

BON JARDINAGE ET CULTURE DE RACINES AU RWANDA

*DES MOYENS PRATIQUES DE CULTIVER
DES PLANTES ALIMENTAIRES LOCALES ET
DE BIEN LE FAIRE*



Rotary



**FOOD PLANT SOLUTIONS
ROTARY ACTION GROUP**
Solutions to Malnutrition and Food Security



A project of the Rotary Club of Devonport North and
District 9830

www.foodplantsolutions.org



The Mustard Seed Institute

Bon jardinage et culture de racines au Rwanda



FOOD PLANT SOLUTIONS
ROTARY ACTION GROUP
Solutions to Malnutrition and Food Security



The Mustard Seed Institute

La vision du Mustard Seed Institute est d'être une entreprise sociale communautaire fournissant des solutions pratiques et durables pour l'éradication de l'extrême pauvreté et la consolidation de la paix par la recherche et l'innovation, la formation et le transfert de compétences, la médiation et le dialogue dans la communauté rurale de Rwankuba, province de l'Est, Rwanda.

Le Mustard Seed Institute s'est associé à Food Plant Solutions pour améliorer la santé et le bien-être de la communauté locale grâce à l'éducation et à la promotion des innovations agricoles. En mettant l'accent sur l'acquisition de connaissances sur les cultures à cultiver afin de réduire les niveaux de malnutrition chez les enfants locaux.

Pour plus de détails sur le projet, veuillez nous contacter à: info@foodplantsolutions.org

Nous accueillons et encourageons votre soutien.

Food Plant Solutions - Un projet du Rotary Club de Devonport North et Rotary District 9830

Food Plant Solutions opère conformément à la politique du Rotary International mais n'est pas une agence ni contrôlée par le Rotary International

Une bonne alimentation est simple

Cultivez et mangez une large gamme de plantes alimentaires.

Ensuite, si un nutriment manque à une plante, il sera inclus dans d'autres plantes et produira une alimentation équilibrée.



Régimes sains

Tout le monde, et en particulier les enfants, devrait manger une large gamme de plantes alimentaires pour rester en bonne santé. Cela devrait inclure des plantes de chacun des groupes alimentaires – aliments énergétiques, aliments de croissance et aliments santé. Ensuite, chacun des nutriments requis par notre corps sera satisfait de manière équilibrée.



Patate douce

Nourriture énergétique



Avocat

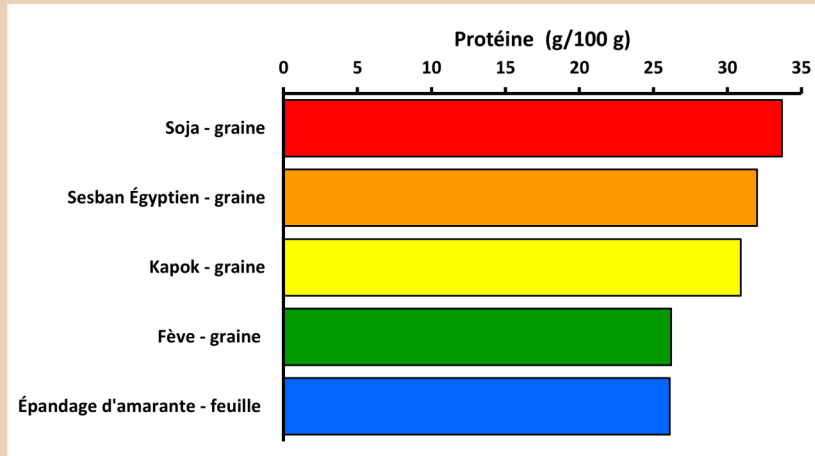
Nourriture saine



Arachide

Nourriture de croissance

Aliments protéinés



Aliments protéinés

Les plantes alimentaires ajoutent une quantité importante de protéines (aliments de croissance) dans notre alimentation. Le poisson et la viande peuvent améliorer la qualité de la protéine.



Tournesol



Kapok

De nombreuses graines peuvent être grillées et consommées comme collations.

Les plantes locales donnent un approvisionnement régulier en nourriture



Amarante

Utilisez une gamme de plantes locales ou bien adaptées pour obtenir un approvisionnement régulier en nourriture.

Parce qu'ils sont locaux, ils auront déjà survécu aux conditions locales et aux ravageurs.



Haricot lablab

Ils ont chacun des moyens différents de survivre aux mauvaises conditions ou aux mauvaises saisons.

