



# Jardiner avec des enfants

Pour semer des opportunités d'apprentissage tout en s'amusant!

**L'ASSOCIATION DES PARENTS FRANSASKOIS**



*Jardiner avec des enfants a été  
rendue possible grâce à une  
contribution financière de  
Santé Canada  
par l'entremise de  
la Société Santé en français*

# Jardiner avec des enfants

Pour semer des opportunités d'apprentissage tout en s'amusant!

Un jardin, c'est une succession de découvertes et de surprises; c'est une classe en plein air qui nous permet d'admirer dame nature et d'interagir avec elle! *Jardiner avec des enfants* est un document destiné aux parents et aux intervenants en petite enfance qui désirent transmettre aux enfants une appréciation pour la nature, le jardinage et la saine alimentation.

## Les bénéfices du jardinage

Peu importe l'âge ou l'habileté d'une personne, les bienfaits et les opportunités d'apprentissage reliés au jardinage sont innombrables :

- ✂ Saine alimentation
- ✂ Prise en charge de son alimentation (autonomie alimentaire)
- ✂ Diminution du stress
- ✂ Exposition au soleil (vitamine D)
- ✂ Exercice physique
- ✂ Prise de responsabilité chez l'enfant
- ✂ Socialisation et engagement dans un projet commun
- ✂ Opportunité pour cuisiner
- ✂ Inspiration créative (poésie, art plastique)
- ✂ Initiation à la botanique, l'entomologie (les insectes) et l'agriculture
- ✂ Exploration de la progression des saisons
- ✂ Apprentissage de techniques de jardinage
- ✂ Découverte de nouveaux aliments
- ✂ Opportunités pour des activités de numératie, de littératie et de francisation
- ✂ Exploration de l'aspect culturel du jardinage
- ✂ Appréciation de la nature



Les enfants aiment être assignés à des tâches importantes.

*Dans un jardin d'enfants... , les enfants développent leur sens de l'autonomie; ils s'émerveillent devant leur propre travail et apprennent à respecter le rythme de la nature. Nous, les adultes, sommes leurs guides et les témoins de leurs découvertes.*

## Quelques activités de jardinage à faire avec les enfants



- 🛠 Explorez le micro-univers du jardin
- 🛠 Faites-leur découvrir le jardin à l'aide de leurs 5 sens : sentez les fleurs, salissez vos mains!
- 🛠 Assignez-leur des tâches hebdomadaires
- 🛠 Faites une chasse aux papillons et trouvez des insectes
- 🛠 Cultivez des fleurs coupées
- 🛠 Composez des recettes avec les légumes. Laissez les enfants déchirer la laitue!
- 🛠 Intégrez les plantes dans les bricolages. Peignez avec des branches de céleri!
- 🛠 Documentez l'évolution du jardin en dessins
- 🛠 Célébrez la saison de la moisson avec une petite fête
- 🛠 Invitez un expert-jardinier à venir parler aux enfants



*Le jardin d'enfants, on le retrouve dans le potager familial, dans un lit surélevé, dans un pot sur le balcon, dans une platebande de fleurs, dans la cour d'école, et même dans la maison.*

## Le jardinage intérieur

Ces projets intérieurs sont simples et donneront des résultats rapides :

### Du jardinage sans terre

- Faites germer des haricots dans un essuie-tout humide ou du bambou dans un vase d'eau rempli de galets
- Suspendez à l'aide de cure-dents des noyaux de mangues et d'avocats dans un verre d'eau
- Partez des boutures de plantes d'intérieur dans un aquarium ou un bout de carotte ou de betterave dans une soucoupe remplie d'eau








### En pots

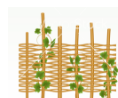
- Plantez des graines d'agrumes (orange, citron, pamplemousse), une gousse d'ail, un bulbe d'hyacinthe ou d'amaryllis en hiver ou un bulbe de tulipe ou de jonquille au printemps



## Le jardinage opportun

Si vous avez de la terre, de l'eau et du soleil, vous pouvez jardiner presque partout!

-  À la base d'une clôture..., plantez des fèves, des pois ou une vigne à raisin
-  Dans une platebande de fleurs..., plantez des fines herbes ou un chou
-  Dans un gros pot décoratif..., plantez des tomates ou du maïs
-  Le long d'un mur..., plantez des bulbes de glaïeuls ou des fraisiers
-  À la base d'un arbuste..., plantez une vigne de citrouille et faites-la grimper!



## Le jardin en carré

Jardiner en carré est un moyen très simple de cultiver des légumes. Ce type de jardin prend très peu d'espace, mais il est 5x plus productif qu'un jardin traditionnel grâce au terreau adapté. De plus, il prend moins d'eau, requiert très peu de désherbage et est facilement accessible par les enfants. Voici comment en confectionner un :



🛒 **Le lit surélevé** peut se fabriquer à l'aide de planches (des «2x6») de 1,20 m (4 pieds) de longueur. Une trousse peut aussi s'acheter chez Canadian Tire (no de l'article : 59-5854-0) et Lee Valley (no de l'article : XK630). Une toile géotextile est placée au fond du lit pour empêcher les mauvaises herbes de pousser.

🛒 **Le terreau** est un mélange à parts égales de compost, de tourbe et de vermiculite (ou perlite) de jardin. Pour un lit de 1,20 m<sup>2</sup>, il faut donc :

- 3 sacs de 15 kg de compost/fumier (varier les sortes (par ex. champignon, mouton, bétail))
- ½ sac de 2.2 pied<sup>3</sup> de tourbe comprimée
- ½ sac de 110 l de vermiculite



🛒 **Les carrés** (environ 30 cm x 30 cm chacun) délimitent l'espace accordé à chaque variété de plantes. Utilisez des lattes de bois, de la ficelle, ou des bâtons de bambou déposés sur le terreau.

🛒 Finalement, la taille **des plantes** dicte l'espace alloué par carré. Ainsi, on peut planter dans un carré soit 16 petits radis, 9 moyens oignons, 3 brocolis ou 1 gros plant de tomate.

**Bon jardinage!**

