



Société d'Horticulture de l'Orne
10 rue Etoupée
61000 – ALENCON

Email : stehorticultureorne@wanadoo.fr
Site : [Http://www.shoalencon.com](http://www.shoalencon.com)

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE -QUADRI-1-2022

BONNE ANNÉE 2022 !

Chers Amis,

Cette année 2021 est derrière nous, réjouissons-nous qu'elle n'ait pas ressemblé en tous points à 2020. Il est vrai que nous n'avons pas pu reprendre tout à fait sereinement l'ensemble de nos activités et que certains de nos projets n'ont pas pu aboutir. Je sais que l'obligation du port du masque dans notre local, de ne pas pouvoir partager des moments de convivialité autour d'un verre de l'amitié et les restrictions sont un peu difficiles à accepter. Néanmoins, nous avons pu nous retrouver pour pratiquer nos activités et garder ce lien auquel, malgré tout, je vous sais attachés. Il nous faut encore être patients et envisager des jours meilleurs.

Je tiens sincèrement à remercier les membres du Bureau et du Conseil d'Administration pour leur soutien, tous les responsables des sections qui ont œuvré pour vous accueillir du mieux que possible et bien sûr tous ceux qui se mobilisent avec bonne humeur et beaucoup d'énergie pour l'entretien de nos deux jardins. L'organisation pour nos manifestations habituelles n'a pas été des plus simples en raison de la crise sanitaire, cependant elle n'a pas entamé votre enthousiasme pour qu'ensemble nous les conduisions à la réussite malgré la complexité du contexte. Je tiens vraiment à remercier chacun d'entre vous et j'invite tous ceux qui souhaiteraient s'investir à s'inscrire soit sur notre liste « bénévoles jardins » ou « bénévoles manifestations » ou les deux auprès de notre secrétaire Martine HUET « martine.huet@yahoo.fr ». Vous recevrez ainsi les mails correspondants. Pensez aussi à consulter régulièrement notre site. Le planning proposé sera maintenu bien évidemment en fonction des directives gouvernementales. Afin d'élargir notre couverture médiatique nous avons créé un compte « Facebook » : Société d'Horticulture de l'Orne. N'hésitez pas à partager nos Posts !

Je vous invite à noter dès à présent dans vos agendas la date du **samedi 5 mars 2022 pour notre Assemblée Générale**. Elle est l'occasion de nous retrouver, d'échanger et de partager un moment convivial. Comme tous les ans, vous trouverez en pièce jointe l'appel à cotisation. Elle sera d'un montant de 22€ individuel, 34€ couple et 64€ pour les Associations. **Les 5€ forfaitaire de la 1ère année d'adhésion ont été supprimés**. Nous fonctionnons en année civile et le règlement doit se faire avant le 31 janvier 2022. (Un petit clin d'œil aux adhérents qui ont en 2021 versé le même montant que les autres années, merci).

« Tout groupe humain prend sa richesse dans la communication, l'entraide et la solidarité visant à un but commun : l'épanouissement de chacun dans le respect des différences » (Dolto). Chaque fois que nous avons préparé un événement, au-delà des difficultés rencontrées, je suis toujours touchée par ce que chacun d'entre vous est capable de donner et je suis bien consciente de la fragilité et du précieux cadeau que vous m'offrez par votre investissement.

Je vous souhaite à tous une très belle année 2022 ! « Quoi que tu rêves d'entreprendre, commence-le. L'audace a du génie, du pouvoir, de la magie ». (Goethe)

Amicalement

Catherine FRAVALLO

LES REUNIONS (les mercredis)

BUREAU	CONSEIL D'ADMINISTRATION
9 février, 6 avril	12 janvier, 9 mars

LES PERMANENCES auront lieu les samedis (de 10h à 12h) :

JANVIER	8 – 22	MARS	5 – 19
FEVRIER	5 – 19	AVRIL	2 – 16 – 30

La bibliothèque est ouverte lors de ces permanences.

Activités à venir :

Samedi 5 février :

Séance théorique d'arboriculture fruitière de 10h à 12h au local de la SHO.