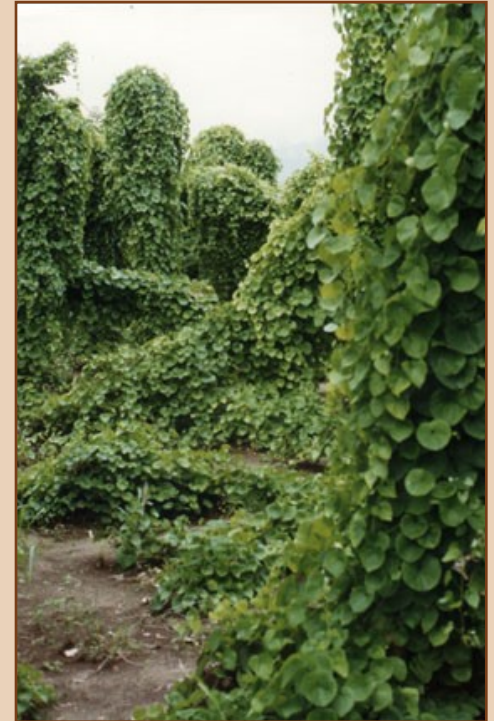


Taro

Agro-écologie - faire pousser des plantes de façon naturelle



Cultiver des aliments dans un jardin mixte est un moyen simple et efficace de réduire les parasites et les maladies.



Agro-écologie - comment les plantes poussent dans la nature

Les plantes ne poussent pas en rangées dans la nature.

La culture d'un seul type de plante n'est pas utilisée dans la nature.

Beaucoup de variétés sont maintenues dans la nature.

Dans la nature, la bonne plante pousse au bon endroit.

Dans la nature, les fruits sont produits en saison.

Les nutriments sont recyclés dans la nature.

Les systèmes naturels sont durables.

Dans la nature, le sol reste vivant et riche en humus.

La culture mixte est bonne

Amarante et maïs mélangés.



Ignames, bananes et légumes.

Informations sur le jardinage

Carences



Économiser les semences

Nous avons tous besoin
d'apprendre ensemble
et de partager ce que
nous savons.



Ravageurs



Maladies



Vos plantes sont-elles en bonne santé?

Les plantes montrent des signes particuliers lorsqu'elles ne poussent pas bien.

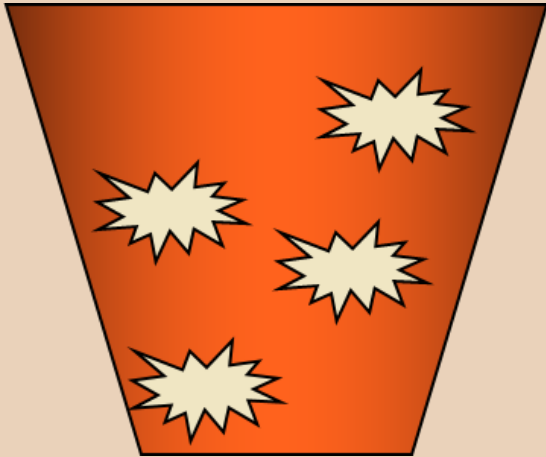
Cette feuille de maïs indique que la plante manque d'un nutriment appelé azote. Il présente une forme de « V » sec au centre des feuilles les plus anciennes. D'autres graminées présentent des signes similaires.

L'azote est dans l'air, mais les plantes ne peuvent pas l'utiliser à moins que de petites bactéries dans le sol et sur les racines des plantes de la famille des haricots, le transforment en une forme que les plantes peuvent utiliser.



Un seau de nutriments!

Si nous imaginons le sol comme un seau de nutriments, nous devons alors réparer le trou le plus bas (ou ajouter le nutriment le plus rare) avant que le seau puisse transporter quoi que ce soit de plus.



Nous pouvons apprendre à reconnaître quels nutriments sont les plus rares en examinant attentivement les plantes.

Phosphore



Potasse



Azote



Différentes plantes poussent sur différents types de sol



Les ignames ont besoin d'un sol fertile



Les taros ont besoin d'une bonne terre



Les taros ont besoin d'une bonne terre



La patate douce pousse sur des sols plus pauvres



Le manioc produira sur des sols pauvres



Quand l'azote manque...



Les plants d'ananas deviennent rouges.

L'azote est important pour que les plantes poussent des feuilles saines.



Les plantes d'herbe ont une forme de "V" mort dans les vieilles feuilles.



Les vieilles feuilles jaunissent.

Les haricots fournissent des protéines et restaurent les sols

Les haricots ont des bactéries spéciales attachées à leurs racines qui leur permettent de prendre l'azote de l'air et de le mettre dans le sol pour que les plantes l'utilisent. C'est de l'engrais gratuit!



Les haricots grimpants peuvent être autorisés à grimper sur le maïs dans les jardins tout en obtenant de bonnes récoltes de haricots et de maïs.

