BULLETIN D'INFORMATION
SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE DE SAINTE-FOY
Vendredi 30 mars 2018

Prochaines activités de la Société

Le mardi 3 avril : Choix et entretien d'une haie par Louis-Saint-Hilaire, spécialiste horticole

Les haies de thuyas, appelés cèdres au Québec, ne sont pas les seules options possibles, loin de là. Le conférencier nous entretiendra des diverses possibilités de haies dans notre climat de zone 4 ainsi que de leur culture et de leur entretien.

Le mardi 10 avril : Réussir ses cultures en pots et usage des bacs à réservoirs par les Urbainculteurs

Les spécialistes de la culture horticole et vivrière en ville se spécialisent dans la culture en pots. La conférence portera spécifiquement donc sur les techniques à utiliser pour obtenir le meilleur des succès avec ce type de culture. Il y aura des explications particulières sur les divers moyens d'arrosage automatique, notamment sur l'usage des pots avec réservoirs.

Activités récentes : Choix et culture des graminées pour toute la saison de croissance ..... p. 2
Message aux membres : - Modifications à la programmation du printemps ..... p. 3
- Voyages de l'été 2018
- Commande de fumier de vers
- Conférences d'autres sociétés d'horticulture
- Cours d'aménagement paysager à la Société d'horticulture de Sainte-Foy
Conseil de saison : Planifier un coin de notre jardin pour les tisanes? ..... p. 5

Activités récentes

Le mardi 27 mars : Les secrets de la culture des fines herbes par Lili Michaud, agronome, auteure et conférencière

La célèbre conférencière a traité en profondeur le sujet dont voici un résumé. Les fines herbes se cultivent facilement autant directement au jardin, en pots qu'à l'intérieur de la maison.

Culture au jardin

Au jardin, on peut les disposer regroupées de deux façons, soit à la française c'est-à-dire en carrés stricts souvent entourés d'une basse haie, soit à l'anglaise disposées comme une plate-bande de fines herbes. Ces dernières années, on intègre de plus en plus dans les plates-bandes décoratives de fleurs ou dans le potager ; c'est une excellente solution, car les fines herbes s'avèrent de bonnes plantes compagnes et attirent les pollinisateurs.

Les fines herbes exigent pour la plupart un plein soleil, mais se contentent d'un sol ordinaire, pas trop riche, car alors leur saveur sera amoindrie. Un peu de compost suffit à la plupart, les exceptions étant le persil et le basilic qui exigent une fertilisation abondante et continue pour mieux prospérer. Ces deux dernières plantes exigent aussi un arrosage régulier, mais les autres préfèrent généralement un sol plus sec pour un goût plus relevé. Attention, plusieurs fines herbes vivaces sont assez ou très envahissantes ! Il faut alors les cultiver dans un pot plutôt qu'en pleine terre.

Culture en pots

Les fines herbes apprécient la culture en pot, car elles aiment un milieu chaud en général. Il faut cependant surveiller attentivement leur arrosage pour éviter des pertes. Il est préférable de choisir de gros pots qui s'assèchent moins rapidement. On peut les mettre à plusieurs dans un même gros pot, à condition de respecter leurs exigences d'humidité et de fertilisation. On ne peut donc pas tout cultiver dans un seul pot. Par exemple, il ne faudrait pas mettre ensemble du thym et basilic, ceux-ci ayant des exigences contraires. L'idéal est de cultiver une seule fine herbe dans un pot d'au moins 30 centimètres pour un résultat optimal. Une solution est de construire une spirale qui va de 30 à 60 cm de profondeur et mettre les plantes exigeant peu d'eau et de fertilisation dans la partie basse et les autres dans la partie haute que l'on fertilisera davantage.

Culture à l'intérieur

Il ne faut pas penser cultiver les plants venant des épiceries, car elles ne réussiront pas bien. Idéalement, on part de nouvelles plantes en début août pour les entrer en début septembre. Les vieux plants cultivés tout l'été vont moins bien s'adapter à l'intérieur. Il faut un maximum de lumière naturelle ou artificielle et un bon degré d'humidité pour compenser la sécheresse de nos maisons. Il est suggéré de placer les pots sur une soucoupe remplie de roches et d'eau (le fond du pot ne doit pas toucher à l'eau) pour un maximum d'humidité environnante.

