

# LES DIX PRINCIPES DES JARDINS POTAGERS SLOW FOOD

## Un engagement pour notre terre, notre planète.

Le projet des Jardins potagers Slow Food incarne la philosophie du mouvement et les principes du [Manifeste Slow Food pour l'éducation](#) en proposant des outils de changement concret.

### 1. COMMUNAUTÉ

Les jardins potagers valorisent les compétences de chaque membre de la communauté, font appel à la sagesse des anciens, exploitent l'énergie et la créativité des jeunes, se nourrissent de la curiosité des enfants et bénéficient des savoir-faire des spécialistes.

**Les Jardins potagers de Slow Food représentent un outil d'intégration qui donne à chacun la chance de contribuer à un projet collectif** en favorisant la régénération du tissu social.

### 2. OBSERVATION

Pour créer un jardin potager, il est important de commencer par observer l'espace et les ressources locales disponibles avec un œil curieux et créatif, car on peut faire pousser des aliments dans les lieux les plus insolites : dans un parterre de fleurs, sur un toit, le long d'un chemin piéton et même sur un mur bien orienté !

**Il est essentiel d'étudier le sol, les variétés de plantes les mieux adaptées au lieu et les ressources en eau disponibles.** En restant attentif à sélectionner des matériaux écologiques, il est possible d'utiliser des matériaux recyclés récupérés à l'échelle locale pour des structures telles que des barrières, des bacs de compost et des poubelles.

### 3. BIODIVERSITÉ

Les Jardins potagers Slow Food hébergent la biodiversité locale qui s'est adaptée au climat et au terrain grâce à la sélection humaine et aux conditions environnementales. **Les variétés indigènes résistantes, nourrissantes et délicieuses n'ont pas besoin d'intrants artificiels** tels que des engrais chimiques et pesticides, mais elles sont en voie de disparition ! Demandez aux spécialistes et aux personnes âgées où trouver des graines et des plantes indigènes !



Grâce à ses plantes et ses fleurs, un jardin potager peut servir d'outil de compréhension, d'attraction et de protection des insectes bénéfiques (pollinisateurs, papillons, abeilles, bourdons, coccinelles, etc.), mais également des reptiles, araignées et autres espèces qui vivent en symbiose avec leur habitat.

## 4. SEMENCES

La reproduction des semences locales sur le terrain passe par la redécouverte de connaissances précieuses et la préservation d'un héritage unique de biodiversité, actuellement menacé. **L'échange de graines permet de transmettre ses connaissances, soutenir la productivité et favoriser la biodiversité.**

Un Jardin potager est un lieu idéal pour implanter une banque de semences communautaire et en profiter pour découvrir comment sélectionner, reproduire et conserver les graines, en assurant la disponibilité des récoltes pour l'année suivante, tout en renforçant l'autonomie des communautés locales en matière de semences.

## 5. L'EAU ET LE SOL

Au sein des jardins potagers Slow Food, **les biens communs tels que l'eau et le sol sont valorisés et protégés.**

Le sol vivant est riche en biodiversité : deux tiers de tous les êtres vivants se trouvent sous la surface de la Terre. Pour les nourrir, des déchets végétaux se transforment en ressources (compost, engrais vert) tandis qu'une rotation des cultures est mise en place. Des remèdes naturels basés sur les ressources disponibles à proximité, tels que l'herbe, les fleurs, les cendres, sont utilisés pour assurer une gestion saine, repousser les nuisibles et prévenir les maladies.

Des techniques favorisant la préservation de l'humidité du sol, par exemple en recouvrant le sol de matières végétales (paillage), la collecte des eaux de pluie et l'utilisation de systèmes d'irrigation traditionnels basés sur les nouvelles technologies permettent ainsi de faire des économies d'eau et remplacent parfois des solutions beaucoup plus coûteuses. Être en contact avec la terre, contrôler la production des aliments que l'on consomme, apprendre à respecter le rythme de la nature, passer du temps dehors et manger des aliments bons et nourrissants sont des gestes bénéfiques pour le corps, l'esprit et la collectivité.

## 6. SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE

Les Jardins potagers Slow Food sont l'emblème de la résistance à la main mise de l'industrie et des grandes entreprises sur nos systèmes alimentaires locaux. Les personnes impliquées dans la gestion des jardins utilisent des méthodes saines et écologiques pour produire les aliments qu'ils choisissent, qui sont culturellement adaptés à leur communauté locale et qui respectent un régime alimentaire local et sain. **Les jardins défendent le droit de choisir comment notre alimentation doit être produite et gérée.**



## 7. ÉDUCATION

Les Jardins potagers offrent l'opportunité, à tous les âges, d'exercer ses sens et d'apprendre à les utiliser pour faire des choix conscients, découvrir des variétés de plantes locales, retrouver des recettes traditionnelles, promouvoir un régime alimentaire sain et varié et apprendre comment prendre soin de la terre pour la faire fructifier en suivant les principes et pratiques de l'agroécologie.

**Au sein de ces espaces, on cultive le plaisir d'apprendre**, d'être ensemble, de collaborer, créer, s'adapter et de mettre en œuvre les outils pédagogiques de Slow Food qui permettent d'étudier l'alimentation de façon complète et multidisciplinaire.

## 8. FEMMES

**Promoting women's empowerment in gardening contributes to sustainable development and to the improvement of living conditions in the local communities.** Women participate greatly in the rural economy. Often they are the ones who ensure the food security of their families and communities by producing, processing and selling basic agricultural products, thus improving family living conditions (children's education, care for the sick and elderly, etc.).

When they benefit from an income, women often reinvest it in their homes (nutrition, food, health, school, income-generating activities, etc.), helping to break the cycle of poverty, both in rural and urban contexts.

## 9. LES JEUNES

**Young women and men represent the future of agriculture**, and if their capacities and potential are recognized and strengthened, they can be dynamic drivers of transformation and growth. To combat rural migration and marginalization and to ensure decent and productive employability, it is essential to promote the socio-economic integration of youth, increasing their access to the land and to other productive resources. It is important to empower them within their communities and allow them to be dynamic actors in sustainable local development.

The children and young people involved in the school gardens approach work related to the land with curiosity, gaining respect and interest in agricultural jobs. **Young people studying in the gardens are the foundation for future sustainable communities of consumers and producers.**

## 10. RÉSEAU

Les membres des jardins échangent des graines, des idées et des informations. Ils peuvent se rencontrer, s'écrire et former des liens de collaboration et d'amitié basés sur l'objectif commun de respect de la terre, en associant travail et plaisir. **Il arrive que des jumelages entre des jardins potagers situés dans des pays éloignés offrent des opportunités de solidarité et d'échange culturel.** Le réseau est ouvert aux influences extérieures et aux collaborations avec des structures similaires.

