

# Faire ses plantons

## Avantage de faire ses propres semences

- Les graines issues de vos cultures s'adapteront chaque année un peu plus à votre terroir, ainsi qu'au climat de votre région...elles deviendront naturellement plus résistantes aux maladies.
- Avoir plus de choix (anciennes variétés, mieux adaptées au climat..)
- Faire des économies non négligeables

## Le processus de germination



## Marche à suivre

Choisir un contenant : plateaux de semis, boîtes d'oeufs, anciens pots (plastiques ou autres), sagex ou caisses en bois...

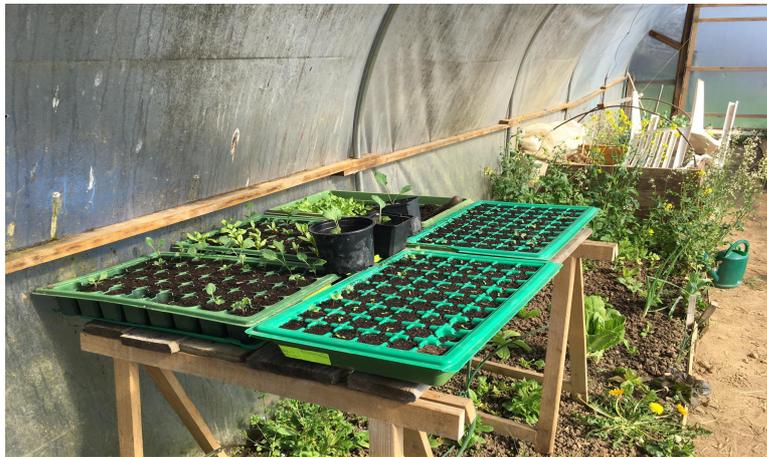


## Terreau de semis

- Terreau de semis devra être particulièrement léger (on peut y ajouter du sable), se réchauffer facilement (couleur noire) et ne pas contenir (ou très peu) d'éléments fertilisants.  
Recette : terre de jardin, sable, compost  
Bonne terre de jardin, noire, filtrante : 50%  
Terre argileuse : 20%  
Terre sablonneuse : 50% (sans ajouter du sable)
- Terreau pour le repiquage devra par contre être apte à nourrir la plante jusqu'à sa plantation : il contiendra donc du terreau de plantation ou de repiquage (1/3) du compost mûr (1/3 environ) ainsi que de la terre du jardin (1/3).

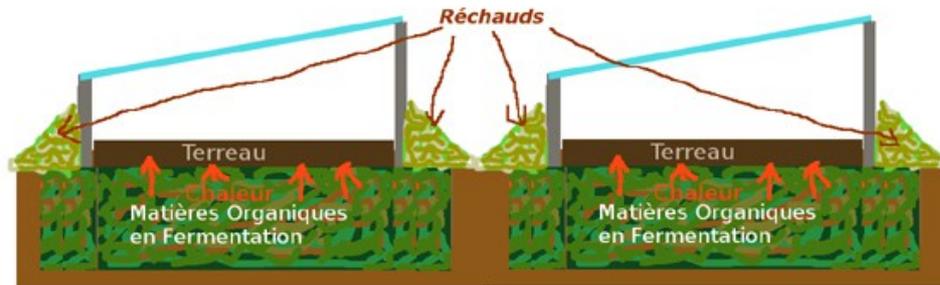
## Où Faire ses semis

- A l'intérieur, au bord d'une fenêtre - Dès qu'il fait chaud dehors, sortir les semis pendant la journée, sinon ils vont pousser avec une tige toute fine.
- Dans une serre à l'extérieur



- Remplir les contenants de terreau, mettre une graine par godet (plusieurs, si le contenant est grand), recouvrir de terreau et humidifier. Ne pas trop tasser la terre. Il n'est pas nécessaire de mettre de la vermiculite ou du sable (comme dans les vidéos ci-jointes), on peut simplement recouvrir les graines avec du terreau.

- Bien étiqueter ses semis ou faire un plan sur une feuille, en notant bien chaque planton
- Pour celles et ceux qui ont de la place - **le système de couche chaude**  
On dispose 80cm (en hauteur) de fumier frais, par-dessus on met 20 cm de terreau, et ensuite une petite serre. Idéal, pour les plantons qui ont besoin de chaleur : tomates, aubergines, poivrons etc... :



## Arrosage

Il faut un jet doux pour ne pas disperser les graines. Maintenir les semis humides, arroser tous les 2-3 jours.



## Calendrier de semis

- <https://www.calendrier-lunaire.fr/wp-content/uploads/2015/02/Le-Calendrier-des-Semis-du-Calendrier-Lunaire-de-Michel-Gros.pdf>

## Où se procurer des graines et des plantons en Suisse

- Association Semences de Pays : <https://semencesdepays.ch/>
- Sativa : <http://www.sativa-rheinau.ch/fr>
- Zollinger : <https://www.zollinger.bio/fr>

## Vidéos youtube

- <https://www.youtube.com/watch?v=SoiZMEfokII>
- <https://www.youtube.com/watch?v=NHJ5PKDEb8M>

---

Ce document est sous licence CC BY-NC-SA.  
Vous pouvez modifier et adapter ce document.  
Aucun usage commercial ne peut en être fait.  
Vous devez préciser l'auteur original et partager votre création sous cette même licence.



Daphné Lachavanne - [www.permabondance.ch](http://www.permabondance.ch) - [contact@permabondance.ch](mailto:contact@permabondance.ch)