Multiplication des fines herbes

Les semis ou le bouturage constituent les meilleures solutions. Pour certaines, on peut les diviser ou les marcotter.

Récolte et conservation

Durant la saison de croissance à l'extérieur ou dans la maison durant l'hiver, on récolte ce dont on a besoin à mesure de notre utilisation. Pour une conservation des fines herbes en culture durant l'été, on récolte en automne, on fait sécher en bottes dans un milieu chaud, sec et sombre. Le séchage passif s'avère supérieur au séchage avec appareil. Ensuite, il est idéal de broyer les feuilles et de les mettre dans des pots fermés placés dans un endroit sombre. On peut aussi, conserver les feuilles broyées fraîches dans de l'eau ou de l'huile qu'on met ensuite dans le congélateur. Les bacs à glaçons s'avèrent d'une grande utilité pour cette dernière façon de faire. C'est aussi en août que l'on fait son pesto.

Utilisation en cuisine

Il vaut mieux ne pas mélanger plusieurs fines herbes dans un même plat pour éviter que toutes les saveurs ne se mélangent et aboutissent à un plat qui ne goûte rien de particulier. Il est préférable d'utiliser une seul herbe à la fois.

Les fines herbes les plus utiles

La conférencière nous a présenté les 28 fines herbes les plus utiles : agastache, aneth, basilic, camomille allemande, cerfeuil, ciboulette, citronnelle, coriandre, estragon français, fenouil, hysope, laurier, lavande, livèche, marjolaine, mélisse, menthe, origan, périlla, persil, pimprenelle, romarin, sarriette d'été et d'hiver, sauge, stévia, thym, verveine citronelle.

Message aux membres

Modifications à la programmation du printemps

A cause de divers problèmes (tempête, empêchement, etc.), le Conseil a dû modifier légèrement la programmation du printemps. Voici les nouvelles dates :

3 avril 2018	**Choix et entretien d'une haie**	Louis Saint-Hilaire
10 avril 2018	**Réussir ses cultures en pots et usage des bacs à réservoirs**	Les urbainculteurs
17 avril 2018	**RELÂCHE**	
24 avril 2018	**Assemblée générale de la Société d'horticulture de Sainte-Foy** **(Réservé aux membres. Inscription obligatoire à l'avance)**	
1er mai 2018	**Les nouveautés horticoles 2018**	Rock Giguère
8 mai 2018	**Pots et jardinières**	Suzanne Gingras,
15 mai 2018	**À fleur de printemps, les vivaces à floraison printanière**	Caroline Giroux
22 mai 2018	**Échange de plantes** **(Réservé aux membres. Inscription obligatoire à l'avance)**	

Voyages et visite de l'été 2018

Vous trouverez en annexe les voyages et la visite de l'été 2018.

Commande de fumier de vers

Comme d'habitude, la compagnie Fumier de vers gaspésien offre aux membres de la Société d'horticulture de Sainte-Foy ses sacs de 15 litres de fumier de vers au prix réduit de 19 $, taxes incluses (au lieu de 23 $ + taxes dans les jardineries). Il faut réserver ses sacs sur la feuille prévue à cet effet. Les sacs seront livrés le 10 avril lors de la conférence. Voir la publicité en pièce jointe.

Conférences d'autres sociétés d'horticulture

La Société d'horticulture de Québec tiendra sa prochaine conférence le 3 avril prochain à 19 h 30 au Centre communautaire Marchand 2740, 2e avenue à Québec. Le conférencier, M. Pierre Domingue, traitera de «Comment partir un potager ?»

La Société d'horticulture de Lévis tiendra sa prochaine conférence le 4 avril à 19 h 30 au Centre communautaire, 51-A, rue Déziel à Lévis. Le conférencier, M. Richard Côté, traitera des «Coleus, des plantes à découvrir».

Cours d'aménagement paysager à la Société d'horticulture de Sainte-Foy

Les 6 mercredis soirs du 2 mai au 6 juin, un cours d'aménagement paysager sera donné par M. Alain Lorange, architecte paysagiste. Cette formation vise toute personne qui désire réaliser elle-même son plan d'aménagement paysager. Les deux premiers cours portent sur l'aménagement du terrain, soit la façade, les cours arrière et latérales ainsi que les matériaux et les éléments inertes. Les quatre autres soirs portent sur l'aménagement avec les végétaux : les arbres et les arbustes, les plantes vivaces, les grimpantes et les annuelles, les bulbes de printemps, le potager, les bassins, les fontaines, les sculptures, les bases etc.