Si vous êtes débutant en taille d'arboriculture fruitière cette séance est à faire en priorité. En effet, il faut vous familiariser avec les dards, les coursonnes, les bourgeons à fruits, les branches charpentières, la nourriture des arbres et les produits naturels à utiliser. En début d'année une dizaine de séances sera proposée chez les **adhérents inscrits dans la charte**. N'hésitez pas à la consulter en ligne sur notre site. Essayez de vous libérer pour y participer. La répétition aide à l'apprentissage.

VERGER PEDAGOGIQUE :

Prochaine séance d'entretien au verger pédagogique le **vendredi 4 mars** toute la journée

Entretien et taille au verger de 14h30 à 16h30 les mardis :

- 8 – 15 – 22 Février
- 1^{er} – 8 – 15 – 22 – 29 Mars
- 5 – 12 Avril

ARBORICULTURE FRUITIERE :

Rappel de son fonctionnement :

A l'origine elles ont été proposées pour familiariser et permettre l'apprentissage de la taille, principalement pommiers et poiriers. Il était prévu que les professionnels, membres de la SHO, fassent chez les adhérents, préalablement inscrits, une démonstration de 2h de taille de leurs arbres fruitiers (ces séances étaient ouvertes à tous les adhérents). Le but étant de participer le plus de fois possibles sur la saison pour ancrer les bonnes pratiques.

Après un suivi de 2 ou 3 années **maximum** dans son propre jardin, l'assiduité aux cours dispensés au verger pédagogique et la répétition chez les autres participants devraient ainsi permettre non seulement une certaine autonomie mais aussi, pour les plus passionnés, l'envie de transmettre à leur tour.

Une participation de 20€ est demandée plus les frais kilométriques (actuellement : 0,41€ /km) pour 2h sur place.

La crise sanitaire a désorganisé notre suivi de taille chez les adhérents, c'est pourquoi vous êtes invités à vous inscrire (par mail), (après une année d'adhésion) avant le 20 janvier pour établir un nouveau planning de 3 ans. En espérant ne pas être dans l'obligation de le changer de nouveau. Les dates seront communiquées par mail ou par téléphone, au **tableau d'affichage** à l'extérieur du local et **sur le site de la SHO**.

JARDIN EXPERIMENTAL :

Prochaine séance d'entretien au Jardin expérimental le **jeudi 17 mars** toute la journée

Des journées complémentaires pourront être organisées pour nos 2 jardins. Vous serez informés comme d'habitude sur notre site, sur le panneau d'affichage et par mail pour les bénévoles déjà inscrits.

Rappel : si vous souhaitez en faire partie il vous suffit d'envoyer un message à : martine.huet@yahoo.fr

DAHLIAS :

Mise en culture : mardi 22 février, rendez-vous à 10h30 à la serre du Verger Pédagogique.

Bouturage : mardi 5 avril, rendez-vous à 10h30 à la serre du Verger Pédagogique.

SECTION PHOTOS :

Le thème du concours 2022 « *Les quatre saisons* ».

Pensez à commencer par l'hiver (21 décembre au 20 mars) : pour participer au concours, les photos seront à rendre pour le **5 décembre 2022**.

Cette section est ouverte à toutes et tous quels que soient votre niveau et les appareils photos dont vous disposez.

SECTION OLD BASING :

Dans les circonstances actuelles il n'est pas possible de prévoir une date pour notre prochain voyage vers l'Angleterre. Nous espérons néanmoins qu'il sera réalisable en juillet 2022.

BOURSE ECHANGE :

Samedi 14 mai : A vos godets !!!! Bourse échange de printemps

Vous avez TOUS, dans votre jardin, des plantes et des graines (horticoles, potagères, insolites, rares), en surplus. Ne les jetez pas ! Elles peuvent faire plaisir à d'autres amateurs. Rempotez-les, munissez-les d'une étiquette et venez les proposer à notre local, de 10h à 12h. Et peut-être trouverez-vous, gratuitement, des plantes que vous recherchez !

Si vous n'avez rien à échanger, la SHO vous demandera 1€ pour chaque acquisition.

