

**Et si ?..... utopique? vraiment ?**

**Et si on réalisait ensemble un potager hors-sol**

.... sur la terrasse du Monoprix de Nice/Cimiez avec des panneaux solaires pour l'ombre et l'énergie

.... de suite, au sein de la copropriété du Pre Catalan

*Occasion de disposer de quelques fruits et légumes à portée de mains, de plantes aromatiques .... sans trop d'efforts et de créer du lien !*

**>> Pour les habitants du Pré Catalan:**

*Un prétexte de se former au jardinage de loisir, de découvrir quelques secrets de la nature, d'échanger entre voisins, de rompre avec la solitude ... bref de donner du sens à notre vie ... mais à chacun ses motivations ... osons, osons tout simplement ... débutons à 2, à 3 et entraîbons les autres par l'exemple.*

**>> Pour Le Monoprix: une image de marque positive écologique à Nice**

*Projet envoyé à la Fondation Monoprix le 2 octobre 2020 ... une première fois déjà en 2017 ..*

*Accusé de réception seulement! A relancer !*

[Monoprix accueille une ferme urbaine sur le toit-terrasse](#) d'un de ses magasins (Signataire de la Charte « Objectif 100 ha » de la Ville de Paris pour végétaliser 100 ha de bâti d'ici 2020)

[Monoprix de Bièvre](#) vivaces aromatiques mellifères, trois ruches et culture de safran.

[La Fondation Monoprix soutient de multiples projets](#)

■ **Le projet peut être téléchargé ici et partagé avec le plus grand nombre :**

[Monoprix-Cimiez-Projet-Potager-urbain.pdf](#)



La terrasse avant les travaux de réfection (en cours en octobre 2020)

**.. les objectifs, la philosophie :**

Permettre de cultiver facilement des salades, des petits légumes et des herbes aromatiques. Le jardin est utilisé comme support de développement du pouvoir créateur individuel et collectif et comme moyen de créer un peu de lien entre voisins. Il s'agit de s'inspirer d'un mouvement mondial qui prône le développement des jardins comestibles en milieu urbain. Les exemples ne manquent pas ... en France et dans le reste du Monde.

La toiture du Monoprix se prêterait merveilleusement à cette aventure, et également certains emplacements du Pre Catalan

*Créer du lien social et favoriser la convivialité ; Retrouver tous les bienfaits du jardinage (exercice physique, retour aux racines, alimentation saine)... dans une logique citoyenne et de développement durable.*



### Quelques bonnes pratiques :

[Plus qu'un simple potager, le jardin partagé](#) est un lieu d'échanges, de convivialité, de solidarité, de mixité sociale et de créativité. Voici le mode d'emploi en 6 étapes. 150 à Paris, 70 à Nancy, 60 à Marseille

[Six toits potagers au top dans le Grand Paris](#) - Fanny Provent Coordinatrice de la Chaire Agricultures urbaines d'AgroParisTech. a réalisé 11 audits en s'intéressant à chaque fois à la gestion quotidienne, aux contraintes structurales, à l'accessibilité, à l'étanchéité et aux techniques de culture.

[Créer un jardin partagé en 6 étapes](#) ... un lieu d'échanges, de convivialité, de solidarité, de mixité sociale et de créativité.

[Plus qu'un simple potager, le jardin partagé](#) est un lieu d'échanges, de convivialité, de solidarité, de mixité sociale et de créativité. Voici le mode d'emploi en 6 étapes. 150 à Paris, 70 à Nancy, 60 à Marseille

### [La France se met aussi à installer des potagers sur les toits](#)

Les toitures des Galeries Lafayette se sont transformées depuis deux ans en immense potager à l'initiative de la start-up Paris sous les fraises, spécialisée dans l'agriculture urbaine et la permaculture et qui a investi les couvertures de plusieurs grandes entreprises parisiennes. Les 1.000 m<sup>2</sup> de terrasses du grand magasin situé boulevard Haussmann accueillent fraises, framboises et plantes aromatiques.