Le coût est de 125 $ pour un membre, 150 $ pour un non-membre, 220 $ pour un couple membre et 260 $ pour un couple non-membre. Un rabais de 25 $ sera appliqué sur la carte de membre 2018-2019 pour une personne participante et de 35 $ pour un couple. Le cours aura lieu au 2e étage du Centre sportif de Sainte-Foy, 930, avenue Roland-Beaudin à Québec. Pour information et inscription : Mme Nicole Caron, (581) 981-4441 shsfec@outlook.com . Le nombre de place est limité.

Conseil de saison

Planifier un coin de notre jardin pour les tisanes

Les tisanes, autrefois appelées les simples, sont utilisées depuis la nuit des temps pour soigner divers maux ou simplement comme breuvages d'agrément. Nos aïeules les cultivaient elles-mêmes et il n'y a pas de raison que nous ne fassions pas de même. Il y a un grand nombre de plantes que nous pouvons utiliser comme tisanes et qui s'avèrent très faciles à cultiver au jardin dans nos régions. Leurs bienfaits ont été prouvés par de nombreuses recherches. Le gouvernement français reconnaît officiellement près de 500 plantes comme ayant des propriétés favorables aux êtres humains. On peut utiliser les plantes pour tisanes tant fraîches que séchées pour un usage durant l'hiver. Un grand nombre de plantes à tisane sont en fait des fines herbes. À cette fin, on peut lire le résumé de la conférence de Mme Lili Michaud au début de ce bulletin.

Comment créer son jardin de plantes à tisanes?

La plupart des plantes pour les tisanes sont faciles à cultiver et demandent peu d'entretien. On peut les cultiver en pots ou en pleine terre. Naturellement, on n'utilise pas de produits chimiques!

Naturellement, il faut cultiver les plantes dans un sol et dans un ensoleillement qui leur conviennent, ce qui signifie qu'on ne peut pas cultiver toutes les plantes à tisanes dans un même pot ou dans un même lieu. Certaines plantes préfèrent un sol humide telles l'angélique, la citronnelle, la guimauve, la valériane, etc. alors que d'autres ne croissent bien que dans un sol plutôt sec telles l'absinthe, l'achillée, la bourrache, l'hysope, la mauve, etc.

Naturellement, les plantes cultivées en pot exigeront bien plus d'arrosage, surtout si elles sont situées au soleil ; les plantes préférant un sol sec profiteront davantage d'une culture en pot.

Les plantes à tisane n'exigent en général aucune fertilisation si ce n'est un apport de compost au moment de la plantation.

Leur récolte et leur utilisation

La plupart des plantes à tisane peuvent être utilisées tant fraîches, soit directement du plant, ou séchées. Si on les utilise fraîche, c'est tout simple, on va cueillir ce dont on a besoin et on infuse. Pour les usages hivernaux ou séchés, il faut cueillir les plants à leur meilleur le matin une fois la rosée évaporée. On place les tiges dans un lieu aéré et frais et on laisse sécher. Ensuite, on entrepose dans un endroit frais, sec et sombre, idéalement dans un pot hermétique pour conserver toute la saveur.

Quelques plantes qu'on peut cultiver facilement et leurs propriétés

Nom de la plante	Propriétés	Parties utilisées
Absinthe	Vermifuge	Graines ou plants
Achillée	Maladies intestinales, vésicule	Graines ou plants
Ail	Vermifuge	Bulbes
Alchémille	Anti-inflammatoire	Plants
Angélique	Dépuratif et expectorant	Graines et plants
Armoise	Troubles intestinaux et vésicule	Graines et plants
Artichaut	Protection hépatique	Plants
Asperge	Diurétique	Griffes
Bardane	Diurétique et anti-infectueux	Aruste
Basilic	Tonique	Graines et plants