Informations complémentaires :

SAMEDI 5 MARS 2022 : Assemblée générale ordinaire et extraordinaire de la SHO
à 17h à la Maison de la Vie Associative : 25, rue Demées à ALENCON

Ordre du jour :

Rapport moral

Rapport d'activités

Rapport des vérificateurs aux comptes

Election du tiers sortant :

ADNET Anne-Sophie

CHEDOT Isabelle

FORES Gérard

FORES Odile

FRAVALLO Michel

LOUATRON Yannick

MERCIER Annick

SICOT Françoise

Les projets 2022

Montant de la cotisation 2023

Questions diverses

Verre de l'amitié

Si vous souhaitez être candidat au Conseil d'administration, il suffit d'envoyer un courrier mentionnant vos coordonnées et vos motivations (précisez si vous avez une compétence en lien avec notre l'association). Il faut être à jour de sa cotisation 2021. Il y a 7 postes à pourvoir. La SHO peut coopter 3 membres

Nous comptons sur votre présence. Cependant si vous êtes dans l'**impossibilité d'y assister**, veuillez-vous faire connaître, nous vous expliquerons la démarche à suivre pour pouvoir voter. Rappel : les votes ne seront pris en compte que pour les adhérents à jour de leur cotisation.

Le Conseil d'Administration a un rôle essentiel dans la vie de notre association. Chaque membre l'enrichi par ses opinions, ses idées et ses compétences, c'est avec plaisir que nous vous accueillerons.

LES CONSEILS DE PATRICK

LE PISSENLIT :

Origine : Europe de l'ouest, mais on le trouve partout dans le monde, il en existe une centaine de variétés. Il est présent dans nos champs, nos pelouses et bien sûr on peut le cultiver. Il fait partie de la famille des astéracées.

C'est fin février début mars que l'on peut cueillir les premiers dans la nature.

Culture : On le sème en avril. En juin on le recouvrira à peine et on maintiendra humide.

Cuisine : Poêlé, on le cuit comme l'épinard, on le fait suer et ensuite on l'assaisonne, consommé en potage ou en salade (personnellement j'ajoute des œufs durs, mais on peut y ajouter des lardons). C'est un légume riche en fer, protéine, vitamine A et C et riche en calcium.

L'ORTIE :

Origine : Europe et Asie mais on la trouve partout dans le monde, famille des urticacées.

Culture : Cela peut paraître bizarre mais on peut la cultiver alors que beaucoup de jardiniers la détruisent. Elle se sème à la volée au printemps ou en septembre, on recouvrira à peine les graines. Elle aime tous les sols mais en particulier les sols azotés, avec une préférence pour les endroits ombragés. Certains adeptes la cultivent en pots ou en jardinières. Ses vertus sont nombreuses. En purin elle rend les plantes plus résistantes. Excellente en insecticide de contact, elle est efficace contre les pucerons et les acariens, par contre la mixture est malodorante. Les jardiniers utilisent ses feuilles fraîches quand ils plantent les pieds de tomates.

Côté cuisine : Ses bienfaits sont connus depuis l'antiquité comme plante médicinale. C'est un bon diurétique, elle agit contre les douleurs de l'arthrite et les rhumatismes voire même les inflammations bénignes de la prostate. Les tisanes soulagent les douleurs articulaires. En salades avec du chou tendre on peut ajouter des carottes râpées, des oignons, de l'ail, du fromage blanc et des noix. En soupe, ma préférence, avec des pommes de terre et des pommes, des oignons et selon le goût de chacun on ajoute de la crème fraîche (je suis un adepte).

LE CERFEUIL TUBEREUX :

Origine : On le trouve à l'état sauvage en Europe centrale, il a été introduit en France en 1846, famille des apiacées, son nom latin *chaerophyllum bulbosum*. C'est une plante potagère bisannuelle, cousine de la carotte et du céleri rave.

Culture : Il se sème en août/septembre et se replante de septembre à octobre. Il a du mal à germer. Il se récolte en juillet et peut atteindre 1,50m, **ses feuilles sont toxiques**, seules les racines se consomment. Il aime le soleil et préfère un sol riche et meuble comme la carotte pour développer ses racines. Il n'aime pas l'humidité et supporte la sécheresse. On le stocke dans une cave ou un silo.

