériaux disponibles sur place ou dans l'environnement immédiat.

Attention, il est très important de bien tasser à la base, et de bien remplir les différents interstices pour éviter un tassement trop important par la suite.

Il est également très important de **veiller à arroser abondamment** à chaque couche.

Le Keyhole Garden, construit en lasagne de Permaculture



Les différentes couches du lasagne permettent les différents apports nutritifs, et visent à reconstituer un milieu vivant fonctionnant selon le cycle naturel, donc optimal, à l'instar d'un sous-bois forestier.



A la base du keyhole

Des gros RONDINS DE BOIS EN DÉCOMPOSITION vont favoriser l'activité microbienne et champignonnière de la structure.

Grâce à la mycorhisation, la base du Keyhole va fonctionner comme l'activateur biologique de la structure.

Elle va également servir de réservoir d'humidité.



Et ensuite, par couches successives

- Du bois plus vert, puis des branchages, ainsi que du broyat de bois pour enfouir dans les interstices, en rajoutant quelques pelletées de terre pour limiter le tassement de la structure
- Du carton (non imprimé) et des feuilles fraîches pour favoriser la prolifération des lombrics
- Du fumier pour l'azote
- Eventuellement du charbon de bois pilé pour la rétention d'eau et de nutriments en terre de profondeur
- Eventuellement de la cendre de bois pour le phosphore
- Des déchets verts : épluchures de légume, fanes de pomme de terre, tontes de gazon, etc ... pour l'apport d'azote organique



- Des déchets bruns : tailles de haie, des feuilles mortes, du broyat de bois, des herbes sèches, ... pour l'apport de carbone
- De la paille pour aérer et augmenter la matière organique
- Du compost mûr en surface
- Du terreau / de la terre végétale pour la surface de plantation
- Une paille pour pailler en surface ou du bois raméal fragmenté (BRF, à l'automne), pour éviter que la terre soit à nu.

En France, redécouvert et promu par les Incroyables Comestibles



Quasiment inconnue chez nous, cette technique culturelle d'avant-garde a été importée et adaptée par le mouvement citoyen des Incroyables Comestibles.

Permettant des cultures intensives sur des espaces réduits, également adaptés à l'environnement urbain, les Keyhole peuvent également servir de chantiers participatifs citoyens d'agriculture vivrière de proximité.

Les Keyhole Gardens des Incroyables Comestibles sont également le support d'une pédagogie sur la vie des sols, les cycles du vivant, le respect de la terre, et les potentialités offertes par l'agriculture bio-intensive de proximité.



Les 5 (bonnes) raisons qui expliquent le rendement exceptionnel d'un Keyhole Garden



Crédit photo : David SNYDER
www.dsnyderphotography.com



1 Nourrit le sol en continu

En réunissant en un même lieu le potager et le compost, la « tour de compostage » installée au milieu du Keyhole Garden permet d'irriguer et de nourrir de façon lente et homogène l'ensemble de l'espace de plantation, comme avec un goutte à goutte naturel et nutritif en carbone, en azote, en calcaire et autres sels minéraux.

2 Préserve l'inertie de la terre

Le muret en pierre préserve l'inertie thermique et hydrique de la structure, protégeant la terre et favorisant ainsi le rendement naturel du sol.

Le développement du mycélium dû à l'activité microbienne et champi-gnonnière intense sur le bois crée un réseau capillaire dans la structure, qui va renforcer l'effet de convection calorique créé par l'exposition différenciée au soleil.



3 Respecte le cycle du vivant

Construit selon la technique de la lasagne de Permaculture, le Keyhole est construit en couches successives disposées **comme un substrat forestier disposant de tous les apports nécessaires à la vie naturelle et favorisant le cycle du vivant.**

A la base, du bois en décomposition agit comme activateur biologique de la structure **grâce à l'activité microbienne et champignonnière (mycorhisation), rendant la butte auto-fertile.**



4 Optimise l'arrosage

Les trois cheminées d'humidification (ou « cheminées Morel ») permettent de favoriser le captage naturel de la rosée et de limiter le besoin d'arrosage en favorisant la réserve naturelle d'eau à la base de la structure et la remontée d'humidité (et de nutriments) par capillarité.

5 Favorise l'énergie

La culture en forme circulaire favorise le « captage » de l'énergie cosmo-tellurique, pour une production légumière saine et vivante.



LES DIMENSIONS D'UN KEYHOLE GARDEN

Le diamètre du Keyhole

entre 3 et 3,5 m

Le trou de serrure

1/8 du cercle

La hauteur du muret extérieur :

➤ à gauche du trou de serrure: entre 60 et 80 cm

➤ à droite : entre 80 cm et 1 m

La tour de compostage

Environ 60—80 cm de Ø

Entre 1m et 1,30 m de hauteur (au moins 20 cm au dessus de la surface du Keyhole)