### Trouver de l'aide sur Nice: 8 associations prônant la permaculture

[https://www.gralon.net/mairies-france/alpes-maritimes/associations-tag-permaculture-nice\\_6386\\_06088.htm](https://www.gralon.net/mairies-france/alpes-maritimes/associations-tag-permaculture-nice_6386_06088.htm)

**La SCAH à Nice - Société d'Agriculture de Nice** - Conférences, visites, formations, partage d'expérience autour du jardin ... ateliers, inscription à l'année pour toute personne intéressée

<https://www.scah-nice.fr/>

**Permaculture et autonomie - Design en Permaculture d'un jardin urbain participatif** - Un exemple concret dans une résidence - Témoignages - Fini la corvée du bêchage, avec le potager surélevé, sur table, sur palettes ou en sac, on se crée de jolis potagers sur le balcon ou la terrasse. <https://youtu.be/UUCBLNerDNE>

**Les incroyables comestibles:** Un mouvement international originaire d'Angleterre, les Incroyables Comestibles (en anglais : Incredible Edible) sont un mouvement participatif citoyen de bien commun – mondial, autonome, totalement apolitique et non marchand – humain, éthique, solidaire, qui reconnaît l'unité de la vie et du genre humain, et coresponsable du tout. Il est animé par l'idéal de nourrir l'humanité de façon saine pour l'homme et pour la planète, localement, en suffisance, dans la joie et la dignité de chacun

<http://lesincroyablescomestibles.fr/>

**Incroyable Comestible Nice ... annuaire des initiatives en France**

<https://lesincroyablescomestibles.fr/annuaire-ic-france/>

<http://colibris.ning.com/group/incroyable-comestible-nice>

**Le wicking bed raconte tout ce qu'est l'agriculture urbaine:** Les jardinières autosuffisantes sont idéales pour les milieux urbains et les endroits où le sol fertile n'est plus accessible (balcon, terrasse, patio, etc.). Elles permettent également aux personnes à mobilité réduite de jardiner et sont un très bon outil pédagogique

<https://www.les48h.fr/evenements/presentation-demonstrateur-wicking-bed>

## **.. plein de conseils à trouver sur le Net :**

**Potager en carré surélevé** <https://mon-potager-en-carre.fr/>

**5 erreurs à éviter au potager en carré** <https://www.autourdupotager.com/>

**Que planter** - Les inratables : les semis de mesclun, de haricot, de radis et d'épinard sont des valeurs sûres. Pour le reste, achetez des plants prêts à repiquer de salade, de tomate et de courgette. Des légumes pour la vie : poireau, oignon rocambole, oseille-épinard... les perpétuels sont une aubaine. ... des fraisiers retombant en cascade dans un panier suspendu, des framboisiers en pleine terre. Les couples tomate-basilic, salade-radis et carotte-ail, ça marche. Ils poussent côte à côte sans jamais se concurrencer, et tout en se protégeant de maladies. Des fleurs dans mon potager ? Pourquoi s'en priver, c'est facile à semer et délicieux en salade. La capucine détourne les pucerons des légumes, la bourrache attire les pollinisateurs, repousse les limaces, et utilisée comme engrais vert nourrit la terre.

<https://www.femmeactuelle.fr/deco/deco-d-exterieur/balcon-terrasse-jardin>



## **... acheter des potagers sur pieds :**

*il en existe chez Castorama, Jardiland, Brico, Leroy Merlin, Botanic etc*

il en existe chez Castorama, Jardiland, Brico, Leroy Merlin, Botanic etc: Carré potager sur pieds divisé 80 x 60cm avec bâche OOGarden environ 50 € - Potager sur pieds grand modèle 120 x 60 x H. 87 cm environ 65 €

## **... ou en fabriquer soi-même ..avec l'aide d'un bricoleur :**

**DIY - Fabrication d'un carré de potager pour environ 45€** <https://youtu.be/xOSZZ1xWXw8>

**Tuto carrés potagers en palettes** <https://youtu.be/NHIHTSYBTi4>

**Un potager en carré surélevé mais pas hors sol** avec des piquets de palissade en Sapin traité autoclave avec une colonne de raccordement du bac au sol. L'idée consiste à créer une passerelle entre le bac et le sol afin de permettre à la faune du sol de coloniser le bac <https://mon-potager-en-carre.fr/jardinage-debout-2/>

**Protection, montage et remplissage des bacs potagers** <https://youtu.be/JcDxdn1Ffrc>

**Un petit potager décoratif dans un bac en bois surélevé** <https://youtu.be/ZMtBummLtbw>



<http://www.natureetpotagerenville.fr/>

## **... ensuite, le remplissage :**

**Mon Voisin Jardinier est un réseau social** spécialisé nature & jardin à impact positif - partager son expérience et ainsi s'appuyer sur la communauté pour enrichir ses connaissances.