Le brûlage perd des nutriments et détruit les sols

Le brûlage est un moyen rapide et facile de nettoyer un site de jardin, mais dans la mesure du possible, le matériel végétal doit être laissé pourrir dans le sol.

Cela fournit des nutriments et aide les bactéries et autres êtres vivants dans le sol qui sont si importants pour la croissance des plantes.

Un sol avec de l'humus, ou du matériel végétal pourri, ne perd pas de nutriments lors de fortes pluies.

L'azote (et le soufre) se perd dans l'air lorsque la matière végétale est brûlée. D'autres éléments nutritifs des plantes, comme la potasse, restent dans les cendres.



Faire du compost



**Le compost est parfait pour les
petits jardins d'arrière-cour.**

**Ne brûlez pas de déchets -
compostez-les!**



Comment faire du compost

Les règles de fabrication du compost:

- Construisez une boîte simple et ouverte pour empêcher les animaux d'entrer.
- Ajoutez du vieux matériau pourri pour démarrer le processus.
- Ajoutez du vieux matériau pourri pour démarrer le processus.
- Laissez l'air entrer dans le compost.
- Laissez l'air entrer dans le compost.
- Ajoutez tout ce qui a vécu auparavant.
- Si possible, retournez le tas pour lui permettre de chauffer et de se décomposer correctement.

Les raisons du compost

Les petites bactéries et autres êtres vivants travaillent dur pour décomposer les vieilles plantes et autres êtres vivants en compost.



Parce que les bactéries sont vivantes, elles ont besoin d'air et d'eau en continu, et d'un régime équilibré de déchets verts et secs, ou elles meurent.

Les êtres vivants ont déjà des nutriments végétaux en parfait équilibre pour la croissance de nouvelles plantes, c'est donc l'engrais parfait.



Pour rester en bonne santé, le sol a besoin de beaucoup de compost et de matière organique pour faire tout le travail incroyable qui se passe invisible dans le sol.

Le compost doit devenir chaud pour tuer les mauvaises herbes et les parasites.

Certaines maladies racontent une histoire

La première règle dans la gestion des parasites et des maladies est de faire pousser la bonne plante au bon endroit, et de bien la faire pousser pour qu'elle reste en bonne santé.

Rouille d'arachide



Tache des feuilles dans les bananes

Certaines maladies racontent une histoire

La gale d'Elsinoe sur la patate douce nous dit généralement trois choses :

- Le sol devient pauvre et pauvre en nutriments.
- La patate douce est une variété qui contracte plus facilement la maladie.
- La variété de patate douce peut provenir d'un autre pays sans la maladie, elle n'a donc aucune résistance.



Réduisez le risque en:

- Amélioration du sol.
- Choisissez une variété locale et résistante.

Animaux nuisibles

L'utilisation d'une gamme de cultures et d'un mélange de variétés est normalement une bonne protection contre les dommages causés par les insectes nuisibles.

Tavelure du bananier. Retirez les bractées de la fleur, car le petit papillon de nuit se cache sous celles-ci pour se protéger du soleil.



Enregistrez votre propre graine

Les plantes cultivées à partir de graines conservées localement contractent généralement beaucoup moins de maladies, car elles sont adaptées à la région.



Moisissure

De nombreuses plantes de la famille des citrouilles attrapent le mildiou et d'autres maladies.

Superposition d'air

Le marcottage aérien est une façon particulière de prélever des boutures. Une coupe peu profonde est faite autour d'une petite branche alors qu'elle est encore sur l'arbre. De la terre et du paillis sont enroulés autour de cela et recouverts de plastique. Il forme bientôt des racines. Il peut ensuite être coupé et planté.



Si un fruit ou une noix plus sucré ou préféré est trouvé, il est préférable de le faire pousser à partir de boutures ou de marcottage aérien, de sorte que le nouvel arbre soit le même que l'ancien.

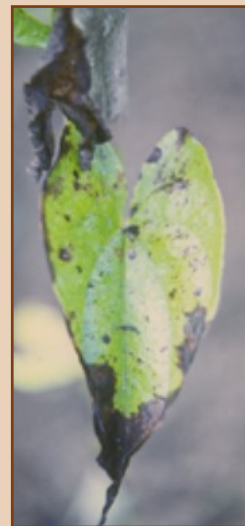
Ravageurs, maladies et carences

Le champignon de la brûlure du taro se lave sous la pluie les nuits chaudes et humides.



Feuilles de patate douce ridées.
Cette gale champignon se détériore lorsque les sols sont pauvres, et aussi sur les variétés qui ne sont pas résistantes.

Yam anthracnose - ce champignon fait mourir les feuilles tôt lorsque les feuilles sont endommagées.