Côté cuisine : La racine a un goût de châtaigne, il se consomme comme les pommes de terre soit en frite, en purée ou en potage. Il accompagne toutes les viandes. Il n'est pas facile de le trouver sur les marchés. Cuisinez le braisé dans une poêle avec du topinambour, un mélange d'oignons et d'ail, de l'huile d'olive, un filet de vin blanc en fin de cuisson et du thym. On peut le faire en purée avec des pommes de terre, du navet, du rutabaga et même de la courge et de la crème fraîche.

LA BETTERAVE ROUGE :

Origine : Des bords méditerranéens, famille des amarantacées, nom latin *beta vulgaris*, issue de la bette pour ses feuilles et de la rave pour sa rougeur.

Culture : Elle est cultivée pour sa racine. Elle se sème en avril/mai sous châssis, se plante en juin tous les 15cm dans un sol riche et se récolte de septembre à novembre. En cas de sécheresse il faut l'arroser. On la conserve dans une cave ou un silo. La crapaudine est une variété prisée pour son goût sucré.

Cuisine : En velouté, en purée, en coulis, en salade, râpée, cuite ou crue, personnellement je l'aime avec de la mâche, des œufs durs ou des filets de maquereaux et des noix. Présentez à vos invités les trois purées : pomme de terre, crapaudine et carottes. Elle est riche en calcium.

L'OCA DU PEROU

Origine : Pérou (comme son nom l'indique) mais se cultive en France depuis le 19ème siècle, famille des oxalidées.

Culture : Il se cultive comme la pomme de terre, en godets sous châssis ou tunnel en mars, se plante au jardin tous les 35 cm fin avril dans une terre riche et profonde. Il se butte comme les pommes de terre. On l'arrache fin septembre. C'est un petit tubercule bosselé de la grosseur d'un œuf de pigeon. Il est selon le terrain jaune ou rose voire rouge.

Côté cuisine : Bien le nettoyer sans l'éplucher. En purée, poêlé coupé en deux avec des tomates, des lardons ou des choux de Bruxelles. Il accompagne les ragoûts. Refroidi il peut être consommé en salade. Sa saveur rappelle la pomme de terre mais un plus acide. **Un grand merci à Danielle Robert de me l'avoir fait connaître.**

LE POURPIER :

Origine : On suppose d'Inde, il était déjà connu des Egyptiens il y a 4000 ans, introduit en Europe après l'antiquité. C'est une plante herbacée annuelle ou vivace, potagère, de la famille des portulacacées. Il est appelé l'épinard des mers.

Culture : Ce légume, le plus vieux au monde, se cultive facilement. Il est même envahissant. Il préfère les situations ensoleillées et s'adapte bien à la sécheresse, sa fleur est blanche ou rouge ou rose. Il se sème d'avril à juillet et se repique de mai à août. On le récolte d'octobre à décembre et pour les variétés rustiques de mars à décembre. Le spécimen sauvage se consomme également.

Cuisine : En salade ou en potage, il accompagne aussi les sauces, les purées et les omelettes. Il est fréquemment utilisé dans la cuisine végétarienne. Ses feuilles bien vertes ont un petit goût acidulé. Sa saveur rappelle celle de la mâche. Il est peu calorique et riche en fer, en magnésium, en vitamine C et en oméga 3.

LE CHOU :

Origine : Sud-ouest de l'Europe, sa culture remonte à l'Antiquité, Christophe Colomb l'a introduit en Europe, famille des brassicacées pour faire plus simple des crucifères. Il existe de nombreuses variétés : le chou rouge, blanc, milan, brocoli, rave, cabus, kalé, chinois, romanesco, chou-fleur (très cultivé en Bretagne) le perpétuel qui se bouture et ne fleurit jamais. Il existe deux variétés Normandes, le chou de Tourlaville et le chou pomme de Louviers.

Culture : l'ancêtre de tous les choux pousse spontanément sur les falaises de la Manche. Il y a bien longtemps c'était le repas des pauvres et les futures mères le mangeaient pour avoir du lait... On le sème en mars/avril pour le récolter en juillet/août au plus tôt et jusqu'à l'automne selon le planning de culture.