<https://mon-voisin-jardinier.fr/>

A l'intérieur, il s'agit de mettre tout d'abord une couche drainante composée de graviers ou petits cailloux. **Jardin facile / Création d'un bac de permaculture** / potager en carrés - créer un jardin bio

<https://youtu.be/JgNXwNn1DVA>

## **.... et les plantes :**

**10 légumes pour le potager du débutant:** laitues, radis, courgette, haricots, petits-pois, épinards, échalote, tomate cerise, basilic, ciboulette,

<https://www.autourdupotager.com/2011/04/10-legumes-pour-le-potager-du-debutant/>

**Association de plantes, toutes comestibles, dans une jardinière autosuffisante** de 40 cm sur 30 cm :

- La tomate repousse de nombreux parasites ;
- Le basilic améliore la saveur et stimule la croissance des tomates. Il éloigne aussi les insectes ;

- L'œillet d'Inde repousse les nématodes et les insectes (altises, pucerons) ;
- Le persil améliore le goût de la tomate ;
- La capucine protège des pucerons ;
- L'épinard sert d'engrais vert et assure une bonne couverture du sol, évitant ainsi la pousse d'herbes indésirables.

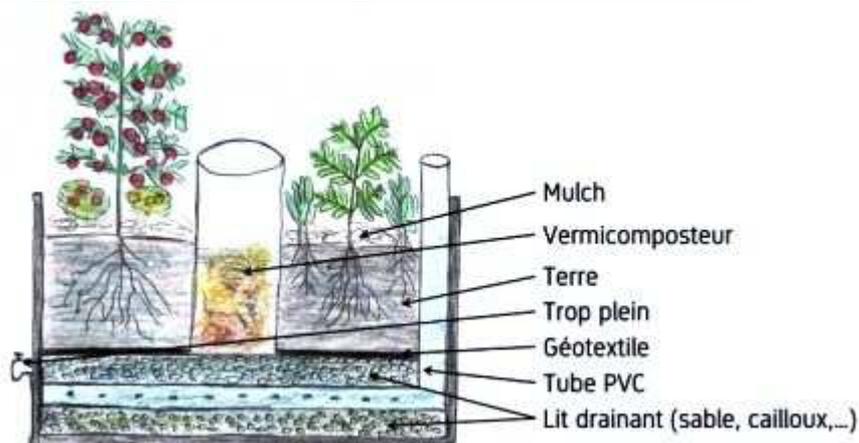
### ... **arrosage avec :**

des Oyas - Céramiques <http://www.lepotagerdupoiraud.com/2016/08/arrosage-des-ollas>

Installer un arrosage goutte-à-goutte avec des bouteilles en plastique <https://jardinage.ooreka.fr/fiche/>



**Le wicking bed - un système de culture utilisé fréquemment en permaculture** - une jardinière autosuffisante - Les avantages sont énormes dans certains contextes : culture sur béton, parking, toiture, sols incultes, etc. De plus, on diminue les intrants énergétiques, car ce système demande moins de travail : pas d'arrosage et jardiner en hauteur facilite la tâche. Pas besoin d'intrants chimiques non plus, pas d'engrais, ni de pesticides-désherbants/polluants <https://www.permaculturedesign.fr/jardinage-bac-culture-hors-sol>



Exemples dans le monde <https://www.pinterest.fr/pin/531143349789266961/>

Potager en terrasse à Hong-Kong

<https://saucyonion.wordpress.com/2013/01/29/hong-kong-roof-top-farms/>

**[Plus d'infos sur Habiter-Autrement](#)**

*Le futur appartient à ceux qui croient à la beauté de leurs rêves !*

Contacts pour envoyer votre contribution, pour faire part de votre avis, pour participer à concrétiser cette utopie:

Danielle Vuillerme et Roland Mayerl (*architecte à la retraite*):

Pre Catelan Porte Maillot ... Nice/Cimiez

< snarkever@gmail.com > et < lreyam (at) gmail.com >