Bourrache	Diurétique	Graines et plants
Camomille	Fébrifuge, tonique, digestive et analgésique	Graines et plants
Consoude	Anti-inflammatoire et cicatrisant	Graines et plants
Cresson	Dépuratif et stimulant	Graines et plants
Fenouil	Digestif	Graines et plants
Gentiane	Tonique, digestif et stimulant	Graines et plants
Houblon	Tonique, digestif	Graines et plants
Hysope	Stomachique et fluidifiant bronchique	Plants
Lavande	Antiseptique et cicatrisant	Plants
Livèche	Digestive et diurétique	Plants
Mélisse	Digestive et antispasmodique	Plants
Menthe	Tonique, stimulante	Plants
Millepertuis	Anti inflammatoire	Plants
Origan	Antitussif, digestif, décontractant	Plants
Romarin	Digestif, tonique, antioxydant, diurétique	Plants
Sarriette	Antiseptique, tonique	Plants
Sauge	Antiseptique	Plants
Souci	Cicatrisant, anti inflammatoire (usage externe)	Plants
Sureau	Fébrifuge, reconstituant	Plants
Thym	Antispasmodique, diurétique, vermifuge	Plants
Tussilage	Antitussif	Plants
Valériane	Anxiolytique, sédatif	plants
Verveine	Tonique	Plants
Violette	Toux, bronchite	Graines et plants

Note 1 : Pour mieux voir, vous pouvez agrandir les photos illustrant le texte.
Note 2 : Pour se désabonner au Bulletin, écrire à chbelange@videotron.ca .

Rédaction : Réal Dumoulin/ Révision linguistique : Judith Brillant

VOYAGES HORTICOLES 2018

Nous sommes heureux de vous présenter nos voyages et l'activité de l'été 2018. Joignez-vous à nous les 26 mai, 16 juin et 14 juillet. Tous les départs et les retours se font de l'aréna de Sainte-Foy.

Jardin botanique de Montréal – Journées horticoles le 26 mai 2018

Détails à venir. Voyage avec la Société d'horticulture de Beauport.

Renseignements : Christine Arbour (418) 663-1207

Excursion à Québec le samedi 16 juin

Cette excursion aura lieu le long de la **Rivière Saint-Charles et dans le quartier Saint-Roch.** Ce tour d'une durée de 7 heures comprend une partie horticole le long de la rivière Saint-Charles.

Lunch sur la rue Saint-Joseph (non compris dans le prix du forfait). Durée : de 9 h à 15 h.

Coût : 25 $ pour les membres / 30 $ pour les non-membres
Pour information et réservation : Nicole Caron (581) 981-4441 ou nicky101.2008@outlook.fr

Beauce le samedi 14 juillet

7 h 45 Départ de l'aréna de Sainte-Foy, 930, avenue Roland-Beaudin

9 h 15 Arrivée et visite du Domaine à l'Héritage à Saint-Séverin (de 9 h 15 à 12 h)

12 h Diner boîte à lunch du Resto Chez Méo (traiteur) compris dans le prix (12 h à 13 h)

13 h Départ du Domaine à l'Héritage vers La Maison du Granit à Lac-Drolet

14 h 15 Visite guidée à la Maison du Granit (14 h 15 à 15 h 15)

15 h 30 Départ de la Maison du Granit pour Les Serres Bégin à Notre-Dame-Des-Pins

16 h 30 Visite des Serres (durée 45 minutes)

17 h 15 Départ des Serres pour le restaurant

1 7h 45 Arrivée au restaurant pour le souper, compris dans le prix

19 h Départ du restaurant

20 h 15 Arrivée à l'aréna de Sainte-Foy

Coût : Prix à confirmer, environ 125 $ membres / Prix à confirmer, environ 135 $ non-membres

Gaspesian Fumier de Vers
Worm Castings Gaspésien
Sifted
Tamisé
1,2 – 0,4 – 0,4
Promotion SH PROMO 2018
Sac de 15 litres
seulement $19.00 Taxes incluses.
Venez nous rencontrer
SH Ste-Foy
10 avril 2018
Aréna de Sainte-Foy
2iè étage
930, avenue Roland-Beaudin
Québec,Qc.
NATUREL
100%
NATURAL
Inodore
Fertilisant haut de gamme
Ne brûle pas les plants
Accélère le processus de croissance
Augmente les rendements
Améliore la santé des végétaux
Azote assimilable
Oligo-éléments
Matières organiques
Phosphore
Potassium
Visiter notre site web sous l'onglet SH PROMO
www.vermiculturegaspesienne.ca