Cultures de racines au Rwanda

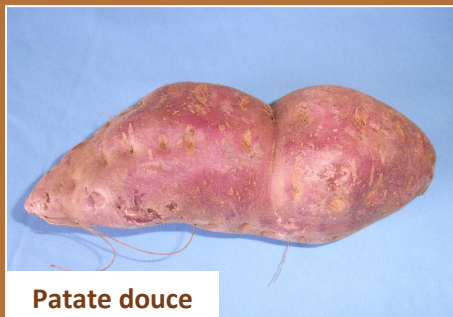


Banane

Les plantes-racines sont des plantes parfaites pour les climats tropicaux chauds.



Taro



Patate douce



Manioc

Ces aliments sont l'épine dorsale du pays, nous devons donc très bien les connaître.

Cultiver le taro

Le taro pousse mieux au sommet de bulbes plus gros. Il peut pousser dans l'eau en mouvement et à l'ombre légère. Il faut 6 à 9 mois pour être prêt à manger.



Maladies du taro

La brûlure du taro et le virus Alomae / Bobone sont les maladies les plus graves du taro.



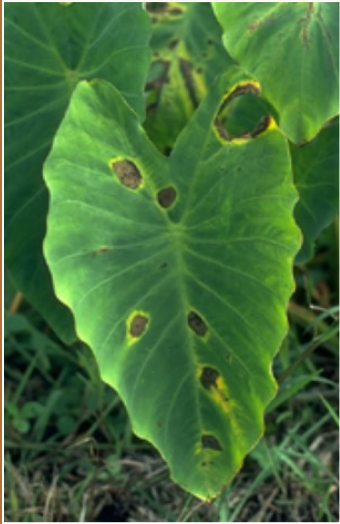
Virus Alomae / Bobone

Utilisez un mélange de variétés et de cultures mixtes pour réduire les dommages.



Taro mildiou - une maladie fongique dévastatrice.

Maladies du taro



**Trou de tir de taro -
une maladie fongique
mineure**

**Virus de la mosaïque
du taro**



**Tache jaune diffuse
du taro**

Insectes nuisibles au taro



Mouche blanche



Chenille en grappe



Scarabée taro

Insectes nuisibles au taro



Pucerons suceurs
de sève

Sphinx du taro



Nymphes de sauterelles



Cultiver la patate douce

La patate douce a besoin:

- Air dans le sol. Plantez-les en monticules si le sol est humide ou argileux.
- Un sol riche en potasse (cendres).
- Une position en plein soleil.



Il existe de nombreux types de patates douces. Certains poussent rapidement, mais ne donnent que de petites quantités de nourriture. Cultivez un mélange pour rendre les repas plus intéressants.

Cultiver du manioc

Le manioc est une plante-racine facile à cultiver, qui peut être stockée dans le sol, poussera dans des sols pauvres et survivra aux périodes sèches.

Plantez des sections ligneuses de la tige (environ 15 cm de long) dans le sol à n'importe quel angle.

Si le sol est meuble, il n'est pas nécessaire de le creuser au préalable. Les cultures sont généralement récoltées 10 à 14 mois après la plantation. Les rendements en racines sont plus faibles dans les sols très acides et dans les endroits ombragés.



Le manioc doit toujours être bien cuit car il contient un poison amer appelé cyanure qui peut s'accumuler dans le corps et endommager les nerfs.

La cuisson supprime cela.

Les feuilles peuvent être cuites et mangées.



Quelques problèmes avec le manioc

Les feuilles plus âgées qui jaunissent signifient que le sol manque d'azote.



Les feuilles ont souvent des taches brunes dues à un champignon. Normalement, il ne s'aggrave pas dans les bons sols.

Comme la plupart des plantes-racines, le manioc produit plus de nourriture si les sols sont riches en potasse. Les cendres des incendies contiennent de la potasse.



Les jeunes feuilles jaunissent lorsque le sol est acide - par exemple dans les sites calcaires et coralliens.

Remerciements

Cette publication a été développée dans le cadre d'un programme entrepris par Food Plant Solutions Groupe d'action Rotarien, rendu possible grâce au financement du Rotary club de Tamar Sunrise, le Rotary club de Hobart et Tony et Susanne Davies.

Cela n'aurait pas été possible sans l'engagement et le soutien des différents bénévoles, qui ont partagé la vision et donné généreusement de leur temps pour soutenir ce projet.

Révision, mise en page et formatage – John McPhee



FOOD PLANT SOLUTIONS
ROTARY ACTION GROUP
Solutions to Malnutrition and Food Security

www.foodplantsolutions.org

Remarques

Remarques

Remarques



FOOD PLANT SOLUTIONS
ROTARY ACTION GROUP
Solutions to Malnutrition and Food Security

www.foodplantsolutions.org