



Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu

Rodolphe Grosléziat

Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu Rodolphe Grosléziat

 [Télécharger Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant p ...pdf](#)

 [Lire en ligne Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu** Rodolphe Grosliéziat

271 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

Après des années de route pour le boulot, avec la naissance de notre premier enfant et l'affirmation d'une conscience écologique, nous avons quitté la ville en septembre 2002 pour mettre un terme à nos migrations pendulaires chronophages et énergétivores... et nous installer près de notre lieu de travail.

C'était pour nous un nouveau projet de vie. Nous avons très vite décidé que nous :

- habiterions à moins de 5 km du lycée (pour y aller en vélo)
- construirions une maison en bois, bioclimatique et à production d'eau chaude et de chauffage solaire
- aurions un grand jardin avec un petit potager pour faire des légumes... À cette époque, je voulais de la place pour planter des arbres qui nous assureraient le chauffage et j'envisageais des moutons pour tondre la pâture. Le jardin, qui au début n'était qu'un plus, «politiquement correct», est devenu rapidement aussi important que notre projet d'habitat. Maintenant les deux sont intimement liés.

Nous étions à la recherche de l'autonomie, et pas de l'autarcie, là où nous pouvions l'assumer, pour notre bien-être et celui de nos enfants. Découvrir, re-découvrir, discuter, apprendre avec les autres... et quand cela était possible, faire «soi-même». Le jardin s'inscrit dans cette démarche. Nous ne regrettons pas ce choix de vivre à la campagne car, en ayant gagné 10 h par semaine (essentiellement sur le temps de transport), nous avons largement le temps de faire le jardin, d'avoir des loisirs et de nous occuper de nos enfants.

Notre qualité de vie vaut tous les pouvoirs d'achat et comme nous ne voulons pas acheter plus que ce dont nous avons besoin... c'est très bien ainsi. C'est démunie de toute culture potagère, mais riche du livre *L'art du jardin en carrés*, que mûrissait l'idée du potager. Tout s'accéléra avec la construction de la maison. Nous voulions protéger la pâture des débordements des ouvriers du chantier et nous avons trouvé intéressant de créer une barrière autour de la maison en faisant des carrés... allongés... bref des «planches» de culture. Le mois suivant, mon épouse Virginie m'a offert *Le beau jardin du paresseux : nouvelle révolution !* C'est exactement ce qu'il me fallait avec cette approche naturaliste et écologique à laquelle je ne suis pas insensible. Même si j'ai fait des choix qui ne sont pas ceux d'un paresseux pour des raisons essentiellement esthétiques, je me replonge régulièrement dans la lecture de cet ouvrage qui continue à influencer mes pratiques. Présentation de l'éditeur

C'est le pari qu'a relevé Rodolphe Grosliéziat, jardinier autodidacte installé à la campagne depuis 7 ans.

anti-crise POUR LE PORTE-MONNAIE

parce que le potager donne à la famille une véritable autonomie alimentaire qui la met à l'abri des crises financières, actuelles et futures, mieux qu'un revenu d'appoint.

anti-crise POUR LA SANTÉ

parce que pouvoir offrir à sa famille «5 fruits et légumes» par jour sans se ruiner est une assurance-santé, surtout lorsqu'ils sont vraiment «bio».

anti-crise POUR LA PLANÈTE car les produits chimiques ne sont pas nécessaires pour obtenir de belles et abondantes récoltes et que l'auto-consommation réduit les pollutions dues au transport.

Et tout ça sans y passer plus d'une demi-heure par jour... Parce qu'il n'y a pas que le jardin dans la vie...

Jeune jardinier autodidacte, l'auteur rassemble dans ce livre son expérience inédite du jardin potager : pour chacune des cultures, il recherche les techniques les plus simples, les plus saines, les plus " rentables ". Partant " de rien ", il est parvenu, en moins de 7 ans, à une quasi-autonomie et parvient à nourrir toute sa

famille toute l'année grâce aux légumes de son jardin, cultivés sans aucun engrais ni pesticide. Ce tour de force ne le mobilise guère plus qu'une demi-heure par jour en moyenne et ne l'empêche pas d'avoir d'autres loisirs. Mieux encore, Rodolphe comptabilise ses récoltes en fonction des cours du marché et nous prouve par les chiffres que " faire son potager, ça vaut le coût ", puisque l'économie réalisée représente entre 2,8 et 3,5 fois la valeur d'un SMIG mensuel par an.

Rodolphe Grosliéziat est professeur en lycée technique et habite dans la région du Tréport, en baie de Somme. Son épouse, ses trois enfants et lui-même ont peu à peu découvert le jardinage après avoir construit leur maison bio-climatique en 2002 à la sortie d'un petit village. Il a été lauréat du Concours national des jardins potagers organisé par la SNHF en 2007. Parmi ses nombreuses passions, le kayak occupe une grande partie de son temps. Biographie de l'auteur

Rodolphe Grosliéziat est professeur en lycée technique et habite dans la région du Tréport, en baie de Somme. Son épouse, ses trois enfants et lui-même ont peu à peu découvert le jardinage après avoir construit leur maison bio-climatique en 2002 à la sortie d'un petit village. Il a été lauréat du Concours national des jardins potagers organisé par la SNHF en 2007. Parmi ses nombreuses passions, le kayak occupe une grande partie de son temps. Franck Boucourt, photographe, se forme aux Beaux-Arts et à l'école de l'image des Gobelins. Après quelques années consacrées aux reportages d'actualité et de société, il s'oriente vers la photographie de jardin. Outre ses collaborations auprès de la presse spécialisée, il se consacre à des travaux personnels ayant pour thèmes le paysage et le portrait.

Download and Read Online Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu Rodolphe Grosliéziat #AS2ITD1BCYF

Lire Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu par Rodolphe Grosliéziat pour ebook en ligneLe Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu par Rodolphe Grosliéziat Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu par Rodolphe Grosliéziat à lire en ligne. Online Le Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu par Rodolphe Grosliéziat ebook Téléchargement PDFLe Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu par Rodolphe Grosliéziat DocLe Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu par Rodolphe Grosliéziat MobipocketLe Potager anti-crise. Manger sain en dépensant peu par Rodolphe Grosliéziat EPub

AS2ITD1BCYFAS2ITD1BCYFAS2ITD1BCYF