Cuisine : En potage, en potée, à la vapeur, en salade vinaigrette (râpé ou non, cuit ou cru), en gratin, en galette, en pot au feu selon les variétés et vos goûts. C'est un légume riche en fibre, en antioxydants et en vitamine C. Le quintal d'Alsace est utilisé pour la choucroute, son nom est trompeur, il ne fait pas 100 kg mais environ 20 kg.

LE HARICOT :

Origine : Amérique du sud, introduit en Europe par Christophe Colomb, famille des fabacées. Plante annuelle, son fruit se consomme en vert ou en sec. Catalogué légume c'est un fruit comme la tomate, l'avocat, le poivron, le piment, la courgette, le concombre et l'olive.

La culture : Il se cultive en pleine terre lorsque les gelées sont terminées à partir du 15 mai et se récolte en fonction des semis jusqu'aux gelées. Il est nain ou grimpant. Le coco de Pont-Audemer, le haricot vert filet, le mangetout, le haricot à écosser, le haricot d'Espagne, le Soisson, le flageolet sont différentes espèces.

Côté cuisine : Le mangetout se consomme cuit en salade ou en poêlée. Il peut accompagner d'autres légumes pour faire du potage. Le haricot rouge se mange en sec. Le faire tremper avant cuisson permet une meilleure digestion. Il contient du potassium, il est riche en fer et en vitamine.

J'attends avec impatience la récolte des Soissons car je les prépare à la crème avec des carottes rouges.

L'ÉCHALOTE :

Origine : Kurdistan, elle est cultivée depuis le moyen âge en quantité importante, famille : amaryllidacées. Localement on a l'échalote d'Alençon, de Cherbourg et de la Manche.

Culture : On la plante en mars/avril selon les terrains, elle n'aime pas les excès d'humidité. Elle est rose ou grise, cousine de l'oignon et de l'ail.

Côté cuisine : Utilisée surtout comme condiment elle accompagne les salades, les sauces et les plats dont elle relève la saveur. On connaît tous la bavette à l'échalote.

L'OIGNON :

Origine : Palestine et d'Inde de la même famille que l'échalote.

Culture : on le plante en mars/avril. Il existe le blanc, le rouge et le jaune.

Côté cuisine : On le mange cru ou cuit, en soupe, frit, en confit salé ou sucré, dans les plats mijotés...

L'AIL :

Origine : Asie centrale.

Culture : Il se plante de novembre à mars et se récolte de juillet à septembre. Il craint l'humidité. On trouve à l'état sauvage l'ail des ours.

Côté cuisine : Il parfume les viandes comme entre autres le gigot d'agneau mais aussi les sauces. Il se mange cru ciselé dans les salades, pilé dans l'aïoli ...

LA FRAISE :

Origine : Amérique et Asie, puis des Alpes depuis l'antiquité, famille des rosacées comme le rosier.

Culture : Elle se multiplie grâce à ses stolons que l'on plante d'août à mars selon les conditions climatiques.

Cuisine : En pâtisseries il y a de nombreuses possibilités (tarte, clafoutis, bavarois, génoise, glace) en cocktail mojito, sangria mais elle est excellente nature, selon les variétés, nombreuses, les textures et l'acidité varient. On peut simplement la sucrer, la mélanger avec du vin rouge ou rosé. Elle apporte manganèse, calcium et magnésium.

Retrouvez tous les conseils de Patrick sur notre site dans la section Verger Pédagogique sur le chancre et les produits naturels pour lutter contre les maladies et les insectes des pommiers et des poiriers

La réalisation du bulletin a été effectuée par : Patrick. Boivin, Catherine Fravallo, Martine Huet.

La relecture : Isabelle Ducrey, Monique Elicio, Catherine Fravallo, Martine Huet.

La mise sous pli et envoi par mail : Martine Huet

LES PARTENAIRES DE LA S.H.O

La ville d'Alençon, Le Crédit Agricole, Le Comité de jumelage Alençon/Basingstoke, Groupe Generali, Le Conseil départemental, Le verger de Larré, Magasin Côté Nature, Garage de Bretagne Distinxion-Mazda Alençon, Ouest France, Orne Hebdo, Le Petit Jardinier, les Ets Habert, Violette et Pimprenelle, Brindille et Capucine, Lancrel fleurs, Le Club photos Alençon.

